

# シルバーつちうら

公益社団法人 土浦市シルバー人材センター

会 員 数

男 379 人

女 201 人

合計 580 人

令和 8 年 1 月 8 日現在

第 97 号

2026 年（令和 8 年）1 月 22 日発行

編集・発行／土浦市シルバー人材センター広報委員会

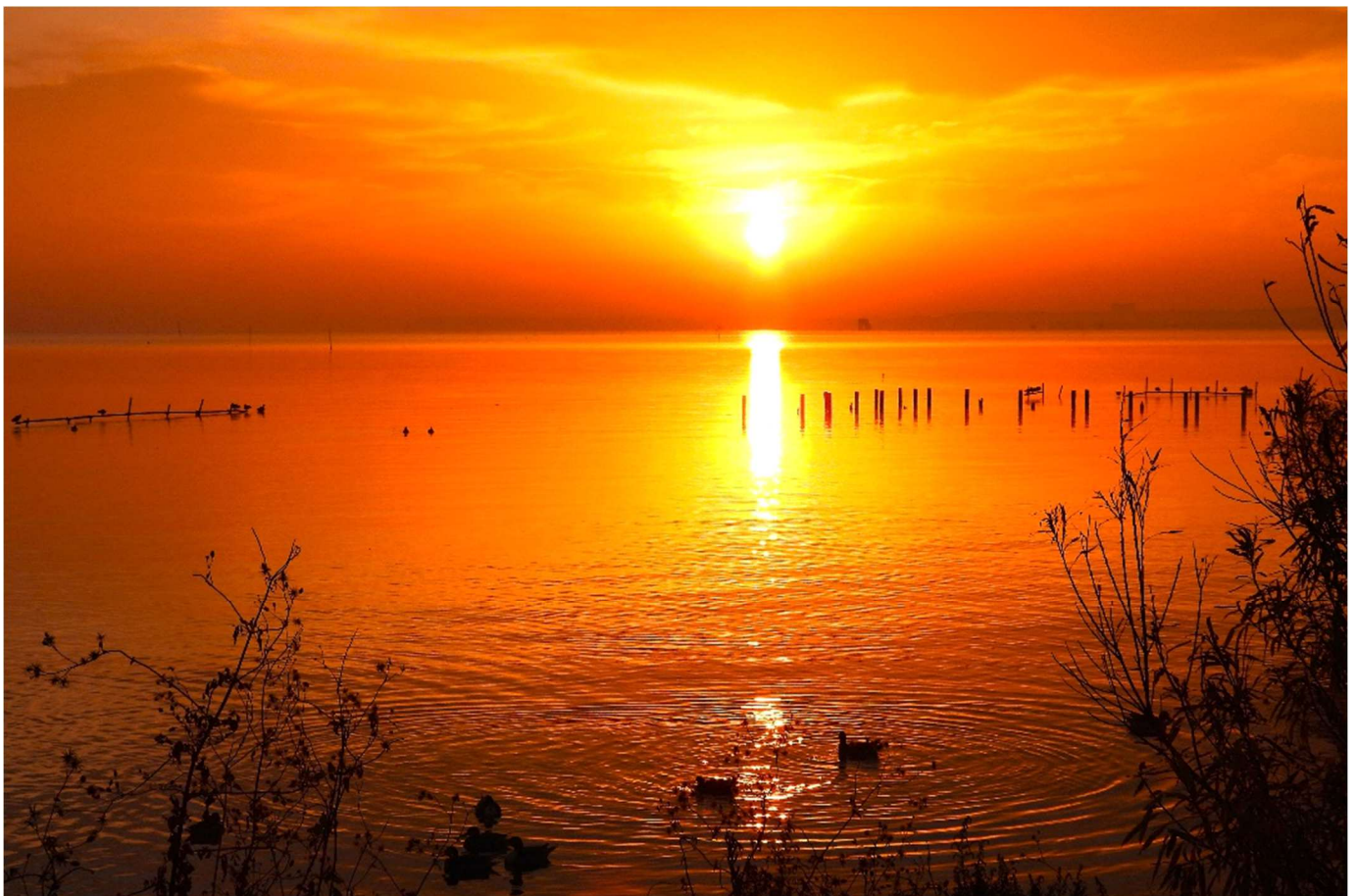
〒300-0052 茨城県土浦市東真鍋町 2 番 5 号

TEL. 029-824-8281 FAX. 029-823-3007

ホームページ <http://www.tsuchiura-sjc.jp/>

シルバー人材センター基本理念

『自主・自立・共働・共助』



霞ヶ浦総合公園にて（撮影：林 勝之さん）

新年のご挨拶



理事長

前田 浩

明けましておめでとうございます。  
会員の皆さまには、清々しい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。シルバー人材センターは、地域の日常生活に密着した就業機会を提供するなど、高齢者の社会参加を促進し、高齢者の生きがいの充実、健康の保持増進、ひいては地域社会の活性化、医療費や介護費用の削減などに貢献しています。

現在、シルバー人材センターを取りまく情勢は、インボイス制度、フリーランス新法への対応など、様々な制度改正や人口構造の変化など大きな転換期を迎えております。

このような中で、土浦市シルバー人材センターにおいても時代の変化に対応した就業の確保・拡大に努めていく必要があります。七十五歳から八十歳の会員にできる仕事の開拓が急がれるとともに、女性会員への魅力ある就業先の拡大も強く求められています。

また、地域の暮らしや事業活動に、高齢者の社会参加が重要かつ不可欠となっています。働くことを通じて健康の維持・地域社会への貢献を目指し、会員役職員が一丸となり、魅力あるセンターとなるよう、さらに努力して参りますので、一層のご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

## 新年のご挨拶



土浦市長  
安藤 真理子

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

皆様におかれましては、輝かしい初春を健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、前田理事長をはじめ、会員の皆様には、日頃から、市政の推進に深いご理解と温かいご支援をいただいておりますことに、心より感謝申し上げます。

