楽しく充実した第二の人生を創ろう

公益社団法人 鎌倉市シルバー人材センター

定年で卒業？熟年は貴重な人材

「人生100年時代」を迎える中、リタイア後の長い余生をどう過ごそうかと思ったときは…。鎌倉市シルバー人材センターの齋藤有子事務局次長にうかがった。

―貴センターはどのような経緯から生まれたのですか。

1982年（昭和57）3月30日に鎌倉市の調査機関である高齢者福祉対策研究会が「高齢者事業団設立に向けての意見書」をまとめて鎌倉市へ提出し、市がそれを受理したことにより設立への準備が行なわれました。市役所の老人福祉課に担当員を配置して設立へ向けての準備がおこなわれ、1983年4月1日に設立総会が開催されて「鎌倉市高齢者事業団」が設立されました。今年で37年目となります。

―その時期は他の自治体と比べてどうですか。

鎌倉市は神奈川県内で13番目の設立です。

―運営資金はどのようにして確保したのですか。

スタート時点では鎌倉市と国、神奈川県からの補助金で運営されていましたが、今は国と鎌倉市からの補助金、それと当センター独自の収入で運営しています。

―具体的にどのような活動を。

鎌倉市内には一般家庭が多いので、植木の手入れや庭の草取り、家事手伝いの仕事の依頼が多いです。また、公共からのスター掲示や西御門テニスコートの管理や整備、鎌倉市青少年会館の夜間等管理業務、窓口管理、吉屋信子記念館の管理補助、鎌倉市内小学校の土曜日曜の日直代行などをしています。

民間からの依頼では事務所の清掃や商品販売の補助作業など事業所の仕事の種類によってさまざまな作業があります。また、鎌倉は寺院が多いので寺院の仕事も。浄光明寺、教恩寺、円覚寺、高徳院など寺院の境内の清掃作業、除草作業の仕事ですが、手が足りなくなかなか難しいです。お盆の時期などは対応が難しく待ってもらう日にちが長びきます。

鎌倉文学館は、開館当時、前庭のバラ園作りを受注して現在までそのバラの手入れをしています。バラの季節になるとたくさんの観光客が訪れることは、作業会員にとって励みになっています。

鎌倉文学館バラ園の管理は開館時から請け負っている

まずは入会説明会に参加を

―貴センターへの入会申し込みは。

まず入会説明会（文末に日程掲載）にご参加いただきます。そこではセンターの仕組みなどを映像や資料で紹介しています。それを見てから入会するかどうするか判断し、入会と決めたら後日書類をお持ちください。説明会のときに用紙をお渡ししますので、必要事項を記載してセンターに提出していただきます。

―登録者の会費は。

当センター入会者は1年に1回2000円の会費をお支払いいただいています。

―登録者の仕事の任期は。

植木の手入れや除草作業のように指示された作業が終わったらそれで終了の仕事も、スーパーマーケットやお店の管理のように1年契約で行っているものもあります。

―個人が一年契約で継続するのですか。

スーパーマーケットや施設管理の仕事ですと1年単位で契約して、それに沿って仕事をします。

―すると自動的ですか。

当センターの仕事は高齢者でもできる仕事を引き受けて、1週間に20時間以内、月曜から日の就業ということ決まりがあります。

植木の手入れ、除草、家事手伝いほか、スーパーマーケットの仕事や市内私立の中学、高校の学校内清掃作業、公立小学校の日直代行業務、私立の学校でスクールバスに乗る子ども達の見守り、筆耕作業、卒業証書や感謝状毛筆筆耕、介護施設の休日の受付業務、市内老人センターでの土日の受付業務などの仕事をしています。

―受注数は。

平成30年度の実績では総件数3041件でした。内訳は公共業務が509件、一般企業からが379件、個人からが261件、独自事業が一件。

―独自事業とは。

鎌倉市役所駐車場で市役所が休みのとき、土、日と祝祭日に当センターが登録していただいて、センターの設立理念である「自主・自立、共働・共助」のもとに実績を積み上げて市内の高齢者の働く団体として、鎌倉の事業を支えていきたいと思います。

