

公益社団法人 加賀市シルバー人材センター

令和6年度



事務局だより

4月号



令和6年度最初の事務局だよりです。令和6年度もよろしくお願いいたします。

私の職場紹介 岩崎 良子さん 錦城東小学校校務員

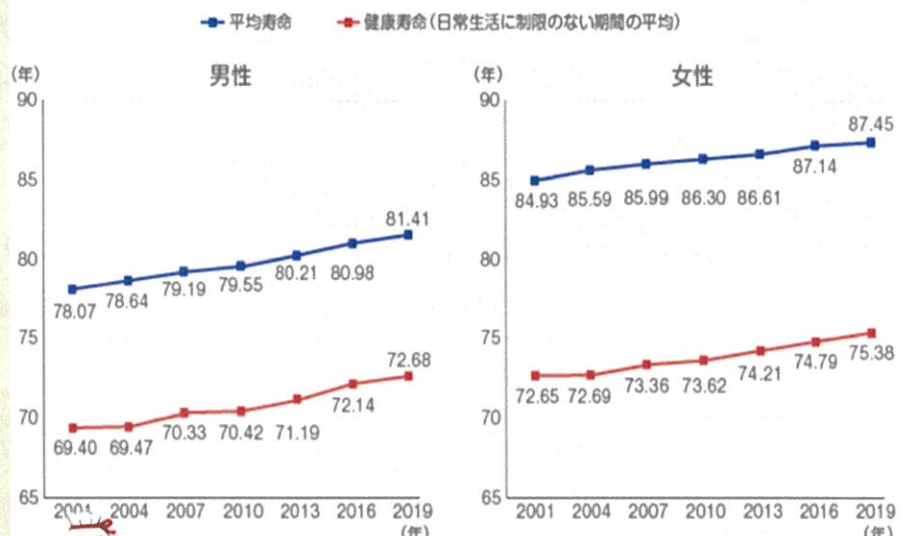
私は、錦城東小学校で校務員として働いていますが、子供たちからは、「いつもトイレをきれいにしてくれてありがとう」と感謝されるし、先生方からは、「身体に気をつけて頑張って」と励まされ、毎日、とても楽しく働いています。今は、校内の業務が主ですが、春には、花壇や野菜栽培のための草むしりなどきれいに環境を整えるのも大好きで、今から楽しみです。



錦城東小学校教頭 高見 三千代先生：いつも学校や児童のために、いろいろ目配りをしていただけて感謝しています。また、自然が大好きで、子供たちのために、きれいな環境づくりに努力していただけていて、近所の方からも「とてもきれいな花壇ですね」などとお褒めの言葉を頂くことも多く、非常にありがたく感じています。また、一緒に働く板屋さんも、小回りを利かせていろいろと対応していただけていて、感謝しています。お二人ともに、健康に気をつけて、これからも学校のために、長く働いていただきたいと思います。

高齢化社会におけるシルバー人材センターの役割

高齢化が進む現在、自立して生活できる「健康寿命」と「平均寿命」の差は、2019年時点で、男性は9歳、女性は12歳で、この間は、何らかの生活支援を必要とします。私たちシルバー人材センターは、サポートが必要な方の生活を支援する役割の一部を担っており、年々その役割は大きくなっています。高齢者でも生き生きと生活できるよう、シルバー人材センターは、より活発に社会貢献していくことが求められています。



引用：厚生労働省「平均寿命と健康寿命」

加賀市シルバー人材センター ウォーキングクラブ「さくら」

健康寿命を伸ばすためにも、適度な運動をして、筋肉量や心肺機能を維持することが大切です。他にゴルフやグランドゴルフのクラブもありますが、私たち「さくら」では、自然を楽しみながら、仲間と語り、身体を動かすことで、心身の健康を保つとともに、楽しい時間を過ごしています。皆さんの参加をお待ちしています。



<連絡先> クラブ代表 駒野 信宏 TEL 090-2129-8822

地域清掃ボランティアを実施しました

3月9日・10日の両日に渡り、動橋、山代、片山津、山中、三谷、橋立の各地区で、会員有志の皆さんが、想定外の雪の中、清掃ボランティアに参加して多くのゴミを回収し、地域の環境改善に貢献されました。本当に寒い中での活動になりましたが、多くの会員さんが献身的に作業される姿を見て、頭が下がる思いでした。本当にありがとうございました！



令和6年度開始にあたっての安全就業意識徹底のお願い

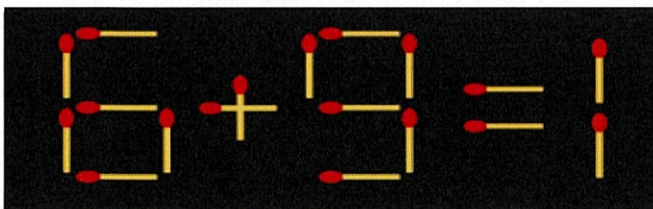
シルバーで発生する事故の背景には、必ずと言っていいほど「油断」があります。「自分は大丈夫」、「ちょっとだけだから…」、「ヘルメットは暑くてイヤだから…」など、誰にでもありがちな思いを抑え、作業前に危険を想定し、十分な安全確保の上作業する習慣が、結果的に自分の命や身体を守ることにつながります。年度の開始にあたり、改めて安全就業の徹底をお願いいたします。



頭の体操クイズ

← 例題はシルバーホームページで確認

マッチ棒2本を移動させて、正しい式にしましょう。式から外すのはダメです。



例えば、「 $1+2=3$ 」のように
正しく直した式を回答してください。

締切:4/26(金)必着

※前回のクイズの答えは「9」でした

正解者の中から抽選で50名の方に**200ポイント**を付与します。

展示品を募集しています！

レストランさくら入口横のスペースに、会員さんが趣味で作った作品を、入れ替えながら展示することを企画しており、4月からは、写真の展示会を予定しています。

情熱がこもった作品を、たくさんの人に見てもらいませんか？

展示のご希望は、シルバー人材センター事務局までご連絡ください。

※ご希望があれば、レストランさくらに常設展示しますので、お気軽にお申し付けください。

シルバー事務局より

- ◆ 総会のご案内: **5月30日(木) 13:30~** 加賀市文化会館ホールにて開催します。
- ◆ 令和6年度になりましたので、会費の納入をお願いいたします。
- ◆ 「こんな講習をして欲しい」の意見を募集しています。
- ◆ 認知症の予防には、**①適度に運動する ②頭を使う ③バランスよく食べる** の3つが特に重要になります。シルバーの仕事やクラブ活動などにより、頭と体を動かして、社会とのかかわりを保つようにしましょう！