青梅市男女平等情報紙

No.2

よつばの手紙

特集／仕事が好き　人が好き

・シルバー人材センターに行ってきました
・さんかくの窓
・市内企業レポート
　経験があり、人の心をくめる社員は大切な人材です。
・女性リーダー養成講座
　コミュニケーション入門
・現場の芽・地域の目
・ワーク・ライフ・バランス講座
　仕事もプライベートも、もっと充実
・おうめの散歩道
・男女平等参画川柳
・人のわ
・クリップボード

師岡町３・４丁目自治会
「世代間交流もちつき大会」

第四次青梅市男女平等推進計画・青梅市プランの全文は、青梅市ホームページ（http://www.city.ome.tokyo.jp/）でご覧になれます

特集

仕事が好き　人が好き

シルバーエイジも元気です

アンケートによると、65歳以上の市民の22パーセントの方が「仕事をするときが生きがいを感じる」との結果があります。

青梅市においては、29,538人、市民の５人に１人（21.1パーセント）が65歳以上の高齢者です。

高齢期における生活状況は、若い時期からの働き方や家族の持ち方、能力開発、生活習慣などの蓄積に負うところが大きいと考えられます。元気に働き続けているいわゆるシルバーエイジの方々に、「仕事とは何か」をテーマにお話を伺いました。

お話を伺った方々（順不同）

森脇　長治さん

時計店経営者・「青梅懐かし映画劇場」実行委員会

新井佐智枝さん

シルバーマイスター（華道・水泳指導）・しょうぶ公園ボランティア

伴　　武二さん

青梅市立第三中学校外部指導員・高齢者向けパソコン教室ボランティア指導員

青梅懐かし映画劇場：商店街振興のために毎月１回、青梅駅前共栄ビルにおいて、昭和の時代を感じさせる映画を上映。入場者数は毎回100人を超える。

シルバーマイスター：高齢者の社会参加、能力の活用、次世代への継承を図り、優れた技能、知識、経験等を有し、その技能を継承する活動を希望する高齢者を登録する制度の認定者

外部指導員：中学校における部活動で顧問教員を補助する指導者

人との関わりが好き

自分の伝えたい事が相手に伝わる喜びは格別です

◇仕事をしていて楽しいことは何ですか？

新井　沢山の事を覚えなければいけないのは大変でしたが、何より色々な人とコミュニケーションを取れるのは楽しいですね。

伴　仕事やボランティアで様々な世代の人と関わっていますが、自分の伝えたい事が相手に伝わる喜びは格別です。

森脇　色々な方々と話をする機会があります。その中には苦情だったり、無理な事を言われる時もありますが最後に「楽しかったです」とお礼を言われるとうれしいですね。「冥土の土産になった」なんて言われる方もいるんですよ。（笑）

コミュニケーションのきっかけに

お客さんから「店を続けてください」と言われて…

◇仕事を続けている理由は何ですか？

伴　大きく言えば「日本の将来のため」ですね。

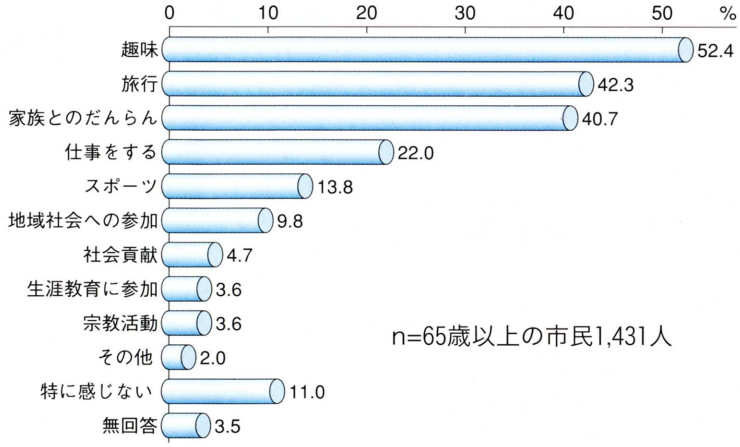
家族の間で、仲間の間で、自分の活動に参加してくれた人がその事を話題にしてくれたり話のきっかけにしてくれるとコミュニケーションの輪が広がるじゃないですか。