―どうもありがとうございました。

◎入会説明会（毎月第2水曜日）8月14日、9月11日、10月9日、11月13日、12月11日
会場　深沢学習センター第二集会室
時間　午前9時30分

鎌倉市シルバー人材センター
鎌倉市笛田1―10―1☎0467・38・1881

植木の手入れ作業。センター受注作業の28%を占める

埋蔵文化財発掘作業＝史跡永福寺跡

文化財発掘作業でも活躍

―鎌倉市内では各所で遺跡の発掘作業が行なわれていますが。

埋蔵文化財の発掘作業は、派遣事業で行なっているもので、現場で会員に活躍してもらっています。鎌倉市内のあちらこちらに現場があるわけですが、毎日現場に行き、仕事をするにあたっては調査団の方から今日はここをこういう風にやってください、ああいう風にやってください、と指示、命令を受けて仕事をしています。このような仕事は、派遣事業という形で行っています。

―それはどこからの依頼ですか。

発掘調査団からの依頼ですが、鎌倉市からも文化財関係の、発掘関係の依頼を受けています。

―発掘調査はどこが行っているのですか。

鎌倉市文化財課や民間の発掘調査会社です。

―鎌倉らしい受注作業は。

埋蔵文化財の発掘作業でしょう。

―今後目指す方向性は。

鎌倉市内在住60歳以上の人に一人でも多く会員登録していただいて、センターの設立理念である「自主・自立、共働・共助」のもとに実績を積み上げて市内の高齢者の働く団体として、鎌倉の事業を支えていきたいと思います。

◎入会説明会（毎月第2水曜日）8月14日、9月11日、10月9日、11月13日、12月11日
会場　深沢学習センター第二集会室
時間　午前9時30分

鎌倉市シルバー人材センター
鎌倉市笛田1―10―1☎0467・38・1881

「由比ガ浜をバリアフリーに」
障害者サーフィン二連覇 ひと
内田一音（うちだかずね）さん

由比ガ浜を障がいがある人も楽しめるビーチにしようと発起。この夏、その夢をかなえた。海の家沿いに板敷きのボードウオークが800㍍にわたり敷かれ、そこから車いすのタイヤが砂に埋もれない特殊マットが波打ち際まで伸びている。「もう、みなさまのおかげ。感謝、感謝。感無量です」と顔をほころばせた。

障がい者サーフィンの女子世界チャンピオン。昨年12月「ユニバーサルビーチ（＝バリアフリービーチ）をつくりたい。みんなに興味を持ってもらうために、2連覇して有名になってくる」という言葉を残し、米カリフォルニア州で行われた障がい者サーフィンの世界大会へ向かった。そして、サーフボードに立って乗るクラスの女子部門で女王の座をきった。

今年に入り2連覇報告でスポーツ庁、市役所、県庁を表敬訪問し、思いを訴えた。県は特殊マットを購入してくれ、市は介護補助員を土日に派遣してくれている。海の家の人たちは「やりたい」の熱意に応え、自腹でボードを敷いてくれた。〝公約〟を果たせて「まずはホッとした」と本音も。

藤沢市江の島にある漁師の家に生まれた。生まれつき左股関節に障がいがあり、左右の脚の長さが違う。でも「親が健常者といっしょの生活をさせてくれたから」気にすることもなく、サーフィンや水泳を楽しんだ。18歳の時に水泳の監視員として稲村ケ崎に派遣され、サーファーの繰り出す大技に魅せられ、本格的にサーフィンの世界に。現在、日本サーフィン連盟の湘南鎌倉支部支部長。

ユニバーサルビーチをつくりたいと思ったのは、2017年世界大会に初出場したとき。会場のラホヤビーチは、車いすで自由に走行できるマットが敷かれ、障がい者の人たちが海を楽しんでいた。「衝撃を受けた」と話す。

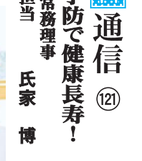
これからは他の地域の人と連携して各地のビーチをユニバーサルにする運動の一翼を担いたいと話す。ウェブサイトも立ち上げ発信していく。

津在住。藤沢市片瀬海岸であんみつ屋と障害者サーフィンの教室を経営している。2024年パリ五輪・パラリンピックでは、障がい者サーフィンも種目に入る可能性がある。「そうなればぜひ出場したい」。キラリ目を輝かした。47歳。

