



発行 公益社団法人
武蔵野市シルバー人材センター
編集 広報編集委員会
武蔵野市中町 3-5-16
電話 0422-55-1231 (代)
URL <http://www.musashino-sc.or.jp/>

199(新年)号 もくじ

- 山中会長・役員より新年のごあいさつ
手芸・小物班制作干支小物……………1
- 邑上市長・干支会員よりごあいさつ……………2～3
- 総合防災訓練 安否確認訓練に参加して……………4～5
- 武蔵野・ぶらり・時空旅 ……………6～7
- むさしのSCトピックス、ひろば、
新入会員、お亡くなりになった方、編集後記……………8



新年のごあいさつ

会長 山中 一成

会員、職員の皆様、新年のお慶びを申し上げます。昨年中は、当センターの維持・発展、そして地域の貢献のためにご尽力いただき深く感謝いたします。

シルバー人材センターは加速的に高齢化する社会で、福祉共援や地域のコミュニティの担い手、健康維持による医療費削減などに寄与する社会的価値、使命があります。これからもミッション事業との認識を新たに前進していきたいと思っております。

当センターの取り巻く環境は公益社団法人化以降、財政、就業形態、契約条件、社会貢献などにより、厳しい状況にあります。その意味で重要な変革期にきたと受け取ることができます。

昨年4月以降の局長交代、次長の2人体制、2人の新職員採用、2人の定年退職（1人継続雇用）、続いて職務の担当替えと事務局内での大幅な改革を実施し、新たな課題に取り組む体制が整いました。

事業面では、市からの要請もあり新事業として

- ・介護予防・日常生活支援総合事業参加
- ・産前・産後家庭の家事支援（平成26年10月～の事業）
- ・生活困窮家庭学習支援

などが、昨年4月以降始動しております。また、会員の多様性、就業先の開拓に対応するべく、派遣事業の可能性を検討しており、事業拡大に結び付くことを期待しています。

問題は多種多様ありますが、一つの節目と捉え新たな芽生えを大きく育てていくことが大切であると

銘記しております。

新年にあたり、皆様、ご家族の方々のご多幸をお祈り申し上げますと共に、なお一層のご指導ご鞭撻の程をよろしくお願いいたします。

副会長	北村 克弘	(関前)
常務理事	山中 洋次	(事務局長)
理事	笹井 肇	(武蔵野市健康福祉部長)
	伏野 嘉高	(吉祥寺東町)
	小坂 強	(吉祥寺南町)
	岡部 正	(御殿山・吉祥寺本町)
	小野 千鶴子	(吉祥寺北町)
	立松 正通	(中町)
	安達 勝	(西久保)
	田中 雅子	(緑町)
	加藤 伴子	(八幡町)
	今井 宏美	(関前)
	舟山 五郎	(境)
	加藤 之義	(境南町)
	船戸 勲	(桜堤)
監事	泉 昭正	(吉祥寺東町)
	永井 雄太郎	(公認会計士)



干支小物 手芸小物班



ご挨拶

武蔵野市長
邑 上 守 正

新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

ふれあい訪問収集などに加え、介護予防武蔵野市認定ヘルパー、産前・産後ヘルパー派遣などにも新たに取り組み、市報配付業務に併せた市内安全パトロール、市立小学校への雑巾寄付などの社会貢献活動を通じて、日頃より地域でもご活躍いただき、感謝申し上げます。

市では昨年4月、まちぐるみの支え合い「地域ケアシステム」の推進に向けて、高齢者の方々

が住み慣れた地域で生活を継続できることを目指した武蔵野市高齢者福祉計画・第6期介護保険事業計画がスタートしました。

今後も、会員の皆様が住み慣れたまちで、これまで培った豊富な知識と経験を生かして地域の絆を深めて、いきいきとご活躍いただきますことを期待しております。

結びに、武蔵野市シルバー人材センターの益々の発展と、会員の皆様にとって実りの多い年となりますことをお祈りしまして、新年のご挨拶といたします。

今年は申年(さるどし)

