

よつばの手紙



特集

手を取りあって
明るく楽しく
みんな仲よく



市内企業レポート
さんかく図書室
行ってきました
おうめの散歩道
現場の芽
人のわ



青梅市男女平等情報紙

No.17

手をとりあって 明るく楽しくみんな仲よく

青梅市の推計では、2022（平成34）年の高齢化率は31.6%となり、2025（平成37）年には、いわゆる団塊の世代がすべて後期高齢者となるなど高齢化が一層進むことが予想されています。

そのような高齢社会の進展のなか、高齢者が元気でいきがいを持ち、住み慣れた地域で安全に暮らせるような社会が求められています。

今号では、高齢者の仲間づくり、いきがいづくりなどのさまざまな活動をしている高齢者クラブ連合会のみなさんに高齢者クラブとは何か、また活動の様子についてうかがいました。



高齢者クラブ連合会

上左から 知久國忠さん 伊藤良男さん
下左から 中島幸江さん 並木明さん 鴨居妙子さん

—歴史はかなり古いようですよ—
高齢者クラブはいつごろからあるのでしょうか

（知久）高齢者クラブは、平安時代にはその原型があったようですよ。当時は、長寿を敬って祝う会という趣旨であったようですね。

現在の姿で制度が確立したのは、1963（昭和38）年に老人福祉法が制定されたことによりです。

老人福祉法は、「老人は、多年にわたり社会の進展に寄与してきた者として、かつ、豊富な知識と経験を有する者として敬愛されるところに、生きがいを持てる健全で安らかな生活を保障されるものとする」という基本理念であり、時代背景こそ違いますが、老人を敬愛するという理念は昔も今も変わらず生かされています。この老人福祉法にもとづいて、国や都は老人

クラブと呼んでいます。青梅市では、高齢者クラブと呼ぶようになりしました。

青梅市での最初の高齢者クラブは、下長瀨長寿会です。1959（昭和34）年に発足しています。下長瀨長寿会は長淵1〜4丁目にお住まいの方が所属しています。法制定時の1963（昭和38）年は市内で17クラブだったのが、2017（平成29）年は57クラブまで増えました。

—多くの方が入会しています—
高齢者クラブはどのような人が入会していますか

（知久）高齢者クラブはおおむね60歳以上から入会できます。現在は、6、369人の方が元気に活動されています。

年齢層としては、再雇用などで就労している方が多いので60代は少なく、70代からが多いですね。100歳以上の人もいます。男性は3、089人で48・5%、女性は3、280人で51・5%となっています。男女比の差はあまりありません。

一番人数の多いクラブは上長淵明和会で220人です。活動地区は長淵5丁目です。

各クラブに申込み用紙が用意されており、いつでも自由に入会できます。自治会に加入していないと入会できない高齢者クラブもあるなど、各クラブによって多少異なるので、入会の際は、確認してみてください。

自治会回覧、個別訪問、なにかの行事の際など勧誘は常に行っているのですが、実際には年度末前後の入会が多いです。



ゲートボール大会

会費については、月1000(年額1,200)円のクラブが多いようです。また、90歳以上の会員は会費免除となっているクラブもあります。親睦旅行や誕生会は、会費制で実施しているケースがほとんどです。

また、クラブは会費のほか国・東京都・市から補助をいただいで運営しています。

―教養を深めたり体を動かしたり、みんな楽しんでますよー
どのような活動をしていますか

(伊藤)各高齢者クラブで、創意工夫して運営しています。共通しているのは、社会奉仕活動、健康を進める活動、生きがいを高める活動などです。具体的には、健康を進める活動として、ゲートボール、グラウンドゴルフ、輪投げなどのスポーツや歩こう会などの運動、生きがいを高める活動として、教養講座、市の出前講座、踊り、歌、俳句などの文化活動などです。また親睦旅行や誕生会などを行っています。主な活動場所は、各自治会館ですが、運動場、公園のときもあり