さて、健康寿命の延伸により「人生百年時代」といわれている中、誰もが生涯現役として、様々な形で地域社会に参加していただくことが求められております。

このような中、就労機会の提供や生きがいづくりなどを通して、地域貢献を行われているシルバー人材センターには、大変重要な役

割を担っていただいております。

そして、これまで培われてきた豊かな経験と豊富な知識、確かな技術力を活かし、生き生きと活動されている会員の皆様は、本市に元気を与えてくださり、土浦市のさらなる飛躍へと繋がる大きな力になっております。

市といたしましても、皆様がいずれからも健康で様々な活動に取り組んでいただけるよう、地域福祉の向上に努めるとともに、誰もが住み慣れた地域で生きがいを持って、暮らし続けることができるまちづくりに向けて、様々な施策に全力で取り組んでまいりますので、引き続き、ご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとりまして、元気で明るく、実り多き一年となりますことを心からご祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



土浦市議会議員  
勝田 達也

令和八年の新春を健やかにお迎えになられたことと心よりお慶び申し上げます。

土浦市シルバー人材センターの皆様におかれましては、日頃より地域社会の活性化に多大なご貢献をいただいておりますこと、心より感謝と敬意を表する次第でございます。

さて、今年の干支である「午（うま）」は、力強く駆け抜ける象徴であり、目標に向かって前進する力や、新たな挑戦への意欲を掻き立てる意味がございます。この一年が会員の皆様にとって、充実した活動とさらなる心から願っております。

昨年を振り返りますと、本市の伝統行事である花火競技大会が百周年を迎え、多くの市民や来訪者の皆様と共に盛大に執り

行われ、大成功を収めることが出来ました。この節目となる大会の成功は、地域の絆を一層深め、まさに活気と誇りをもたらす明るい一年となりました。

人生百年時代を迎える現代において、高齢者の皆様が生きがいを持って地域で活躍できる場の創出は、社会全体の豊かさの源となります。貴センターが担う役割は、地域になくてはならない存在であり、重要な多くの市民にとって欠かせないものとなることを確信しております。つきましては、長年培われた技術や知識、経験といった「宝」を活かし、引き続き地域社会の担い手として、会員の皆様が生き生きと活躍いただけますようお願い申し上げます。