森脇　私も自分が企画した映画が、見に来てくれた人たちの話のきっかけになると頑張ったかいがあります。

それから私はもう一つ理由があります。

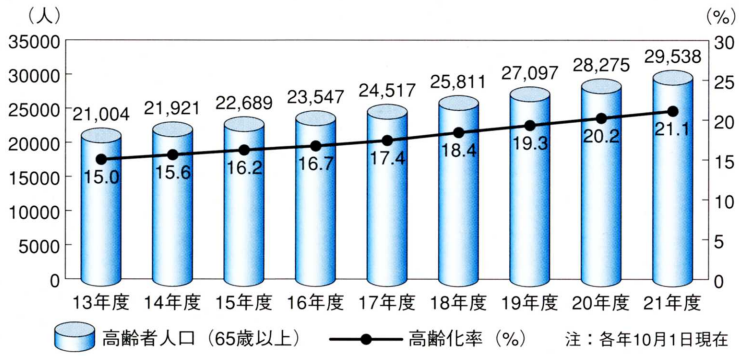
それは最近元気が無くなってきている商店街の中でお客さんから「頑張って店を続けてください」と言われてしまうんです。お店の数が減るとお客さんは不便になるわけですから。

生きがいを感じるとき（アンケート結果）



参照：「青梅市高齢者に関する調査報告書」（平成20年9月）

青梅市における高齢者人口推移と高齢化率



シルバー人材センターに行ってきました

ふすま張り作業中

毎月25日に入会説明会があり、詳しく説明してくれます。会費が年1,000円、互助会費が月100円かかります。登録会員は1,158人（１月現在）で就業率は74.0パーセント　会員の平均年齢は男性71.1歳、女性は70.7歳、男女比は８対２です。

仕事は除草、植木のせん定、障子張り、公園の清掃、文化財の管理などがあります。配分金（時給）は791円（東京都の最低賃金）からですが、せん定など技術の必要な職種は時給も高くなります。週２、３日の就業で収入は月平均、男性４万円程度、女性２万円程度になります。思ったより、女性の仕事は少ないようです。

詳しくは、シルバー人材センターへ。

■センター名：社団法人青梅市シルバー人材センター
■住　　所：〒198-0041　青梅市勝沼1-37-2
■電話番号：0428（24）8171
■業務時間：午前８時30分～午後５時15分

シルバー人材センター……おおむね60歳以上の健康な高齢者の希望に応じ、臨時的かつ短期的な就業の機会を確保し、組織的に提供する業務を担う公益法人

今の時間を充実させる

今の時間を充実させる事が大事

◇仕事をするにあたって気をつけている事は何でしょうか？

新井　家族への感謝の気持ちですね。今自分が思い通りに活動が出来るのは家族のお陰だと思って日々感謝しています。

当時、夫は帰ってきたときにご飯ができていないと機嫌が悪かったんですが、今は協力してくれています。

伴　私は仕事やボランティアに行く日に起きる「やらなければ」という気持ちですね。

この気持ちがあると不思議と体が軽くなって仕事が進むんです。

◇将来の充実した生活のために、若い時の過ごし方についてアドバイスはありますか？

伴　今やっている仕事をエキスパートになるくらい突き詰めてください。その先に向けての土台作りと思って。

新井　私も子育ての時はほとんど自分の時間はありませんでしたけど、その時々の「今」の時間を充実させることが大事だと思います。

森脇　若い時に目標を持つ事でしょうか。それから資格等は出来れば取れるうちに取っておいたほうがいいですよ。将来どのように活用するか分からないですからね。人との会話、家族との会話を大切にして、とにかく今を一生懸命生きてもらいたいです。