ます。

創意工夫の点では、自然のなかにある植物を見に行く植物愛好会、折り紙を折る会というユニークな活動をしているクラブもありますね。

各クラブを取りまとめている高齢者クラブ連合会でも行事を企画しています。グラウンドゴルフ大会、ゲートボール大会、踊りを披露する芸能大会をはじめとして、研修旅行、新年会、レクダンス講習会、認知症サポーター養成講座などさまざまな取り組みをしています。

(並木)連合会には女性部がありません。各クラブから1人を女性部役員として選出していただき、計57人で部の運営に当たっています。消費者講演会、いきいきクラブ体操講習会、エアロビクス講習会、編みものなどの手づくり講習会を女性部が中心となって実施しています。エアロビクス講習会はとくに好評で、参加者が定員超えるほど人気があります。女性部が主催ではありませんが、男女問わず参加できます。

青梅市高齢者クラブ連合会 会員募集中

入会に関してのお問い合わせ、その他ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

青梅市高齢者クラブ連合会 事務局
電話番号 0428-22-1111
(内線11505)

―仲間も増え、楽しい毎日ですよー
クラブに入会してよかったこと
なんですか

(並木)グラウンドゴルフをやりたいからだったり、知り合いに誘われたりとクラブに入るきっかけは人によりさまざまです。

わたしは、40歳半ばから民生委員をやっていたので、高齢者のみなさんと関わりたいと思って裏宿町の高齢者クラブの裏宿梅園会に加入しました。

こうして長年所属し、今では女性部長として役割をいただいています。女性部長としてやるからには勉強をしなければならぬと思っていますが、責任を持って

なにかを行うことで生きがいになります。健康や教養にもつながっていると思いますし、個人的には仲間がたくさん増えてよかったです。ただ、女性部長としては、最近の女性会員の減少傾向は悩みの種ですし、責任も感じています。



輪投げ大会

(鴨居) わたしは、河辺町6丁目の高齢者クラブの梨の木むつみ会に所属していますが、自治会との連帯感が強いと思っています。自治会と協力し、地域の行事に参加しています。祭礼、盆踊り、運動会、環境美化活動などを通して、地域の人たちや子どもたちと交流する

ことにより、強い絆で結ばれるようになりました。

(中島) グラウンドゴルフが楽しそうで60歳半ばに師岡町・東青梅5丁目地域の高齢者クラブの下師岡長寿会に入会しました。週3回活動しているので外出の機会が増え、体調がよくなりました。また近隣地域の高齢者クラブとの交流会を通して友だちが増え、今は楽しい毎日です。



健康づくり講演会

ーだれもが、明るく楽しくみんな仲よく過ごせるように、今後も取り組んでいきたいですねー

高齢者クラブの今後の展望をお聞かせください



レクダンス

(伊藤) 1996(平成8)年のピーク時に9,464人だった会員数が、2017(平成29)年には6,369人に減少しました。青梅市の高齢化率は2017(平成29)年7月現在28.6%と聞いていますが、これは青梅市の3.5人に1人が65歳以上の高齢者だということを表しています。高齢化は進んでいるのに、会員数が伸びていない。そのため、各クラブとも会員の増強が課題となっています。

実際、会員数の減少により解散となってしまうクラブもいくつ

かありました。また、成木など会員の減少、高齢化によって活動が困難になっているなど課題が山積しています。

(知久) 高齢者クラブ内の平均年齢も年々高くなっています。高齢化が進行するとともに、認知症の人数が増加していくと思います。認知症への人々の理解があまりされていない状況のなかで、認知症の人と一緒に高齢者クラブで活動できるように環境を整備していく必要があると考えています。

青梅市高齢者クラブ連合会では、「手をとって 明るく楽しく みんな仲良く」、「健康寿命をのばして 生涯学習・社会に奉仕」というスローガンを掲げています。

高齢者クラブの会員になって、クラブ活動が楽しくて仕方がないという生きがいになっている人が大勢います。このような輪がどんどん広がって、だれもが楽しく生きがいをもって日々を過ごせるように取り組んでいきます。