結びに、土浦市シルバー人材センターの益々の発展と、会員の皆様にとつて実り多き一年となりますよう祈念申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。





# お祝い「午」の年女・年男

活発で明るい性格といわれる午年（うまどし）生まれ。行動力もあるのが頼りがいがあります。

著名人には一九六六年生まれで有森裕子さん、一九五四年生まれで古舘伊知郎さん、一九四二年生まれで小泉純一郎さんなどがいます。

土浦市シルバー人材センターの該当会員は、一九五四年生まれが三十一名。一九四二年生まれが十五名。

人間万事塞翁が馬。持ち前のリーダーシップを発揮し、今年も元気に駆け抜けられることを祈念いたします。

## 今年の年男・年女の方々です

### －84 歳－

|       |       |
|-------|-------|
| 萩島 邦男 | 市村 幸子 |
| 若杉 孝  | 柳町 貞一 |
| 小野 正明 | 秋元 昭臣 |
| 丸山 紀侑 | 植田 稔  |
| 本橋 貴子 | 糸井 守  |
| 中川 千子 | 開場美恵子 |
| 石濱 富枝 | 塚本 正也 |
| 石川 俊昭 |       |



### －72 歳－

|       |        |
|-------|--------|
| 張替 町子 | 阿部 久子  |
| 佐藤 育男 | 白石 佳子  |
| 矢口 京子 | 辻 正枝   |
| 山下 英明 | 長谷川 清美 |
| 増田 敏夫 | 鈴木 基仁  |
| 岡野 新一 | 小林まゆみ  |
| 富司みつ  | 金川みち子  |
| 久松喜美代 | 大貫しげ子  |
| 大久保茂文 | 小松崎修治  |
| 山崎 秋子 | 神長 克昌  |
| 山口 郁夫 | 坂東 守   |
| 山本美枝子 | 岡崎 倍子  |
| 森内 敬久 | 尾形 秀義  |
| 石井 四郎 | 鹿島 啓一  |
| 高橋 康弘 | 根本 恭子  |
| 近藤 勝己 |        |

（敬称略）

## 「七回目の年男を迎えて」

二中地区 糸井 守



最近、根気とやる気がなくなつて家でごろごろしている事が多くなつて来ました。でも趣味の温泉旅行の下調べには時間を忘れて没頭してしまいます。

旅行仲間は現役だった頃の職場の同僚達で、六十四歳から八十四歳までの八人、女性も二名います。勿論私が最高齢ですが、若い人が中心になつて老人向きのコースを計画してくれるのも嬉しいのです。年に六、七回も旅行していますが、参加したい人だけが参加するという自由でしびりが無いのも良いです。但し私は欠席無しです。

温泉がメインの一泊旅行ですが、

## 「年女の夢」

三中地区 金川 みち子

近辺の神社仏閣を訪ねるのも楽しみです。事前の下調べが興味をかき立てくれます。仲間とは年齢に関係なく、同じ目線で話せるのがストレスを解消し、リフレッシュ出来るのだと思います。

定年後の二十二年間、この関係が続けられたのが素晴らしいと思っています。そして、これからもずっと続けて行きたいと願っています。

私は現在、個人宅の草取り作業を行いながら、乙戸沼公園での清掃業務にも従事しています。





四季折々の表情をみせてくれる乙戸沼公園には、毎日たくさんの方が訪れるため、駐車場にはいつも多くの車が停まっています。

「いつ来てもきれいな公園だね」と、利用者の方に声を掛けられると嬉しくなります。もちろん私一人の力ではなく、センターの清掃チームやボランティアの方々と作り上げた結果だと思っています。

みんなで協力し【土浦市でいちばんきれいな公園】といわれるような公園にしたいです。その為にも、まずは健康第一！寒さや暑さにも負けず、毎日頑張ります！

### 「新しい一年に向けて」

三中地区 増田 敏夫



今年も巡ってきました、年男の年です。私は現在、桜川ハイツで管理業務に従事しており、主に工事業の方やお客様への対応を担当しています。ひとりで任されている職場のため、当初は「気楽かな」と思っていました。が、いざ働いてみると、すべてが自分の責任になるという緊張感のある現場でした。今は「トラブルを起こさないこと」を第一に、日々丁寧な仕事を心がけています。