どうもありがとうございました。（編集委員　吉田・狩野）

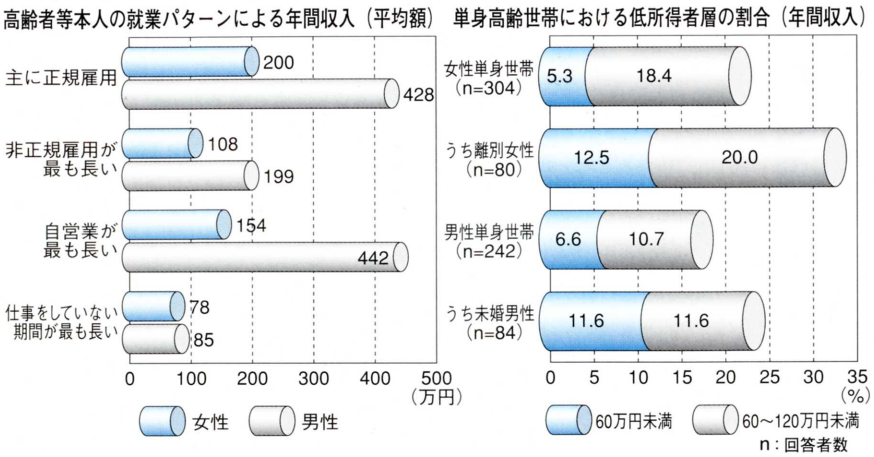
高齢男女をめぐる状況

女性の働き方は、結婚・出産・育児のために非正規雇用が多く、就業年数も短い傾向にあるので、年金等の収入も少なくなりがちです。（図1）

高齢者の就業というと、定年後も継続就業する男性のイメージが抱かれがちですが、総務省の調査（「就業構造基本調査」平成19年）によれば、実は働きたいと考える女性の高齢者も少なくありません。

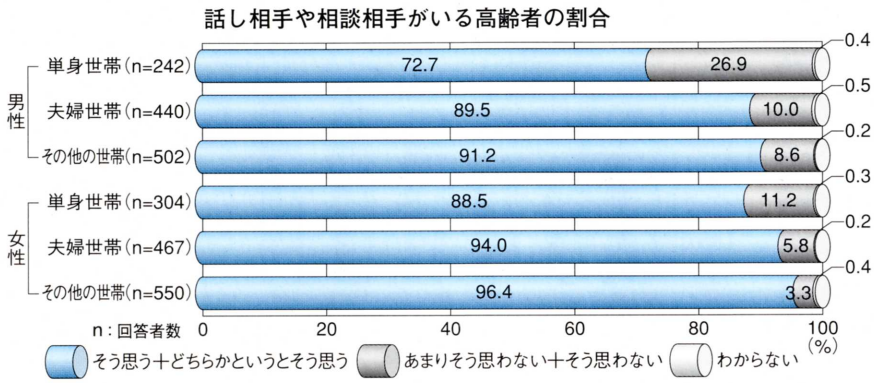
男性については、単身の男性の地域における孤立が深刻化しています。単身の55～74歳男性の4人に1人が「話し相手や相談相手がいない」と回答しています。（図2）

（図1）経済的自立がしにくい高齢女性



参照：内閣府「高齢男女の自立した生活に関する調査」（平成20年）

（図2）高齢単身男性の孤立



参照：内閣府「高齢男女の自立した生活に関する調査」（平成20年）

さんかくの窓

老楽力
外山滋比古著
展望社

青梅市中央図書館で所蔵しています
TEL 0428－22－6543

高齢化社会といわれる今の時代、年をとって生きがいを持ちながら生きるにはどうしたらよいか。86歳の英文学者にしてエッセイストの著者が語る。

「老後は余生にあらず、新しい人生の第二部である。積極的に老いに立ち向かっていくこと、そのためにはアクティブに行動すること、いつも行く手に明るい希望・楽しみを用意すること等が生きいきと生きる老年の心がけである」と、国内外の先人の生き方・格言や著者の分身である主人公の姿勢・生活体験を通し述べている。