動物のサルは猿と書きますが、干支のサルに関しては「申」という漢字を使います。

これは干支を分かりやすくするために、対応する動物を当てはめたので、この字でサルと読ませるといふ説があります。申年生まれの有名人では豊臣秀吉(1536年)、直江兼続(1560年)、石原慎太郎(昭和7年)、仲代達矢(昭和7年)、岸恵子(昭和7年)、小椋佳(昭和19年)さんなどがいらっしゃいます。

下記のテーマで寄稿をお願いしました

- ① 新年の抱負
- ② 私の健康法
- ③ 私の趣味



井 口 忠 三
昭和7年生
中町
①

新年のご挨拶を申し上げます。平成19年に理事に就任。地区会等を重ね、重要な事業である市報配布が実施されました。今年は地域へのさらなる協力したいと思っています。



石 井 和 雄
昭和7年生
関前
①

新年明けましてお目出とうございます。人間傘寿を過ぎると一日一日が何と早い事。今年も若い人に負けず老骨に鞭打ち、足手まといにならないよう頑張りたいと思います。



石 島 卿 子
昭和7年生
吉祥寺北町
①

昭和一桁生まれの大半は苦難の道のりでした。80歳を過ぎた頃から、ちょうど苦楽が半々になったかなと。静かな安らぎのある時間を、孫たち共ども送れるよう祈るだけ。



尾 台 育 雄
昭和7年生
境南町
②

私の健康法は①玄米食(他に醗酵食品)②真向法体操(腰痛予防)③社交ダンスです。とくに③は音楽に合わせて身体を動かすため爽快感があります。お勧めです。



高 木 友 子
昭和7年生
桜堤
①

あけましておめでとうございます。今年の干支、申年生れの私ですが、元気ですのでシルバーのお仕事させて戴きます。今年も元気に。ふれあい訪問がんばります。



中 里 暁 子
昭和7年生
吉祥寺本町
③

10年ほど前に始めた俳句を現在も楽しく続けています。個性尊重の良いい師を中心に年齢性別を問わぬ句友達と月1回の生き生きとした句会が今まで続いた理由と感謝しています。

 橋 本 定 雄 昭和7年生 緑町 ② 膝が故障して歩行困難になった時に医者に齡ですと言われ困りました。毎日少しずつ訓練して、今では速度は遅いけど歩けるのです。毎日続けることの大切さを学びました。	 浜 口 啓 一 昭和7年生 西久保 ① 謹んで新春のお慶びを申し上げます。シルバーでは市報配布をし、お蔭様で元気に過ごしております。東京オリンピックを楽しみに健康に気をつけ頑張っていきたいと思います。	 山 崎 恒 昭和7年生 桜堤 ② 私の1日は朝の散歩から始まる。40分、コースはほぼ一定である。それを逆に歩くこともある。両手でゲーパをしながら。そして今日の無事に感謝して終わる。
	 安 藤 秀 雄 昭和19年生 関前 ② よく呑み、よく歩き、よく眠る事が私の健康法です。晩酌の量により翌朝の散歩時間を調整しながら、1万歩を歩き、途中でラジオ体操をして帰宅後に朝食を摂る毎日です。	 和 泉 昇 吾 昭和19年生 中町 ② 除草など公園の仕事に従事しており、週4日ほど働いています。私自身、体を動かすことが好きなので、買い物や散歩も仕事の合間、積極的にやるよう心掛けております。
伊 藤 文 子 昭和19年生 境 ① 毎年目標を設定しても、なかなか実行できないことが多かったので、欲張らず元気で明るい1年が過ぎればと思っています。	 太 田 勇 昭和19年生 境南町 ③ 私の趣味は将棋です。一昨年、大病して以降、趣味がひとつ増えました。入院中に「数独」と出会ったことです。退院してからすっかり「数独」にはまってしまいました。	大 津 幸 男 昭和19年生 中町 ③ 私の趣味はサッカーに囲まれた生活を送ることです。幸い武蔵野市に活動の拠点を置く、横河武蔵野FCのスクールをお手伝いできて満足しています。
 奥 田 保 昭和19年生 境南町 ② スポーツジムに通い始めてから12年。長年腰痛に悩み、ジムで背筋を鍛えればと思い筋トレに励みました。お蔭で未だに痛みがでません。本当に良かったと思っています。	 川 島 敏 夫 昭和19年生 境南町 ② 放送関係に従事し緊張の連続、ストレスから十二指腸潰瘍、穿孔腹膜炎を患い緊急手術を受けました。その経験から緊張状態を早く解く工夫をし今まで健康を維持しています。	 小 島 明 昭和19年生 吉祥寺北町 ② 私の健康法は「やすらぎ人」という血液を若返らせる健康器具を毎日使っている事です。これを使うようになってから私の血管年齢は30歳台になり、検診ではすべて正常値です。
笹 本 宏 昭 昭和19年生 八幡町 ② 私はあえて、真夏の太陽の下でテニスをやり、しっかり汗をかく事で夏バテ防止となり、冬になっても風邪をひかない丈夫な身体づくりになっていると信じています。	 渋谷 康 子 昭和19年生 関前 ② 市報配付の仕事が縁で入会させて頂きました。それ以後ずっと続けております。お蔭さまで健康を頂いています事に感謝です。これからも体力の続く限り頑張っていきたいと思います。	鈴木 三 郎 昭和19年生 境南町 ① 2016年の新しい年を迎え、今年で6度目の干支が来て72歳になります。振り返れば月日の流れは途方もなく速いものでした。次の12年間はもう少しゆっくりと。