また、今年も楽しい一年にしたいと思っています。そのためにも「健康第一」をモットーに、毎日一時間の散歩を続けています。三カ月に一度はかかりつけ医で血液

検査等を受け、大きな病気を未然に防ぐよう心がけています。

そして何より、二人の孫の日々の成長を見ることが、今の一番の楽しみです。これから家族とともに笑顔あふれる一年を過ごせたらと思っています。

### 「午年に向けて」

六中地区 秋元 昭臣



この十二年間は大きな自然災害、退職してシルバーへの入会と人生で一番変化のある年月でした。

発端は六十年前二十代で標高千五十メートルの職場に毎日徒歩で那須湯本温泉から標高差五百三十メートル距離十キロメートル余を郵便物と一日遅れの新聞を配達してくれていたオヤジさん。一人

黙々と山道を登って行く背中が歳を重ねる度に想い出されました。

「誰に褒められることもなく厳しい四季を楽しみお客様の笑顔を思うだけ」彼はそれを楽しんでいたと思うようになり一人仕事の「清掃」を選びました。毎回汚れた場所を探し強いヒール痕はスチールたわしで除去、みんなのこの繰り返しで床も隅々もピカピカになっています。ゴミ収集箱底に段ボールを敷くなどして省力化を図りお客様も清掃員も笑顔になり、改めて郵便配達オジサンのかっこよさを実感しました。

七回目午年の楽しみは十二年に一度の鹿島神宮「御船祭」。もう一つは自転車クラブで紹介して頂きました「霞ヶ浦周航歌」が広まり、吹奏楽演奏や合唱がここそこで聴かれ霞ヶ浦が綺麗になることです。午年には世の中平和で元気にシルバー人材センターの益々の繁栄を願います。





## 委員会だより

# 2026

## かすみがうらマラソン

### 兼国際ブラインドマラソン

**参加者募集中！**

**4月19日(日)開催**

**コースキャスト(走路員)ボランティア**

今回で 36 回目を迎える「かすみがうらマラソン 2026」

今年は 4 月 19 日(日)に開催。

大会の盛り上げに協力・貢献するため、当センターもボランティア活動に参加します。

当日参加いただける方は、シルバー人材センター事務所窓口  
に「参加申込書」を用意しておりますので、ご記入をお願いします。

**〈お申し込みは、2月16日(月)まで〉**

**〔当面のボランティア活動予定〕**

**2月12日(木)・3月12日(木)・4月9日(木)**

〈土浦駅周辺清掃ボランティア活動〉

8時30分：シルバー人材センター事務所前駐車場集合

(現地に直行の方は9時迄に土浦駅西口ペデストリアンデッキ中央へ)

※自転車の方は土浦駅西口地下駐輪場をご利用ください

※軍手を各自ご持参ください。(雨天の場合は中止)

### ボランティア活動委員会

委員長 石川 雅明



前回大会の活動風景



清掃ボランティア活動風景



### 女性委員会

委員長 林 邦子

#### 「お正月飾りの製作」

令和七年十二月十八日(木) 女性委員会主催  
でお正月飾りの製作を行いました。

参加者は二十五名、昨年も参加された方も多く、お互いに顔を見合わせ一年が過ぎるのがなんと早いのかを実感した目に成りました。  
出来上がった作品を眺め、来年も良い年であるよう祈念する参加者の皆さんでした。



## 理事会報告

## ◆第四回理事会(十一月四日)

※理事会での主な審議・報告事項

- ①入会者の承認について
- ②包括的契約の導入に伴う利用規約の制定について
- ③包括的契約の導入に伴う会員業務就業規約の制定について

## 会員相談日程

会員の就業希望やシルバー人材センターへのご意見・ご要望をお聞きます。

(事前に申し込みをして下さい)