（田中祥子　青梅市人権擁護委員）

市内企業レポート

経験があり、人の心をくめる社員は大切な人材です。

経営者の加藤辰男さんに継続雇用策などについて伺いました。

有限会社　柳　丸
代表取締役
加藤辰男（かとうたつお）さん

不況だからこそ、こんな時代だから…

現在、大変厳しい時代ですが商品の価格や質を下げることなく、やり方・考え方を工夫し、より良い商品を提供したいと考えています。一例として、当社では青梅せんべいに文字やイラストなどをプリントできるサービスを提供し、より付加価値の高い商品展開をしています。

また、こんな時代だからこそ顧客の声を一番大切にし、「人材」と「素材」にはこだわりを持ってやっています。

適材適所

当社では、従業員一人ひとりの性格などをみて、適材適所に人材を配置するように心がけています。

せんべいへの文字やイラストのプリント部門には20代の方の若い感覚を取り入れ、梱包や店舗での接客にはお客様からの要望等を取り入れて知識や経験の豊富な50、60代の方にお願いしています。

このように、適材適所に人材を配置することで会社がうまく動いています。

行動することが重要

私も現役で働いていますが、自分の技術を次の世代である息子４人に伝えていくこと、良い物をつくってお客様に喜んでもらいたいという気持ちで頑張っています。また、企業として地域に貢献していきたいと考えています。

思うことは誰にでもできますが、行動に移すことが大切だと考え、若い世代の人には失敗を恐れずチャレンジするように指導しています。

有限会社　柳丸（野上町１丁目）
設立　昭和56年１月　社員数　15人（男性７人／女性８人）
和菓子製造・販売　http://ryumaru.ome.jp

相談窓口の案内

公的支援機関の相談窓口をご利用ください

	相談先	内容
就職	ハローワーク青梅 TEL 0428－24－8609	職業相談 求職活動のサポート
労働	(財) 東京しごと財団 東京しごとセンター多摩 TEL 042－329－4510	仕事に関するワンストップサービス 就業相談・職業紹介・セミナーなど
労働	東京都ろうどう１１０番 TEL 0570－00－6110	賃金・退職金等の労働条件や労使関係など労働問題全般相談
ボランティア	青梅ボランティア・市民活動センター TEL 0428－23－7163	ボランティア・市民活動に関する相談 団体やNPOの情報提供
介護	青梅市地域包括支援センター TEL 0428－22－1111 （内線 272・566）	介護・保健・福祉など高齢者への様々な支援についての総合窓口

市では、ハローワーク青梅と連携し、中高年齢者の再就職支援を目的に「中高年齢者再就職支援セミナー」を５月20日㈭に開催する予定です。

お問合せ　ハローワーク青梅（TEL 24-8609）

改正高年齢者雇用安定法

急速な高齢化の進行に対応し、高年齢者雇用安定法が改正され、65歳までの雇用確保措置が事業主に義務付けられました（2006年４月施行）。

主な改正点

次のいずれかの措置を義務付け
・定年の引き上げ
・継続雇用制度の導入
・定年の定めの廃止

詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください。
http://www.mhlw.go.jp/general/seido/anteikyoku/kourei2/

女性リーダー養成講座

コミュニケーション入門

会社や地域、家庭、友人関係など様々な人間関係において、コミュニケーションのとり方が大変重要です。また、コミュニケーションがうまくいくと、様々な活動に積極的に参画し、リーダーの役割を担う自信にもつながります。

そこで、市ではキャリアカウンセラーの石川佳代さんを講師に、コミュニケーションの入門講座を実施しました。

講座の様子：参加者の熱意が伝わってきました　　平成21年11月30日(月)

相手に伝わる話し方とは…

・自分の意見や意思を伝える「話すこと」と、相手の意見や意思をきちんと「聴くこと」のバランスがとれていることが大切です。

・聴き手は、相づちを打つ・うなずくなど「聴いています」という合図をすると理解が深まります。

・話し手は、自分の意見や意思など十二分には相手に伝わらないことを自覚した上で、伝える工夫をすることです。

◆　◆　◆

参加者からは「自分の話したいことの半分表現できればいいほうで、さらにその半分程度しか相手に思いは伝わらないものと知り、驚きました」「言葉不足で誤解を生んでしまうことがあるので、自分の思いを上手に伝えられるようになりたいです」「もっと学びたいのでこの講座をシリーズ化してもらいたいです」などの声が寄せられました。