表紙等写真提供…高齢者クラブ連合会

市内企業 レポート



～品質向上への取り組みを日々探求し、 新たな価値創造をめざす～



株式会社成和印刷の木崎信行社長に自社で
取り組まれている活動についてお話をうかがいました。 代表取締役社長 木崎 信行さん

事業内容

事務用の帳票や封筒類、商業用の総合カタログやパンフレット、各種会報誌、記念誌、社史などの印刷および製作を行う事業をしています。企画からデザイン、印刷、製本と一貫した製品づくりを提供し、お客様に満足していただくため、つねにエンド・ユーザー側の立場になって考えて情報を整理し、製品を目にした人を魅了する企画を提案するように心掛けています。

会社での取り組み

美しい印刷に仕上げるためには、事前の準備が大切になってきます。以前はデザイン制作を外部に依頼することもありましたが、3年前から女性のデザイナーを採用して社内で一貫した製作ができるように体制を整えました。これにより、優しさの感じられるデザインができるようになりました。デザイナー以外でも女性職員を積極的に採用しています。また、障害のある人の採用も積極的に行っていて、貴重な人材となり活躍しています。

新しいことへのチャレンジ

多様化、複雑化する社会環境のなか、お客様のニーズ

に responding していくために日々、新しい技術を取り入れながら迅速に対応するようにしています。そのために、男性職員、女性職員がお互いに協力し合いながら活躍してもらいたいです。

今後について

これからも男性職員、女性職員ともに今以上に働きやすい環境を整えていきたいと思っています。職員全員に生き生きと仕事をしてもらえることで、品質を今以上に向上させながらお客様からの信頼を得て、会社を成長させ、新たな価値創造をめざします。



株式会社 成和印刷 (東青梅2丁目)
設立 1961 (昭和36)年2月
従業員数 8人 (男性3人 / 女性5人)
印刷物全般を行う総合印刷、オフセット印刷等
<http://www.seiwaprint.co.jp/>

さんかく図書館



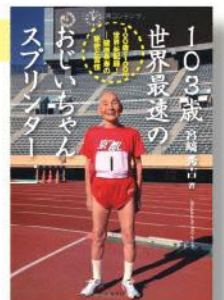
©2012「人生、いろいろ」
製作委員会
DVD絶賛発売中

DVD 人生、いろいろ 御法川 修監督 / アミューズソフト

料理に彩りを添える「つまもの」ビジネスを成功させた実話を元にした映画です。主力だったみかん産業が全滅し、過疎化と高齢化が進む徳島県上勝町。町民も農協で働く江田も失意のどん底にいました。ある日、江田は小料理屋で、若い女性が「つま」の葉っぱを大事に持ち帰る場面に遭遇します。この出来事から、江田は町の葉っぱを商品として売り出そうと提案しますが、町民たちは大反対。協調してくれたのは花恵と薫だけで、市場ではごみ扱いを受ける始末です。そこで、都会から帰ってきた路子の発案で料亭に行き、足りなかったものを学ぶと、少しずつですが、売れ始めたのです。

103歳世界最速のおじいちゃんスプリンター 宮崎秀吉 / 日本文芸社

宮崎さんが陸上を始めたのは、92歳のときでした。囲碁仲間が次々といなくなり、一人でもできることを探していたときに出会ったそうです。競技人生は順風満帆ではありませんでした。病気や大腿骨骨折に見舞われます。けれども、強い意志の力で辛いリハビリを乗り越え、100メートル走以外に砲丸投げの世界記録を目指すまでに至ります。周囲への感謝の気持ちと気遣いを忘れず、常に努力し続ける姿は感動的で、共感できます。



『人生、いろいろ』『103歳世界最速のおじいちゃんスプリンター』は、青梅市中央図書館で所蔵しています。電話番号 0428-22-6543



旧保育園舎を
利用している作業場



行ってきました

青梅市シルバー人材センター

今回は2017(平成29)年7月に千ヶ瀬第二保育園跡地へ移転した公益社団法人青梅市シルバー人材センターへ行ってきました。旧施設より会議室が増え、作業場までがひと続きとなり使い勝手が良くなりました。事務所と会議室は新築しましたが、作業場などは改築し活用しているので以前の保育園の面影が残っています。