鈴木 充代 昭和19年生 境② 朝のラジオ体操、月1のウォーキングを楽しみ、夫の介護もしながら市報配りをして2年が過ぎました。今年、6度目の干支を元気に迎えられた事に感謝しています。	田中 正一 昭和19年生 境① 明けましておめでとうございます。今年是一日一善をモットウに健康に留意し、ボランティア活動を頑張っていきたいと思っております。合掌。	 根本 博史 昭和19年生 吉祥寺南町① 今年の抱負はごく当たり前ですが、まずは健康。そして1日1万歩を目標に新しい路地を見つけて歩くこと。またシルバーの方々との絆を大切に一步一步進んで行きたいです。
 松 永 美紗子 昭和19年生 境③ 一人になった父と同居するため境に戻って来て32年。市報を見て入ったママさんコーラスを皮切りに、今も女声合唱団と混声合唱団でず〜っと歌い続けています。	 皆 川 みゆき 昭和19年生 境南町③ 長年やってきた洋裁と手芸は、私にとってストレス解消であり楽しみの一つです。小物班の方に洋服のリメイクを依頼され、今楽しく仕事をしています。「継続は力なり」です。	 山 田 重 信 昭和19年生 関前② おめでとうございます。年男の健康法は毎日就寝前にする5分間体操と一日前の事を思い出しながら日記をつける事です。今年も元気に楽しく過ごしたいと思います。
湯 口 三 小 昭和19年生 中町② 謹賀新年 猿も木から落ちる、という諺がありますが、無芸大食の私には無縁のもの。でもそのお蔭で健康体。笑顔で走り廻っておしゃべりして。そんな1年で過ごせます様に。	龍 澤 聰 全 昭和19年生 緑町③ 毎日元氣をもらえるシルバーの仲間、子や孫達に恵まれ楽しい1年でした。6廻り目の申年は、山登り、植物園巡り。今年は新しい趣味にもチャレンジして充実した年にしたい。	

総合防災訓練 安否確認訓練に参加して

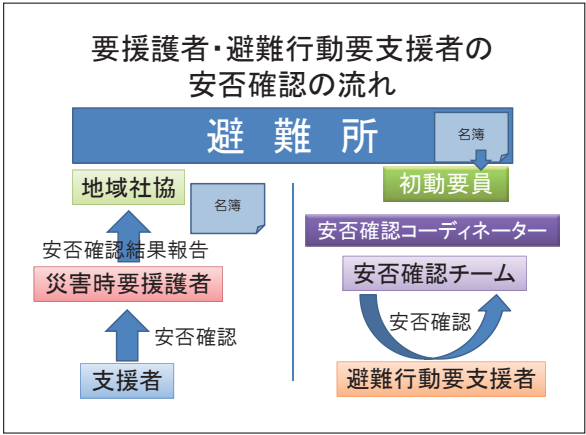
～武蔵野市シルバー人材センターの役割を持った訓練の内容と報告～

中 町 立松 正通

前号の絆で山中洋次事務局長よりご案内がありましたように、武蔵野市内に甚大な災害が発生した場合に、私たち武蔵野市シルバー人材センターは「避難行動要支援者安否確認コーディネーター役」をお引き受けすることになりました。