現場の芽

市内の75歳以上の方の長寿をお祝いして10月に行われた敬老会。2千人以上の方に参加いただきました。

第一部では、高齢者の方々が踊りや合唱を披露。きれいにお化粧をして、華やかな衣装に身を包み、年齢を感じさせない動きには驚きます。合唱も、すばらしい声量で、聴いているこちらまで元気になります。

休憩時間には、車椅子で参加された方もみなさんご近所のお友達と笑顔でお話されていました。

第二部では、千昌夫さんのショーを楽しみました。

「北国の春」は私の祖母もカラオケの十八番だったなぁなどと思い出しながら聴いていました。参加された方も当時の思い出などよみがえってきたのではないでしょうか。

地域ごとに送迎のバスが出ます。行き帰りのバスの中では、お孫さんの話や今日のショーについて楽しい会話が続きました。（こ）

地域の目

毎朝、お宅の前を通る子どもたちに、「おはよう。行ってらっしゃい！」と元気に声をかける北原勝彦さん（大門3丁目）。子どもたちも同じように「行ってきます！」のあいさつを返し、学校に向かいます。

20年前、幼女が犠牲になった事件以来、近所に住む者同士の信頼関係を築き、そして子どもたちを守ろうとごく自然に声をかけるようになったそうです。以来何人もの子どもたちの1日がこの声とともに始まっています。「子どもはかわいいもんなぁ」と話す温かい笑顔に引き込まれて私も笑顔になりました。（狩）

ワーク・ライフ・バランス講座を開催しました

仕事もプライベートも、もっと充実

～経営戦略としてのワーク・ライフ・バランス～

ワーク・ライフ・バランスとは、「仕事」と子育てや親の介護、地域活動等の「仕事以外の生活」との調和がとれ、その両方が充実している状態をいいます。ワーク・ライフ・バランスの実現は、企業にとっても社員の意欲向上や優秀な人材の確保、業務の効率化や生産性の向上につながる経営戦略の一つです。

都内企業の調査にあたった矢島洋子さんを講師に、青梅商工会議所・青梅労働基準監督署共催による講座を開催しました。

主な内容

東京都「ワーク・ライフ・バランス実践プログラム」をもとに、具体的データを示しながらのお話でした。

・既婚・独身を問わず、男女ともに、ワーク・ライフ・バランスが図られていると感じている人の方が仕事への意欲が高い

・各種課題（残業が多く仕事の効率が低い・女性社員が出産を機に辞めてしまう等）に対し、取組事例を挙げてのポイント解説など、盛りだくさんの内容でした。

・ワーク・ライフ・バランスはすべての人のためのものであり、特定の層（女性、子育て社員等）への優遇策ではない

・誰かの犠牲の上にすすめてもうまくいくものではない

三菱UFJリサーチ&コンサルティング
主任研究員
矢島洋子さん

おうめの散歩道

釜の淵公園　大柳町1,392

多摩川の湾曲した地形を利用した公園です。時期には川沿いの桜も楽しめます。

公園内には青梅市郷土博物館や国の重要文化財に指定されている旧宮崎家住宅があります。屋根を葺き替えたばかりの旧宮崎家住宅の傍らには、昔、村の若者たちが力くらべをしたという大きな石が二つあります。今年、宮崎家裏側斜面の杉林を伐採して山桜を植えます。

青梅市立美術館も徒歩で10分くらいのところにあります。

問い合わせ

青梅市公園緑地課
TEL0428-22-1111
（内290）

青梅市郷土博物館
TEL0428-23-6859

力石（ちからいし）

男女平等参画川柳

市では、男女平等参画をテーマとした川柳を募集し、11月7日・8日に行われた市民のくらし展（青梅産業観光まつり内）で市民のみなさまから応募いただいた作品を展示し、共感できる作品にシールを貼っていただきました。