●公益社団法人

青梅市シルバー人材センターとは

高齢者が従事しやすい仕事をシルバー人材センターが引き受け会員に提供しています。

仕事内容は青梅市から6割、企業や一般家庭からは4割で、市民センターの管理、公園・公共トイレ清掃、襖の張り替えや庭木の剪定、除草などなどさまざまです。

青梅市在住の健康で働く意欲のあるおおよね60歳以上の方が入会でき、現在約1,200人(男女比約

8:2)が入会しています。

男性に向いている仕事が多くを占めていましたが、2017(平成29)年度から身の回りの家事介護が必要な高齢者が利用する「介護予防・生活支援サービス」の認定事業所となり今後は女性向きの仕事の増加が期待されます。

●地域での活動

会員による地域に根付いた活動が自主的に行われています。保育園の除草などのボランティア活動や親睦会を通じ地域のシルバー世代の交流の場となっています。

会員のなかには地域の活動に参加したいということで会員資格を保持している人もいるとのこと。

●独自事業

青梅市シルバー人材センターでは独自の事業を運営し、そこでの仕事も会員に提供しています。

その他、市営東原プールの売店やパソコン教室の運営も行っています。

毎年青梅産業観光まつりで会員募集や仕事募集のアピールをしています。ぜひ訪れてみてください。

◇リサイクルショップ

リサイクルセンターの隣で運営しています。

リサイクルセンターに運ばれてきた家具や自転車など、まだ使えるようなものを修理しながら販売し、資源のリサイクルに貢献しています。



住所 青梅市新町 6-9-1
電話番号 0428-32-5374
営業時間 午前9時から午後4時まで
日曜日から金曜日
(土曜日・祝日・年末年始を除く)

◇シルバー・ショップよりみち

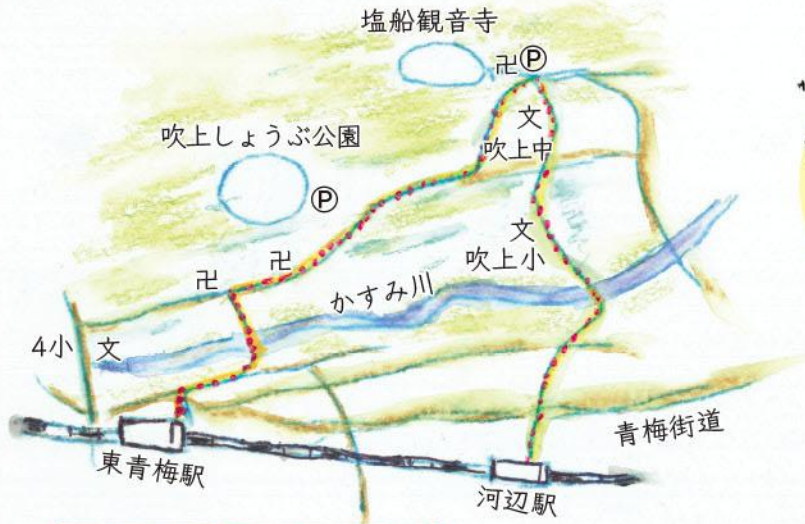
会員の趣味の手芸品や会員が育てた農産物を販売しています。

青梅駅から近く、観光客も訪れるスポットになっています。



住所 青梅市住江町42-28
電話番号 0428-21-0404
営業時間 午前10時から午後4時まで
毎週金・土・日曜日・祝日
(月から木曜日、年末年始を除く)

おうめのよ 散歩道



吹上しょうぶ公園

塩船観音寺

仁王門をくぐるとリコリス（ヒガンバナ）の赤が目に入ります。ピンクと白の菖の花も咲いています。本堂の手前に樹齢900年の大杉が左右にあり、よく見てみると内には、雷よけのひらい線が入っています。本堂に向かう階段は江戸時代の石段です。