## 【開催日】

- ◆二月二十六日(木曜日)
- ◆三月二十六日(木曜日)
- ◆四月二十三日(木曜日)

## 【時間】

午後一時三十分～

(二人二十分程度)

## 【場所】

シルバー人材センター談話室

## 新入会員の紹介

(九月二日～十一月四日)

## 一中地区

武尾 奈巳子 岡野 一夫  
塚本 みち子 鈴木 基仁

## 二中地区

大久保 彰 松葉 秀三郎

## 三中地区

なし

## 四中地区

岡野 新一

## 五中地区

岩瀬 勝英 大平 晴彦

## 六中地区

松本 隆雄 箕輪 勇介

沼尻 瑩子

## 都和・新治地区

安田 りか 高橋 立身

(敬称略)



| No | 就業先名等 | 就業場所 | 作業内容  | 就業時間                                                            | 備考              | 就業案内 |
|----|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------|-----------------|------|
| 1  | 市民会館  | 東真鍋  | 清掃    | 8:30～12:30<br>火～日(週2～3日)                                        | 女性2～3名程度        |      |
| 2  | 食品販売店 | 手 野  | 揚げ物調理 | ① 油揚げ・厚揚げ<br>8:30～12:00<br>月水金<br>② がんも<br>14:00～16:30<br>月火木金土 | 男女問わず<br>暑さに強い方 |      |

※詳細はシルバー事務局迄お問い合わせ下さい。☎029-824-8281



「トイレがきれいだった」と言われると嬉しい、と話す市村さん。土浦市民の方だけではなく、他の市町村、県外の方もたくさん利用するクラフトシビックホール。一緒に働く仲間を募集中です！



「市民会館清掃」市民会館(クラフトシビックホール)では、現在七名の会員が就業しています。フロアや階段、トイレ清掃、駐車場の草取など広い場所を数人で清掃します。

こんなお仕事やっています



## イベント情報

## 「土浦市にシルバーへの

## 支援要望書提出」

令和七年十一月七日(金)に土浦市を訪問、安藤 真理子市長・勝田 達也市議会議員長宛の「シルバーへの支援要望書」を提出しました。

この要望書は、シルバー普及啓発活動の一環として、地域社会に貢献すべく活動を行っている当センターへの支援を茨城県シルバー人材センター連合会と連名で願うものです。



安藤市長



勝田市議会議員



## 「シルバーの日つちうら25

## ボランティア清掃」

令和七年十一月二十日(木)土浦駅東口周辺の清掃ボランティアを行いました。

この活動は、十一月二十二日より始まる土浦カレーフESTA、土浦産業祭の開催に合わせ、「シルバー普及啓発活動」の一環として土浦駅前を綺麗にしようと十三名の会員の方々が参加・実施しました。一時間の作業でゴミ袋二十個のゴミを回収、土浦駅前の美化に貢献しました。皆様の参加ご協力有難うございました。次回も宜しくお願いします。



ご協力有難う御座いました

## 「令和七年度女性活躍推進

## シルボンヌ参加報告」

令和七年十一月二十五日(火)ホテルレイクビュー水戸に於いて女性活躍推進シルボンヌ交流会が開催、当センターから女性委員会のメンバーが参加しました。

途中、吉本興業お笑い芸人によるトークショーなどをはさみながらグループ別に、「女性会員が活躍するためには」「女性会員を拡大するためには」のテーマでグループ毎に討議し発表を行いました。

女性会員を増やすためには、楽しく魅力ある仕事をいかにして提供できるかにかかっている、との認識を新たにしました。



参加者の皆様と一枚！

# 「令和七年度理事長及び

## 役職員研修に参加して」

令和七年十二月三日（水）水戸市の福祉会館で開催された県シ連主催の令和七年度理事長及び役職員研修に前田理事長以下五名の役職員が参加しました。

研修内容は、「認知症・フレイル予防とシルバー人材センターへの期待」について及び「本県のシルバー事業を取り巻く最近の動向」についてでした。

今後益々高齢化が進む中で、シルバー人材センターが果たすべき役割とはなにか、またいかに高齢化社会と認知症の問題について対応しなければならぬかを考えさせられた研修でした。