（文・写真　三浦準司）

健康百科 通信 ⑫⑪
オーラルフレイル予防で健康長寿！

鎌倉市歯科医師会 常務理事 地域保健・連携室担当　氏家 博



こんな症状ありませんか？・お茶や汁物でむせることがある・硬い食品が食べにくくなった・食べこぼしが増えた・話していると聞き返されることが増えた・口の渇きが気になる等々。

これらの日常生活における口のささいなトラブルや状況を放置していると食欲不振や食品多様性の低下に陥ります。

さらに、噛むわりが弱くなったり、舌の動きが悪くなるなどの口の機能低下が生じ、低栄養、サルコペニア（筋肉減少症）のリスクが高まり、最終的に食べる機能の障害を引き起こします。

この一連の現象および過程を「オーラルフレイル」と言います。

またオーラルフレイルは「お口の機能の虚弱」を意味する英語「oral」「frailty」を語源として作られた言葉であり、実際にオーラルフレイルと全身の衰えの関係は研究では、死亡リスクや要介護認定などがオーラルフレイルでない人に比べ、およそ2倍も高いという結果が報告されています。よって、お口のささいな衰えは近い将来、全身が衰えるサインであり、オーラルフレイルを一早く見つけて対応することが健康寿命延伸においてとても大切です。

自分のお口のささいな衰えについて、かかりつけの歯医者さんに相談されては如何でしょう。

氏家歯科医院　鎌倉市西鎌倉4―3―29☎0467・31・6491

高齢者が地域のくらしをサポート

―貴センターの活動と人材派遣会社の活動の違いは。

60歳以上の人を前提として派遣事業を行なっているということです。シルバー人材センターの基本的な考え方は、高齢者を対象とした高齢者のみの派遣事業、仕事の紹介です。会員があらかじめ登録した、希望する仕事の提供をしています。

―応募の条件、資格は。

鎌倉市内在住であること。心身が健康で働く意欲があること。仕事をすることを通じて自らの生き甲斐を見出し、社会参加を希望するような方、ということでしょう。

―年齢制限を設定していることの意味は。

当センターの設立は定年退職者を対象としたものです。定年退職したあともまだ働きたいという方に仕事を紹介し、高齢者の生き甲斐を増し活力を地域社会作りの手助けを目的としています。

―定年年齢が上がっていますか。

そこが当センターの会員数が今伸び悩んでいる原因の一つになっています。設立した頃は定年は60歳でしたが、このところどんどん延びて70歳という話まで出ているので、入会者の年齢が年々上がってきています。今は会員の平均年齢が74歳です。当センターの悩みの一つです。

―入会者の貴センターでの仕事と現役時代の職歴との関係は。

現在就業している会員の現役時代の職歴との関連は全く関係ないと言ってもよいでしょう。例えば植木の手入れ作業を行なっている方に元本職の方はいません。屋外清掃や除草作業は元事務職の方がほとんどです。ただ、現在パソコンの仕事をしている方はやはり現役時代関連会社に勤めていた方がその時の知識を元にパソコン関係の仕事をしています。

休日の市役所駐車場管理はセンターが

―労賃は職種により異なりますか、同じですか。

仕事の内容により異なります。例えば植木の手入れや除草作業と家事手伝いは異なりますが、家事手伝いの場合、神奈川県内の最低賃金1時間当り983円と同額です。

仕事の依頼は個人に直接ではなくセンター宛となり、センターが就業者を決める形になりますので、センターが請求書を発行し、労賃は一度センターに支払われ、配分金という名称で実際に仕事をした人に支払われます。

いざっ!! 鎌倉 てらこや 真っ白な壁 ⑥⑩
鎌倉てらこや事務局長　小木曽 駿

鎌倉てらこやでは、毎週土曜日に「休日てらこや ハウス」という居場所事業を実施している。

大船駅からほど近い、商業ビル3階の「てらハウス」で行われている本活動では、あえて子どもたちに企画（＝やるべきこと）を与えない。その目集まった子どもたちと大学生スタッフが、「やってみたい」ことを自分たちで話し合い、実現していくというきわめて自由度の高い活動をしている。

