



こんな
仕事も
あるの？

特集2

武蔵野市 シルバー人材センターの 多彩なお仕事

—あなたの経験が今も誰かの役に立つ—

仕事することは生きがいや健康を保つためにも大切。

武蔵野市シルバー人材センターでは、おおむね60歳以上の方を対象に
これまでの知識や経験を生かして働ける多彩な仕事を用意しています。

実はこんな仕事も、あんな仕事も……あなたの知らないシルバー人材センターの世界へようこそ！

地域貢献

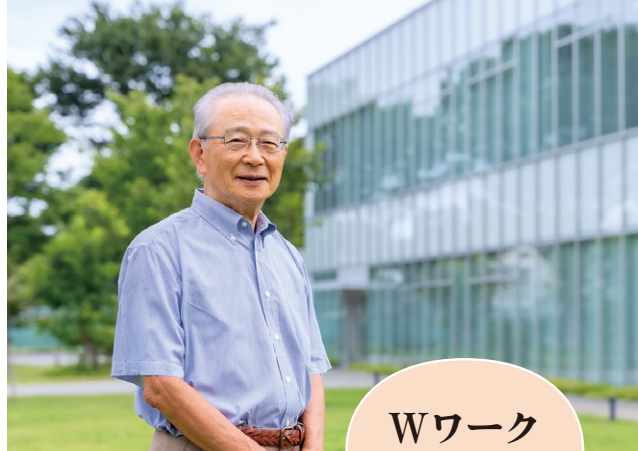
これまであまり地域と関わってこなかった人も、仕事を通じてより深く地域と関わることができます

仲間づくり

同じ仕事に取り組む新たな仲間ができ、仕事先では多様な世代との交流も生まれます

経験を生かす

これまでの仕事を通じて培ってきた知識や経験、スキルを、今後のキャリアでもう一度生かせます



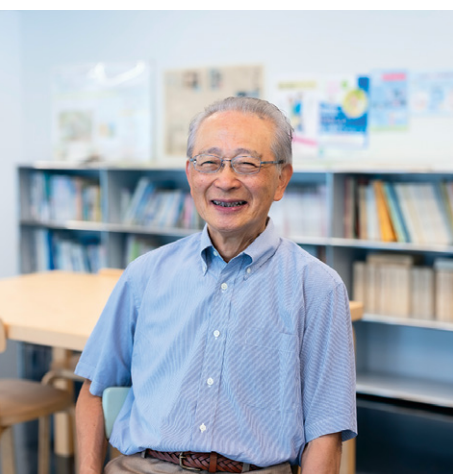
Wワーク で働く

内田敬一郎さん(77歳)

学校施設管理、建物の入館受付

地域貢献ができて健康にもいい

武蔵野市に住んで約30年ですが、これまで地域とはあまり接点がありませんでした。商社に32年勤務して、その後、製造会社で11年仕事をして、世界5カ国に駐在していたこともあって海外と日本を行ったり来たりする生活でしたから。65歳で退職して、大学などで非常勤講師をしていたのですが、もう少し自分の住む市や地域の人たちと関わりたいなと思っていたところ、妻から「シルバー人材センターでこういう仕事があるからやってみたら」と勧められたのが、学校の施設管理と建物の入館受付の



仕事でした。妻は以前からシルバー人材センターを通じて市の広報誌の配布などにも携わっていて、地域とのつながりは私よりずっと深い。何より妻から言われたら断れないですから(笑)、やってみよう、と。

施設管理の仕事としては、平日と週末合わせて月に10日ほど、4人体制で学校内の見回りや安全確認、戸締まりなどを行っています。校内は広いですし、階段の上り下りもあるので、いい運動になりますよ。時々、学校の若い先生たちと交流する場もあって、今の学校現場に関するお話も聞けて面白いんです。

シルバー人材センターの仕事は、地域貢献ができて、世代の違う人たちとのつながりも生まれ、健康にもいいし、さらに報酬がいただける。いろいろな仕事があるので、自分にできそうなものが見つかるはずです。

普段はこんな 仕事をしています

令和7年3月まで大学の非常勤講師を務め、現在は、日本サプライチェーンマネジメント協会の最高顧問として、世界情勢や物流についての講演などを月に1回ほど行っています。



休日の過ごし方

ジャンルが偏らないよう多種多様な本を読みます。今興味があるのは縄文時代。あと、落語やお笑いも好きなので寄席や劇場にもよく行きますね。さらに、週1回3・4時間、昔の同僚たちとテニスを続け、体調管理にも気を付けています。

本を通じて 若い世代との交流も

以前は銀行に勤務していた、海外赴任も何度か経験しました。65歳で定年退職して時間ができた時、もともと市の活動に積極的に参加していた妻から「シルバー人材センターというのがあるから、まずはそこに登録してみたら」と勧められました。小学校の体育館の清掃などいくつかお仕事をさせていただき、一番自分に合っているなと思ったのが、今も続けている成蹊大学図書館での「開架書架エリアの利用環境保全整備業務」でした。