去る10月25日市内各所にて総合防災訓練が行われました。第一中学校避難所では、防災関係機関による演習、避難所開設訓練などに加え、新たな訓練も行われました。

市内初の避難行動要支援者安否確認訓練には、多くの理事や会員が今後の行動の参考のために見学し、



中町会員が避難行動要支援者安否確認コーディネーター役(以下、安否確認コーディネーター)として訓練に参加しました。

今回の訓練では、すでに実施している災害時要援護者安否確認訓練(社会福祉協議会「地域福祉の会」)に、災害時要支援者避難支援訓練と避難行動要支援者安否確認訓練が加わりました。

行動内容を簡単に説明しますと、一中地域防災会と協力し、安否確認コーディネーターとして、初動要員から受取った安否確認名簿(以下、名簿)を基に、安否確認チーム(今回は市内近隣の大学ボランティアサークル)へ安否確認先の指示を出し、戻ったチームから報告書を受取り、名簿と照らし合わせて、初動要員へ返却をしました。



当日は天候も良く事例訓練でしたので、スムーズに訓練は行われました。土地勘の浅い学生さんも、市報配付で培った土地勘のあるシルバー会員の説明が的確で、思いのほか目的地に早く到着できたとの感想をいただきました。

邑上市長も訓練コーナーへ立ち寄り、会員への激励と、特に防災訓練に、組織として初めて参加した学生さんの労もねぎらっていました。会員も学生さんの参加で、今まで以上に身の引き締まった訓練になったように感じました。



被災時は色々な面で心配はありますが、このような想定を広げた訓練をしておくのは重要だと思いました。

課題を抽出することや、今後の体制構築の一助を見出せたのは大きな収穫です。

今回ショックだったのは、安否確認チームが確認先を探している姿に、ご近所の方が「何をしているの?」と聞いてきたことです。市報などで告知はしていましたが、まだまだ関心は薄いようです。

また、大学ボランティアサークルの参加は大きな一歩とも感じ、孫世代との協力体制も心強く思いました。

会員各位におかれましては、災害時要援護者安否確認者(社会福祉協議会・地域福祉の会)、地区防災会、防災推進委員や地域防災会等の、役員・会員をなさっている方も多いと思います。多重に担っていらっしゃる方は普段の活動とは別に、実際の被災時のご自身の立ち位置を決めておく必要があります。

大きな被災が起こらないことを願っておりますが、近年は、単なる防災訓練から発災時訓練へと、身に迫った訓練になって参りました。普段から発災時の行動を整理しておきたいものです。



一中防災会様より提供

武蔵野・ぶらり・時空旅

6

吉祥寺北町 下谷 一廣

今回は武蔵野市にあるお寺と神社のお話です。
お正月でもあるので十周年を迎えた武蔵野吉祥七福神も併せてご紹介したいと思います。

ところで昨年のラグビーワールド杯、感動的でしたネ！テレビを見ながら思わず力が入りました。

いまや誰もがまねをするようになった五郎丸選手のあのポーズ（両手を合わせた印の結び方）は私個人の感想ですが真言密教の不動明王の印に見えました。こんな連想をするのも不熱心とはいえ仏教徒の端くれなのでしょうか。

シルバーなどと呼ばれるこの年になりますと、否応なしに神仏（お寺や社）が身近なものに思えてくるから不思議です。

しかし考えてみると寺社という素材はコラムのタイトル「時空旅」に最もふさわしいといえます。

江戸時代初期、この武蔵野台地に4つの村ができた時から350年の時が経過していますが、開村と同時期に誕生したお寺や神社はずっと存続してきました。

そこには歴史が堆積しています。巡り歩いてみる価値は十分にあります。

それぞれの寺社についての基本情報は後述いたしますがその前に、吉祥寺という地名の由来ともなった本家本元のお寺「諏訪山 吉祥寺」についての話を少し。

お恥ずかしい話ですが、30年以上前神田駅前から深夜酔っぱらってタクシーを拾い運転手さんに「吉祥寺までお願いします」と言ったまま爆睡してしまい「お客さん吉祥寺に着きましたが……」と声をかけられはっと目を覚めたのです