7月半ばの土曜日のこと。あるタイプの子に「今日は何をしようか？」と声をかけてみた。すると「壁をきれいにしたい！」と提案してくれた。

てらハウスの壁は、落書きで埋め尽くされている。

てらハウスでは落書きも自由だ。しかし、いざ「好きなことを描いていい」と言われても、大抵の子どもたちは立ちすくんでしまう。しかし、意を決して、一度けてみた。

「休日てらハウス」へどうぞ

書き始めてしまえば、手を止められなくなる。落書きは「イケナイ」こと。だからこそ、楽しいのだ。

そうして描かれてきた落書きは、いわばてらハウスの象徴だ。落書きが塗り重ねられ、新に描く隙間を見つけるのが難しいほどになっていた。

そこで急遽、白いペンキを買い出しにかけた。そして、夢中で壁に塗りたくって、気が付けば落書きは消え、部屋全体が明るくなった。女の子は「雰囲気が変わった！」と、腕や顔に白いペンキをつけながら、満足げに壁を眺めていた。

新たに塗りつぶされた壁は、一見、ただの白い壁に過ぎない。しかし、ペンキの下にはたくさんの子どもたちや学生による落書きが、彼らの想い出とともに、今でも残っている。

小学生の頃よく遊びにきていたある子が、久しぶりにてらハウスへやってきたときのこと。「仲が良かった学生はどっくに卒業しちゃったけど、ここに来るとなんだか元気がでるんだよね」と話してくれた。関わってきた人たちの「やりたい！」という想いがたくさんこもって染み込んでいるからこの「居場所」なのだ。

真っ白くなった壁に、どのような落書きが、また新たに描かれていくのか、今から楽しみでならない。

鎌倉てらこや事務局
☎0467・84・9746（平日13～17時）
http://kamakura-terakoya.net/

心のふる里を行く ㉔
昭和の戦争をいかに語り継ぐか

池田雅之

また、今年も8月15日の終戦記念日が巡ってくる。そして、私たちの享受している今日の平和と繁栄は、無数の戦死者たちによって支えられていることを忘れてはならない。日中戦争と第二次世界大戦での日本人戦死者は300万人を超えるといわれている。だが、戦後生まれの私たちの世代は、戦争の実相も悲惨も知らないままである。まして、平成生まれの若者たちの多くは、日本が80年ほど前に二つの戦争を闘って敗北したときを知らぬという。

今年は1945年8月15日の終戦から74年の年に当る。そんな折り、この戦争の無幾さを冷静に見直そうとする「ミュージカル李香蘭」が浜松町の日生劇場で開幕している。主催は浅利演出事務所で、昨年の7月13日にこなされた浅利慶太の追悼公演の二環として行われる。

「ミュージカル李香蘭」は浅利が「戦争を経験した者として、あの時代を語り継ぐ責任がある」と上演を重ねてきた作品で、亡くなる直前まで演出に力を注いでいた。

このミュージカルの主人公は、李香蘭こと日本人山口淑子である。日本と中国の狭間で運命を引き裂かれた実在の歌姫、李香蘭の波乱の人生を辿りながら、昭和期の戦争の実態を忠実に描ききった大作である。そして、浅利のその客観的でどちらの立場にも偏らない強い姿勢は、中国で上演された際、かの中国でも、大好評を得たことにもあらわれている。戦争の歴史やその実態を学校で学んだ記憶のない私たちは、このミュージカルを通して、戦争の実相を学ぶ機会を得ることになるであろう。そして、そのことを若い世代にどう語り継いでいったらよいのかを同時に考えていかなければならないであろう。

「ミュージカル李香蘭」はまた、無残にも戦場に散った200万人の兵士たちへの鎮魂歌である。この作品のもう一人の主人公は彼らの英霊だろう。「平和であり続けるためには戦争の悲劇を実感することが必要」。この言葉を綴って、二度と戦争を起こしてはならないことを学んでほしい」と結んでいた。