シルバーで働く人はフレイルリスクが三十四%も低く、また認知症にかかる率も低くなる。という説明がありました。楽しく適度に働くことが長生きの秘けつようです。



会場の様子

# 「冬の交通安全運動に伴う

## 街頭キャンペーン参加」

令和七年十二月一日（月）イオンモール土浦において、年末交通事故防止県民運動に伴う街頭キャンペーンが実施されました。

シルバー人材センターからも十三名の会員の方々が参加、買い物客で賑わう館内でキャンペーングッズを配り年末の交通安全を呼びかけました。



つちまる君も参加!!

## 「植木剪定スタッフ講習会実施」

令和七年十一月十八日、十九日の二日間で当センターと県シ連共催で植木剪定スタッフ講習会を開催しました。

近隣のシルバー人材センターを含め十八名の方々が受講し植木剪定に必要な基礎知識を習得しました。



## 紙上交流・懇親ひろば

### 『午年新春川柳』

一中地区 枯風

引越しの

荷馬車ではしゃいだ

幼き日

鞭打たれ

モーレッツ社員は

今どこに

シルバーで

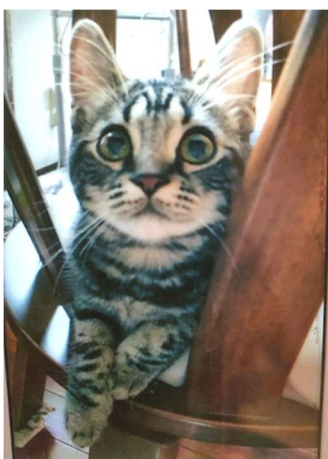
馬合う友と

汗ながす

### 【我が家の宝物】

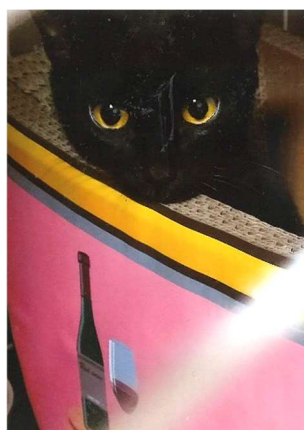
今回は四匹の可愛い猫ちゃんをご紹介します！

二中地区 古関 千恵子



名前…ルル

生後四ヶ月の時で、アメリカンショートヘアという種類です。



名前…サリー

保護した時の思い出の一枚です。



名前…カノン

お気に入りのキャットタワーから顔を出しています☆



名前…ルナ

サイベリアンという種類です。この時は生後四ヶ月。まだまだ赤ちゃんです！



## 互助会だより

### 「楽しかったよ バーベキュー」

令和七年十月十五日(水) 恒例のバーベキュー大会を霞ヶ浦総合公園「レストハウス水郷」にて開催しました。

例年に比べ参加者が少ないバーベキュー大会となりましたが、それでもお肉が焼けるとビールも進み、楽しい秋のひと時を満喫することができました。



### 写真同好会活動報告

十一月末の早朝、稲敷郡美浦村トレーニングセンターにサラブレッドの写真を撮ろうと訪れた。壮大なトレーニング場で干し草の香りが周辺に漂い思わず深呼吸、ウロウロしていたら施設関係者の家族らしき女性に声を掛けられ質問されました。「土浦市シルバー人材センター広報紙に掲載したいので」と説明し、十月発刊の広報紙をお見せし「是非写真を撮らせて下さい」とお願いした所、望遠での撮影ならと条件付きで許可がおりました。



### 写真同好会会員募集!!

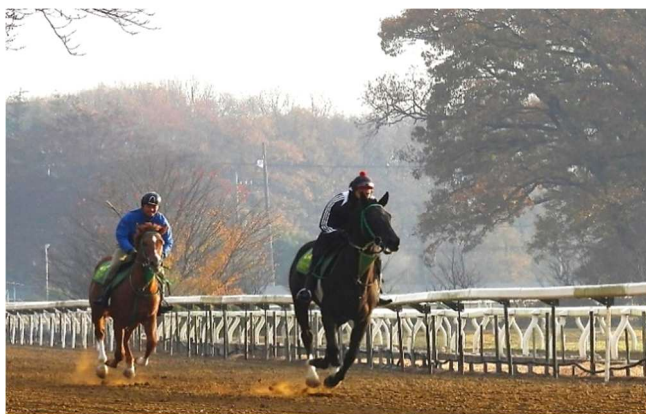
- 近隣撮影会 年五回程度開催
  - カメラは無くてもOK
- ※入会お待ちしております!



