

# シルバー 事務局だより

第73号

発行 公益社団法人北本市シルバー人材センター  
〒364-0013 北本市中丸 10-55  
TEL 048-592-4300  
FAX 048-593-2759  
e-mail kitamoto-sc@sjc.ne.jp

## 「北本市シルバー人材センター定時総会」について

日時 6月22日(火) 午後1時30分～

会場 北本市健康増進センター 大広間

持ち物 定時総会議案書

★ 新型コロナウイルス感染拡大のため、縮小開催にご協力ください。委任状の提出をお願いいたします。(各地域班 班長・副班長まで)

## 「フレイル予防教室」に関する共同研究を実施します

東京都健康長寿医療センター研究所 フレイルと筋骨格系の健康研究 大須賀 洋祐先生と、「フレイル予防教室」に関する調査を行うこととなりました。フレイル予防教室が、どの程度効果があるのかを調べる研究、とのことです。

つきましては、この調査にご協力いただける方を探しています。

- フレイル予防教室 10回コース に参加できる。

(毎週木曜日 午前 または 午後。 1回1時間程度。)

①令和3年9月～11月 ②令和3年12月～令和4年2月 各回10名

※ どちらの日程かは選べません。

- 事前調査、事後調査として、簡単な体力測定があります。
- フレイル予防教室に出席した方には、配分金をお支払いします。
- 月4日以上、働いている。
- 令和2年6月に実施した「就業安全調査」(転倒調査)に参加していない。
- 過去に「フレイル予防教室 10回コース」を受けたことがない。



健康に興味のある方、体力低下が気になる方など、ご応募お待ちしております！

お問い合わせは Tel 592-4300 中村まで

ホームページにセンターからのお知らせや就業募集を掲載しています。見てね！

シルバーの  
ホームページ

→ <https://webc.sjc.ne.jp/kitamoto> または

北本市シルバー 検索



## 理事会 会議内容

### 第1回理事会

4月28日(水)

- 令和3年3月～4月分入会希望者(退会者を含む)の承認について

### 第2回理事会

5月12日(水)

- 令和2年度第3次補正予算(案)について
- 令和2年度事業報告の承認について
- 令和2年度収支決算の承認について
- 役員候補者の選任について
- 総会に出席できない正特会員に対する委任状により議決権の行使を行うことについて

### 第3回理事会

5月28日(金)

- 令和3年4月～5月分入会希望者(退会者を含む)の承認について



## フレイル予防サポーターの募集

フレイル予防サポーター(教える側)になりませんか?サポーターになって、フレイル予防教室で活躍していただける方を募集します。講師として活動された場合、わずかではありますが、謝金(配分金)をお支払いいたします。(1回1,000円前後)

参加条件:いきいき埼玉で行う講習会に参加できる方(3日間)

(「いきいき埼玉認定講師」になれます)

健康増進センターで開催の「フレイル予防教室10回コース」に参加できる方

(「北本市シルバー認定講師」になれます)

ご興味のある方は、事務局へ電話でお問い合わせください。 ☎ 592-4300



## シルバーギャラリー・作品 募集!!

1月・7月発行の機関紙「シルバーきたもと」の“シルバーギャラリー”コーナーをごぞんじですか?絵手紙・写真・書道・手芸・スケッチなどを映した写真、川柳の投稿を掲載しています。投稿は随時受付中!事務局あてにお送りください。

たくさんの応募をお待ちしています。メールでも受付可能です。

e-mail [kitamoto-sc@sjc.ne.jp](mailto:kitamoto-sc@sjc.ne.jp)