浅利は強く語っていた。この言葉は彼の祈りであるとともに遺言のようにも私たちの心に響いてくる。

私は、この重いテーマである昭和史の闇部をミュージカルという大衆的な芸術形式で制作した浅利の着眼と力量に驚嘆する。

（早稲田大学名誉教授　鎌倉てらこや顧問）

☆鎌倉市倫理法人会 通信
いざ鎌倉！ 成功への出陣 ㊼

歴史と伝統のある鎌倉を梁山泊に！
命ある限り

私は、先天性心臓奇形患って産まれ、3歳まで生きられない」とされました。2歳になっても座ることができない私を、両親はとても心配しました。母は、食糧事情の悪い太平洋戦争の時代に、胎内で私の心臓が育たなかったのではと後悔しました。病弱ながら、10歳になり、医師は「このままでは二十歳になる頃には、頭脳への血液不足で昏睡状態になる」と言い、その頃始まっていた大学病院での心臓手術を、死を覚悟して手術を受けました。ところが、カテーテル検査の解析が不十分で誤診となり、開胸しながら手術はできませんでした。しかし、術後は元気になり、その後、学校の恩に報わねばなりません。私は、現役時代に車の駆動系に関する一件程度の特許を出願、大学で機械工学の基本を講義、創造力開発のための指導なども実施。今後も、地球温暖化の真の原因（CO2温室効果ではない）を明確化しながら、温暖化を完全防止するシステムを提案しようとしています。地球の自然エネルギーを少しずつ貰って発電するシステムの実現に取り組んでいます。

倫理法人会では、人間の生き甲斐の基本を追求しようとする仲間が大勢います。入会して彼らの実話を聴いてみませんか？

（文責：立松健男）

鎌倉市倫理法人会事務局☎045・315・2433

モーニングセミナー＝毎週火曜午前6時半から開催

終の棲み家を考える ⑥④ 塗装について

家を守るためには色々な方法があります。雨水による木部の腐りや夏の強い日差し、冬の雪、一年を通して環境が大きく変わります。

昔から塗装をすることで材料の劣化を防ぐ工夫をしてきました。代表的なものとして塗料があります。何回も塗り重ねることで色艶も良くなり、素材を長持ちさせました。寺社に使われることも多く、内部だけでなく外部にも使われます。

柿渋も防水効果が高く、昔熊師さんが綿の網を柿渋の樽に付け込んで、水切れの良い網にしていたようです。現在では漆や柿渋を使うことは少なく、塗料を使うことがほとんどです。

先ず種類ですが木部用・鉄用・コンクリート用に分かれます。それからグレードがあり18L で1万円程度から3万円以上する物まで有ります。後は塗り方で、技術もさることながら、下地処理から仕上げまで何工程で塗るかで寿命が違います。塗る物に合わせグレードの高い物の工程を省略すればこだわぼ、モルタル塗装の場合15年以上塗り替えなくても大丈夫です。塗り替えて2～3年で違いは分かりませんが。値段の安さに飛びついて4～5年でまた塗り替えをしている現場を見ると気の毒になります。本当の事を言ってくれる人が近くにいるはずです。

■日向建設　鎌倉大船1―15―3
☎0467・47・5454　http://www.hyuuga.co.jp

鎌倉駅より徒歩5分！　鎌倉の葬儀専用斎場
カドキホール
御成町3―5　下馬四ツ角そば
仏式のほか、神式、キリスト、無宗教の方もご利用できます。
家族葬も行えます。事前相談もお気軽に！
詳しくはお電話かホームページで
http://www.kadoki.co.jp
TEL（0467）22-0562（代）
◎下馬四ツ角のマイパーキング鎌倉駐車場に契約してございます。
お車でお越しの方はご利用下さい。

ゆみ中医漢方クリニック
漢方婦人科
漢方思春期婦人科
漢方不妊治療婦人科
診療時間
完全予約制
午前：9:00～11:30（火～土）
午後：2:00～ 4:30（火・木・土）
住所：逗子市小坪1―18―4
TEL：0467-22-9184
http://www5e.biglobe.ne.jp/~yumicyui/
各種健保扱・自費診療有

訪問診療・往診
医）湘南友和会
さとうクリニック
認知症対応　訪問看護
訪問介護　癌末期管理
在宅看取り　緊急時病院連携
〒247-0061 鎌倉市台5-8-29
TEL 0467-43-5220

朝日新聞の購読料は口座振替で
・手数料は一切不要
・手続き簡単
ASA
従業員募集
詳しくは最寄りのASAへお問合せを
・専業従業員
・婦人パート
・学生アルバイト