大國様



武蔵野八幡宮

が、なんとそこが本郷通りに面した正真正銘のお寺「吉祥寺」であったのであります。

お年寄りの運転手さんは当時まだマイナーだった武蔵野・吉祥寺はご存じなかったようでした。

恵比壽神



杵築大社

弁財天



井の頭弁財天(大盛寺)

私もその当時自分が住んでいるところがこのお寺と深い関わりがあるとは露とも知らなかったのであります。

最近でこそ、文献や資料を通してこのお寺について少しは知識を得ましたが実際には、偶発的にタクシーで門前まで連れていかれた以外訪ねたこともなく、どうも落ち着かない気分をずっと抱えていました。意を決して昨年10月に初めて駒込にある「諏訪山 吉祥寺」を訪ねてみました。

なかなかの名刹で本郷通りに面した間口は狭いものの奥行きがかなりあります。奥に進んでいくと、八百屋お七・吉三郎の比翼塚、二宮尊徳の墓碑、榎本武揚のお墓があります。このお寺の縁起・由来を室町時代・太田道灌のことから書き始めると長くなってしまうので武蔵野吉祥寺との関わりだけを記します。

以前のコラムでも触れましたが現在のJR水道橋駅近辺にあった「諏訪山 吉祥寺」は明暦の大火で焼失し、幕府の意向で現在の文京区本駒込に新しく建立されましたが寺域も広く末寺も多かったため、立ち退きを余儀なくされた駒込の住民には代替地として武蔵野の荒れ地が与えられ新田開発を担うことになります。その前に焼失した水道橋の門前に暮らしていた人々も同じでした。それでも名刹「吉祥寺」に因んだ名を移住した自分たちの村の名称として残したかったその当時の人の思いが偲ばれます。

また「諏訪山 吉祥寺」は自前の学寮「梅檀林」で仏教の研究と漢学の振興を目的とし、優れた人材の供給源となっていました。その規模は幕府が主導する学問所「昌平黌」と並び称せられていたと言えます。現在の駒澤大学の前身でもあります。

毘沙門天



延命寺

武蔵野市にはお寺が八山、神社が四社あります。

ここでは基本情報だけしかお伝えできませんのでご興味のある方は、実際に出掛けてみてください。また市内の図書館には地元の寺社の資料が揃っていて閲覧できます。

【武蔵野市のお寺】

1、安養寺 本尊・不動明王 真言宗豊山派

布袋尊

安養寺

見所：庚申供養塔、
梵鐘。

◎布袋尊・ご利益＝財福

2、月窓寺 本尊・釈迦牟尼
仏 曹洞宗

見所：乾漆造白衣観音
座像

3、光専寺 本尊・阿弥陀如来 浄土宗

見所：駕籠地藏

4、蓮乗寺 本尊・日蓮上人座像 日蓮宗

見所：仙路翁墓碑(吉祥寺村八代目の名主・
松井十郎左衛門の墓碑)

以上の4寺は吉祥寺村開村とほぼ時を同じくして開山しそれぞれの寺は指呼の距離にありそのあたりを四軒寺と呼ぶようになった。

庚申供養塔には村開拓に尽力した人々の名前が刻まれている。

安養寺の梵鐘は安永2年(1773)の鑄造。境村の鑄物師七之丞の作。梵鐘・鑄物師については資料をかなり調べたことがありますが、「江戸東京梵鐘銘文集」という本にも取り上げられたいい鐘です。

月窓寺は「諏訪山 吉祥寺」の孫寺になります。親寺は中野区野方の宝泉寺です。

5、源正寺 本尊・阿弥陀如来 浄土真宗

見所：樹齢300年のイヌツゲ

西窪村開村と同時期に開山

6、延命寺 本尊・文殊菩薩 真言宗智山派

見所：護摩炉(元禄7年・1694)