作品の一部を紹介します。

・マイバッグ　夫も持ってお買い物
・あなたより先に逝かない思いやり
・胸張ってパパ育休を取る時代
・「ありがとう」この連発で共白髪
・男女とも一日一度は家事労働
・ありがとう言える貴男に星みっつ
・年かさね　増えるは愚痴と診察券

展示風景（市民のくらし展）

人のわ

篠原　澄子さん（59歳）
民生・児童委員（東青梅5丁目）

青梅市に昭和53年に越して来ました。青梅は、平凡ですが自然がとてもいい。帰って来たとき、朝起きて窓の外を見たとき、山が見えるとほっとします。

母が、脳梗塞で半身麻痺になったときに健康センターのリハビリに行くようになりました。そこでリハビリに頑張っている人たちを車で色々なところへ連れて行くと、びっくりするほど喜んでくれました。みんなが喜ぶと母も喜んで私を自慢しました。それが私のボランティアの始まりです。

多くの方々のお世話を受けていた母が亡くなった後、在宅の介護ヘルパーを始めました。ここから少しずつ活動が広がり、民生・児童委員を受けたときも違和感はありませんでした。

民生・児童委員を受けたとき、当時の自治会長が非常に協力してくれました。一人ですと相手との1対1の付き合いですが、自治会の協力で多くの方とのかかわりができ、高齢者とのつながりもスムーズになりました。民生・児童委員ができる部分と自治会ができる部分、合わせれば地域がとても良くなると思います。

楽しく活動する篠原さん（中央）

最初は障害のある人、次に高齢者、そして今は自治会で多くの方たちとかかわりが持てています。「大変でしょう」と聞かれますが、大変と思ったら大変になってしまいます。多くの方の考え方に接すると新たなかかわりが生まれる。世界が広がる。それがうれしいし、一緒にできれば楽しく活動ができます。

私のボランティアの原点は、母でした。活動が今でも続いているのはみんなの笑顔とありがとうのひと言です。

クリップボード

女性の再就職支援パソコン講座

日時　5月12日(水)～6月2日(水)（計4回）
午前9時30分～11時30分
申し込み　4月15日までにハローワーク青梅
職業相談コーナー窓口へ。
TEL 24-8609(代)
詳しくは4／1号広報おうめをご覧ください。

働く女性のスキルアップパソコン講座

日時　6月3日・10日・17日(木)（計3回）
午前7時00分～9時00分
詳しくは5／1号広報おうめでお知らせします。

よつばの手紙　第2号

発行日　2010年3月
発　行　青梅市市民部市民生活課
電話 0428-22-1111　内線368
編　集　男女平等情報紙編集委員会
編集委員　鶴岡義浩　山崎幸子　大野哲明
狩野恵子　吉田由美子

＜編集後記＞

高齢・少子化が進み、現在・将来に不安を感じている方が多いのではないでしょうか？　地域の中で、自分の趣味やボランティア等を通じて、交友関係をさらに広げ、笑顔豊かに歳をとって生きていきたいものだと思いました。(鶴)

上手にコミュニケーションをとるためには、まず聴き上手になること。相手の気持ちを受け入れようとする心の余裕を身につけたいと痛感しています。(山)

この紙面に携わり、改めてコミュニケーションの大切さを実感。これからも仕事、家庭、地域を通じて人との関わりを大切にしたい。(大)

5人に1人が65歳以上の青梅市。世代を超えたふれあいが次の世代の「人」を育てる。その環境がこの街にはある。幸い自然も豊富だ！（狩）

特集記事を担当し、改めて人は一人で生きているのではない、と実感しました。私も今までのきずなにこの場を借りて感謝！（吉）

みなさんのご意見・ご感想をお寄せください。
また、「よつばの手紙」で取り上げたい内容がありましたら、お知らせください。