リコリス（ヒガンバナ）を見に行こう

リコリス（赤色）



フジバカマ



リコリス（黄色）



現場の芽

いじめゼロ宣言・子ども議会



スローガン



議場の様子

2017（平成29）年度は、いじめゼロ宣言・子ども議会を7月26日に開催しました。青梅市立第三中学校が議長校となり、市内市立小学校16校および市立中学校10校の児童・生徒の代表53人が参加しました。2015（平成27）年度から青梅市議会議場を活用して開催しています。各校における1年間のいじめ防止の取り組みについて報告を行った後、中学校区ごとにスローガンづくりに取り組みしました。そして、中学校区ごとにスローガンと込められた想いを発表し、「あいさつで 優しい心 広がる輪」「広げよう！ いじめをなくすグリーンリボン」など10のスローガンを青梅市全体におけるいじめゼロ宣言として採択しました。

将来を担う子どもたちが、市政運営の方向を審議し決定する議場において、議会の仕組みを体験的に学習することにより、多面的な教育効果を生み出すとともに、子どもの社会性を育み、いじめ根絶に向けた子どもたちの意識向上を図られることが期待されています。

仮装をしている持田さん（写真左から2番目）



ハロウインの様子



写真提供：チャレンジ！Henshin！ハロウィン実行委員会

「子どもたちと楽しいことがしたい」
持田さんのそんな気持ちから、個人経営をしているお店の協力を得て、ハロウインの手作りの仮装をして、子どもたちとお菓子をもらって歩くのが始まりでした。初めてのイベントでしたが、150人の参加者が集まりました。いまでは形を変えながら実行委員会を立ち上げ、昨年は2300人以上が参加しました。

コンセプトは、「手作り仮装で、街を練り歩くごっこ遊び」と決めていて、家に余っている素材を使ってみたり、ボディペイントをしてみたりと、自分て工夫をして仮装をします。メイン会場である霞台第一住宅前広場には、仮装や、ハロウインを楽しむことができるブースが用意されています。

「チャレンジ！
Henshin！ハロウィン」
実行委員長 持田 史人さん

受付で配られるスタンプカードは、河辺地域の店舗協力のもと、それぞれの店舗にスタンプが置いてあり、10個以上を集めメイン会場に戻ると、特大スタンプをもらえます。子どもたちの想像が創造に変わっていく、そんなイベントとなるように心がけていきたい。そして、もっと地域の人が、参加できるものになればと、考えています。

相談窓口の案内

	相談先	内容
女性の相談	東京ウィメンズプラザ Tel 03-5467-2455 毎日 9:00～21:00 (年末年始は休み)	女性の総合相談 ドメスティック・バイオレンス、夫婦・親子の問題、生き方や職場の人間関係など(就職活動の支援は行っておりません)
	東京都女性相談センター 多摩支所 Tel 042-522-4232 月～金曜日 9:00～16:00 (土・日曜日、祝日、年末年始は休み)	
	青梅市役所 Tel 0428-22-1111 月～金曜日 8:30～17:00 (土・日曜日、祝日、年末年始は休み)	
	青梅警察署 Tel 0428-22-0110 緊急の場合 110番通報	ストーカー被害の相談は、直接警察署にご連絡ください。
女性の就職	マザーズハローワーク立川 Tel 042-529-7465 月～金曜日 9:00～16:00 (土・日曜日、祝日は休み)	専属の担当相談員による女性の就職活動全般の相談(キッズスペース等併設)
男性のための悩み相談 東京ウィメンズプラザ Tel 03-3400-5313 電話相談 月・水曜日 17:00～20:00 (祝日、年末年始は休み) 夫婦や親子の問題、生き方・職場の人間関係、セクシャルハラスメントやDV、デートDVなどの暴力の問題など、男性の抱えるさまざまな悩みに男性相談専門の相談員が対応		

編集後記

○高齢になっても身近に楽しく集える場所があることに心強さを感じました。声をかけあうことも大切だと思いました。(み)
○多様化、複雑化してきている現代で社会環境の変化に対応して、男性、女性を問わず、適材適所で活躍してもらい、企業の貴重な人材となっていることを感じました。(い)

○いくつになっても集える場、学ぶ場が地域のなかにあるというのは素敵だなと思いました。(お)
○参加して発見、楽しみを見つけました。今までできなかった、ひとり旅を試みようと思います。(さ)
○地域の大きいイベントを、もっと知ってもらうきっかけになったらいいなと思います。(あ)