

熱中症にはお気を付けてください!

夏は熱中症にご用心! /

- ☑ 十分な睡眠
- ☑ バランスの良い食事
- ☑ こまめな水分補給

をしましょう。また、ネッククーラーや塩飴などの熱中症対策グッズ、帽子の着用なども効果的です。

「おかしいな」と
思ったら
すぐに休憩を!



「あいあい」にみなさまの声を

リニューアルした「あいあい」も4年目に突入。皆さまの声を今後の編集に活かしてまいります。7月31日(火)、8月1日(水)の一日サロンにて、みなさまのご意見を伺います!

写真サークルメンバー募集!



写真を撮っているけど、もう少し上手になりたい。そんなあなたに朗報。現在、会員向け写真サークルのメンバーを募集しております。初心者の方でも大歓迎ですので、安心してご参加ください! 連絡は事務局まで。



8月の予定



1日(水) 午前9時30分～午後4時
一日サロン (センター2階会議室)

8日(水) 午後1時30分～
ころばん・あらみん体操 (センター地下会議室)

14日(火)・21日(火)・28日(火) 午後2時～
書道教室 (センター2階会議室)

31日(金) 午前9時30分～午後4時
一日サロン (センター2階会議室)



ぜひご参加ください!

安全啓発幕を掲示しました!



センター1階に4枚、2階に1枚掲示しております! ご覧いただき、自身の安全意識を高めましょう!

理事会だより

平成30年度第3回定例理事会(6月20日開催)

今月は新たに23名の入会者が承認されました。また、7月に行われる「会員入会促進強化月間」の実施体制について協議を行いました。

平成30年5月分事業実績は、前年度同月と比較し6.0%の増加です。

編集委員コラム

3日で飽きる屋台のおもちゃを必死でねだり、「たまやー」「かぎやー」と意味も知らずに口にする娘をみて、父と行った夏祭りを思い出します。

小さな娘の手から、あの時の父の心情がふと。K



みんなで仲良く、わきあいあい

あいあい

あらかわシルバーだより

第138号 平成30年7月号

編集・発行: 公益社団法人
荒川区シルバー人材センター
〒116-0012 荒川区東尾久4-32-7
TEL 03-3810-1141
FAX 03-3810-5750
ホームページ <http://webc.sjc.ne.jp/arakawa>



平成30年度

荒川SC安全就業標語

その場その時その前に 忘れていけない 安全意識

第8回 定時総会

平成30年6月22日(金) サンパール荒川大ホール

長谷部会長の主催者側の挨拶のあと、名誉会長でもある西川荒川区長、若林荒川区議会議員よりそれぞれセンターの担う役割や今後の発展を願うお祝いの言葉をいただきました。

その後、定時総会の開会宣言が行われ、議決権数1,801個で総会に出席の会員数合計は、委任状含め1,253名であると報告が。

議長選任、監査報告が行われ、議事に進み29年度の事業報告のあと、29年度の計算書類承認について説明が行われ、大きな拍手で原案どおり承認可決されました。荒川区等の発注者のご支援と会員の努力が実り、会員数・契約金額共に増加を確認した今定時総会も無事終了しました。

長谷部
会長



西川
区長



若林
区議会
議長



7月は入会促進強化月間

今年度も口コミによる入会促進運動を実施します。会員の皆さんの知人、友人、パートナーなどに声かけで入会をお願いしてください。入会が決まれば粗品とポイント2倍の10ポイントをゲット!



会員数(理事会開催日 平成30年6月20日現在) 1,798人(男性:1,093人、女性:705人)

あらみん・ころばん・せらばん体操

6月5日(火)

全5回の初回、参加者はあらみん体操・ころばん体操・せらばん体操のビデオを見ながら、身体を動かし快い時間を過ごしました。

体操は自分のペースで行い、イスに座ったままでもOK。身体を動かすことで足腰やお腹の筋力がアップし、併せて柔軟性を高めケガをしにくい体になります。気分転換やストレス解消にも。

いくつになっても筋力は増加するようです。健康を維持するためにも体を動かすことを心がけましょう。



自転車安全利用講習会

6月13日(水)

荒川自然公園交通公園に会員24名が集合。まず、ビデオによる交通ルールとマナーについて受講。その後、筆記試験を行い皆さん概ね満点。安全意識の高さを感じました。後半は、実技講習に最初は戸惑いましたが、全員無事完了。安全走行の基本を再認識することができました。次回は11月に実施します。ぜひご参加ください。



▲8の字走行

会員さん紹介コーナー

鳥海 宗次さん 町屋在住 四国八十八ヶ所巡り

ライフワークは四国八十八ヶ所霊場巡り。平成26年8月から始め、30年までに4回結願して、現在は5回目を巡拝中だそうです。回を重ねる毎に充実し生きがいとなったようです。結願後は高野山、奥之院御廟へ満願報告お礼参りし納経印をいただきます。これからも、さらに継続されることを祈念いたします。



渡辺 桂子さん 西尾久在住 街なか花壇

花が好きで10年以上前より「街なか花壇」の管理を始めました。約30鉢のフラワーポットに花を植え、その後の水やり、花ガラ摘みなどの手入れを行うボランティア活動をしています。

花は季節を感じられるので、居住者や近隣の人々の安らぎになってもらえればうれしいですね。大変ですけど毎日楽しく活動しています。



にっぽりマルシェでのPR活動

6月16日(土)

広報委員会、女性会員拡大委員会との合同による会員入会促進のPR活動を行いました。3チームで、朝8時からテントの設営などの会場準備から始まり5時まで活動。ポケットティッシュやなでしこの種子を約2,000個、来場者や通行人に配付しました。長時間のPR活動で大変でしたが、皆さんの頑張りで達成することができました。



私のお気に入りの場所

トレインミュージアム

建物も展示物もないミュージアム？

JR日暮里駅北口に接する下御隠殿橋、ここがトレインミュージアム。山の手、京浜東北、高崎、宇都宮、常磐の在来線、北海道、東北、上越、北陸の新幹線、私鉄の京成線、全部で14本。一日20種類の電車、約2,500本が行き交っています。

多くの鉄道ファンがカメラ撮影。楽しい思い出がつけられる場所です。



職場訪問

荒川自然公園交通園での安全見守り業務

三浦 速美さん、引野 のふ子さん、松崎 修さん、林 静さん



自転車や幼児用三輪、豆自動車が貸し出される荒川自然公園交通園。

今年5月より、安全見守りの仕事がスタート。2名ずつのシフトで、土、日、祝日に午前9時から午後4時まで子どもたちに楽しく交通ルールを覚えてもらおうと仕事をしています。立ち仕事で大変ですが、休憩も取り、無理なく就業しています。

荒川自然公園昆虫園受付・確認集計業務

中田 修司さん 東日暮里在住

まず、朝1番でカブト虫10匹をブース内のケージに放します。その後、入口付近へ移動をし、来園者の記録と見守りを。そして時々、カブト虫のエサや水の補充を行います。

カブト虫を自由に触れる環境なので、子どもたちから大人気。理容師を引退後、全く違う仕事ですが、充実した日々。そんな子どもたちとの交流が楽しみです。