多世代と
交流しながら
働く

古川伸一さん (69歳)
成蹊大学図書館開架書架エリアの
利用環境保全整備業務

生活にメリハリが生まれ、 やりがいを感じます

貿易会社で社長秘書をしていた時、代筆する機会も多かったのですが、自分の字に納得がいかずコンプレックスがありました。結婚退職を機に専門学校で本格的に書道を学び、やがて師範に。知人から「シルバー人材センターで書道師範を募集しているよ」と言われてチャレンジしてみることにしました。それまでシルバー人材センターは自分とは縁がないところだと思っていたのですが、職員の方もととても親切で、面接の翌月から書道講師を務めることになりました。



スキルを
生かして
働く

後藤直美さん (67歳)
書道サークル講師

手を動かすことが 好きな人に最適

オーディオ・レコーディング機器や産業用の記録再生装置などを開発・販売する会社に勤めていました。シルバー人材センターのことは前から知っていて、仕事をお願いしたり、当時あったリサイクルセンターを時々のぞいたりしていました。いろいろな仕事があり、退職後は入会しようと思ったのですが、すぐに入会しました。今のクリーンセンター小型家電製品マテリアル回収業務に携わって今年で4年目です。市のアシスタント雇用の方々と一緒に、電子レンジ



「好きなこと」
を生かして
働く

奥田信行さん (73歳)
クリーンセンター
小型家電製品マテリアル回収業務

センター職員に聞いた古川さん



武蔵野市
シルバー人材センター
増田 真 主事

古川さんには、シルバー人材センターを通じてこれまでさまざまな仕事に携わっていただいています。現在の成蹊大学図書館の仕事もとても熱心に取り組んでいただいています。お客さまから注文やクレームなどが一切ないことがその証です。

主な仕事は、本を元の場所に戻す「配架」と洋書を順番通りに並べる「序列」です。先輩から言われた、「スピードより正確さを大切にする」ことを心掛けています。こちらから学生さんに声を掛けることはありませんが、「この本はどこにありますか？」と尋ねられることもあり、その際は分かる範囲でお答えします。爽やかな若者たちと接するのも心地よい時間ですね。



シルバークロシティ園長に聞いた後藤さん



シルバークロシティ
むさしの櫓館
丸島良太 園長

書道の講師がなかなか見つからず書道サークルをしばらくお休みしていたのですが、後藤先生とのご縁で復活することができました。後藤先生はコミュニケーションの取り方が上手で、毎回楽しく参加できる工夫をされているので、ご利用者の方々からも好評です。

今は月に4回、市内の高齢者施設で書道サークルの講師をしています。毎回、季節に合ったお題を用意しますが、いきなりお題を見せず、それに合ったお話をしたりヒントを出したりして皆さんに当ててもらおうなど、楽しく書道ができるよう工夫をしています。私自身、生活にもメリハリが生まれ、やりがいを感じますね。シルバー人材センターの仕事は多彩なので、きつと自分の得意分野やスキルを生かせる場所があると思います。



この仕事の魅力



解体するのが難しそうな製品を手にしながらか、「ここのネジを外せばいいのかな」とか「ネジはないけど、ここの隙間から開けられるかも」と自分なりに推察して、パカッときれいに開いた瞬間は達成感を感じますね。

や炊飯器、お掃除ロボットなど、回収された多種多様な小型家電を一つずつ解体して、中に入っているリチウムイオン電池などのバッテリーや基板、線材、アルミなどの金属を取り出すのが主な作業です。週に2回、午前9時からお昼休憩を挟んで午後3時まで作業をしています。機械や技術に詳しいかどうかより、製品いじりが好きな人、手を動かすのが好きな人に向いている仕事だと思っていますね。



あなたの経験を生かせる場、あります！

武蔵野市シルバー人材センターでは、シルバー世代の幅広い知識や技能、経験を必要としています。

仕事の内容も多種多様。あなたも会員になって活躍してみませんか？

シルバー人材センターの仕事あれこれ

仕事	内容
家事援助	日々の家事（掃除・洗濯・料理など）のサポート
手芸・小物制作	縫製小物の制作・販売、縫製作業の請け負い
学習教室	小・中学校の学習の支援
パソコン指導	パソコンの操作や設定などの個人指導
植木の ^{せんてい} 剪定	家庭の植木の剪定など
広報物配布	市役所などの広報物の各戸配布
公共施設などの清掃	市立公園などの公共施設やアパート・マンションなどの共有部分の日常清掃
ふれあい訪問収集	要支援高齢者家庭のごみ出し支援と声掛け
便利サービス	家具の移動、室内清掃などの軽作業
ふすま張り替えなど	ふすま・網戸張り替え、家具転倒防止器具の設置
除草	家庭の除草

そのほか、まだまだたくさんあります！



シルバー人材センターに入会するには

■武蔵野市在住で、おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方ならどなたでも入会できます。

■入会を希望する方は、まず入会説明会にご出席ください。

日程（令和7年）：10月14日（火）、11月11日（火）、12月9日（火）

場所：武蔵野市シルバー人材センター（西久保1-6-27）※事前に電話予約が必要です（TEL：0422-55-1231）

拡大出張入会説明会

日時：11月27日（木）午後1時～4時（予定）

場所：武蔵野プレイス フォーラム・ギャラリー

フォーラムでは、毎月の説明会に参加できない方を対象とした出張入会説明会を開催。ギャラリーでは、血管年齢チェック、推定野菜摂取量を測定するベジチェック、パソコン班によるパソコン・スマートフォンの無料相談会などのイベントに合わせて、シルバー人材センターの紹介を行う予定です。この機会にぜひお越しください。