◎毘沙門天・ご利益＝福德、知恵、能弁

◎寿老人・ご利益＝長寿

関前村開村と同時期に開山

7、大法寺 本尊・釈迦牟尼仏像 臨済宗

寛永10年(1633)麻布に開山し武蔵野に移ってきたのは昭和7年

◎福祿寿・ご利益＝幸福、
長寿

8、観音院 本尊・准胝観音
曹洞宗

見所：来迎阿弥陀仏像
(石仏)

境村開村と同時期に開山

★、大盛寺 本尊・薬師如来
天台宗



駒込の諏訪山 吉祥寺

井の頭弁財天の別当寺

◎弁財天・ご利益＝弁才、
財福、知恵

このお寺は三鷹市に所在
していますが武蔵野七福神
に入っていますので番外で
取り上げました。

〔武蔵野市の神社〕

1、武蔵野八幡宮

見所：蔵手刀(非公開)

ヒノキ、キハダ

神の依代となる大木のヒノキやクスノキ、
またキハダは蜜柑科の木としては珍しい大
木。

◎大黒様・ご利益＝食物、財福

2、関前八幡神社

見所：素朴な二つのお稲荷さん、
三峰の摂社

3、西窪稲荷神社

見所：絵馬(非公開)中でも算額は珍しく
円の弦・弧・直径の解法が記されて
いる。残念ながら非公開。

4、杵築大社

見所：千本イチョウ、富士講のために造ら
れた富士山

◎恵比寿神・ご利益＝商売繁盛、五穀豊穡

1, 2, 3は開村と同時期にできたと考えられる。

4、については境村ができる以前にここに鷹場
を家光から拝領していた松江藩主だった松平直政
が万治2年(1659)杵築大社(出雲大社)を勧請し
たと伝えられています。

最後にお寺のことを書くからには、寺請制度、
宗門改人別帖のことなどお寺が担ってきた役割に
ついては書きたかったのですが、紙幅が尽きてし
まりました。このことについては何かの折に書こ
うと思っています。

お正月、七福神を巡り、思いっきり欲張ってあ
りとあらゆるお願い事をしてみましょう。

そのうちの一つや二つ
は叶うかもしれないじゃ
ないですか。

*参考資料：

「武蔵野ところどころ」

「武蔵野市の史跡を訪ねて」

寿老人

延命寺



駒込の吉祥寺 梅壇林

むさしのSCトピックス

10/13(火) 武蔵野市認定ヘルパー養成研修(有資格者)

10/16(金)～20(火) 武蔵野市認定ヘルパー養成研修

10/16(金)～17(土) 会員作品展、
シルバー人材センターフェア

10/25(日) 総合防災訓練

11/ 8(日) むさしの青空市

11/13(金) 財団安全就業パトロール

11/29(日) 市内一斉清掃

12/ 4(金) 安全パトロール

12/15(火) SC体験講習会(楽々掃除)



むさしの青空市



会員作品展



シルバー人材センターフェア



SC体験講習会①



SC体験講習会②

ひろば

さる10月20日(火)午後12時30分より武蔵野市民文化会館2Fのレストランで元リサイクル班メンバー9人(男性6人、女性3名)が集い楽しい語らいのひとときをすごしました。

リサイクル班は、会計、販売、運搬、家具修理、自転車修理と5部門に分かれて人材センターで独自事業として日夜20名ほどのメンバーが働いている部署です。

今回はリサイクル班を卒業したなつかしいメンバーが集い、当時の失敗談、成功談、今の健康方法などの話題に花を咲かせました。

10年ぶりにお会いする人もいて皆さん元気に卒業後もなんらかの形でシルバー人材センターの会員として活躍されていました。2時間程があっという間に過ぎお互いになごりおしみながら再会を約束して解散しました。

(F)

編集後記

2016年(平成28年)になり、会員一人一人が本年も良き年がありますよう、希望のスタートを切ったことと思います。次号の「絆」が第200号という輝かしい歴史を迎えることになりました。先人の編集者はもとより、数多くの方々の執筆があったからこそと思い、感謝いたします。次号には各界から励ましのお言葉をいただけることとなっております。その励ましのお言葉に負けず、新たな気持ちで編集に携わる所存です。いつもあなたの手元に「絆」をおいていただき、時々目を通し、シルバー人材センターの発展の一助になることを広報編集委員一同心から願っております。本年もよろしくお願いいたします。

(伏野)