フエンダー越しに見るサラブレッドは、とても美しく夢中でシャッターを押し続けました。二〇二六年は午年でもあり活き活きとしたその雄姿を撮ろうと前々から考えていましたが、その映像を三回目の訪問でカメラに収めることができとても幸運でした。

走っている若駒の躍動感や美しさは一言では語れません。貴重な一枚として永久保存、皆様方にもその写真の一部をご紹介します。

写真同好会 林 勝之



**講習会開催のお知らせ!!**

- 接遇講習
  - ◆ 日時：令和 8 年 **2月予定**
  - ◆ 場所：シルバー 2 階会議室
  - ◆ 講習内容
    - ・ 接遇とは
    - ・ なぜ接遇が必要か
- 詐欺被害及び交通事故防止
  - ◆ 日時：令和 8 年 3 月 11 日（水）  
10：30～11：30
  - ◆ 場所：シルバー 2 階会議室
  - ◆ 講習内容
    - ・ 詐欺被害に合わないためには
    - ・ 交通事故防止について

※日時等は決まり次第お知らせします！

申込はシルバー事務局まで  
☎029-824-8281

## 道路交通法改正 令和8年4月1日より 反則金制度(青切符)導入

|                                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>ながら運転<br>反則金 1万2,000円 | <br>遮断踏切立ち入り<br>反則金 7,000円 | <br>逆走や歩道走行<br>反則金 6,000円 |
| <br>信号無視<br>反則金 6,000円    | <br>一時不停止<br>反則金 5,000円    | <br>二人乗り<br>反則金 3,000円    |

※上記は一部となります。その他にも多数あり。(全113項目)

令和8年4月1日より自転車の交通違反に対し「青切符(交通反則通告制度)」が導入され、信号無視や一時不停止、ながらスマホなどの違反行為に対して反則金が科されるようになります。(16 歳以上の運転者が対象) 自転車を運転する際にはヘルメットを着用し交通ルールを遵守しましょう。

事務局より

## ◆ 年会費納入について

(退会の届出について)

令和8年度 年会費及び会員互助会費の納入につきましては、配分金などの支払いゆうちょ銀行口座より **五月二十九日(金)** 自動払込みとさせていただきます。(現金納入希望者は除きます。) また、会員継続を望まない方、及び今年度で退会を希望される方は、**三月二十七日(金)** までに必ず事務局までご連絡いたします。

なお、退会希望のご連絡がない場合は、会員継続とみなし年会費の納入(自動払込み)をさせていただきますので、よろしくお願ひします。

令和7年度の会費について、三月末までに未払いの方は、退会のお手続きを取らせていただきますので、ご了承ください。

◆ 郵送された配分金支払い証明書は、令和七年に就業して得た配分金に関する証明(書)となりますので、確定申告の必要な方は、必ず申告するように願ひします。

## あしがき

早朝霞ヶ浦総合公園に到着、寒さでかじかんだ指に息を吹きかけ暖をとる。岸辺に三脚を立て日の出を待つ、「ギター」湖面が赤く輝き絶好のタイミングで「パチリ」今年もこの一枚からスタート、会員皆様方の御健勝を願ひ新年号としました。今年も四回発刊予定の広報紙ですが、会員皆様方の御意見・ご希望を十分参考に編集して行きたいと思ひます。今年も宜しくお願ひします。

委員長 池 和親  
委員 美和 靖昭 木村 隆  
鈴木万里子 林 勝之

## 『訃報』

◆ 藤田 茂雄様  
(都和・新治地区)  
故人のご冥福を  
お祈りいたします。