

シルバー 四国中央

第40号
2023年1月



県指定有形文化財 土師印伝 高瀬神社 本高に付けられた彫り物 許形彫の産



新年のご挨拶

理事 田淵 俊良

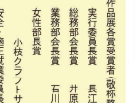
新年あけましておめでとうございます。今年も、シルバー人材センターは、自立、高齢者の生活に寄り添い、高齢者が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。また、会員が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。また、会員が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。

田淵 俊良 新年あけましておめでとうございます。今年も、シルバー人材センターは、自立、高齢者の生活に寄り添い、高齢者が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。また、会員が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。また、会員が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。



普及啓発促進事業

第11回 シルバーフェスティバル



セニアの普及啓発促進事業の一環として、市町村のシルバーフェスティバルを開催いたします。このフェスティバルは、高齢者の生活に関する情報を提供し、高齢者の活躍の場を広げることを目的としています。また、高齢者の健康増進や生活の質の向上を図るための取り組みを行います。



新年のご挨拶

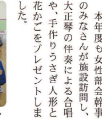
新年あけましておめでとうございます。今年も、シルバー人材センターは、自立、高齢者の生活に寄り添い、高齢者が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。また、会員が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。また、会員が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。



年頭のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。今年も、シルバー人材センターは、自立、高齢者の生活に寄り添い、高齢者が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。また、会員が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。また、会員が主体的に、高齢者自身が活躍できるような活動を実施してまいります。

令和5年度 女性部会施設訪問 9月実施



9月2日新居高齢者生活福祉センター 9月8日土居町デイサービスセンタースマイル

安全・衛生ニュース

①運動をしよう!
フレイルに追加の仲間を専ら
の低く、より安全で、自分
分の年齢・健康などに合った自

フレイルを予防して
「人生100年時代」を築こう

フレイルとは、健康と介護の
中間に置かれた状態であり、身
の能力が低下した状態を
指します。
年齢を重ねていくと、
健康であった状態から要
介護状態へと変化していき
ます。
フレイル状態になって
も適切な処置をとると、
健康な状態に戻すこ
とができます。

- ②食事のしかりとろろ
規則正しい食事・健康維持に
重要な役割を担っています。
夕食を毎日20分ほどのリズム
を整え、また、自分の力でい
つまでも歩く力を維持するた
めに、たばこや飲酒を意図し
て控えることが必要です。
③人と人の交流を図ろう
人との交流を通じて、身体や
認知機能の低下などのリスク
が軽減されます。就労の機会が
重要であれば、就労の機会は
要介護のリスクの軽減に役立
っています。

④フレイル予防
フレイルに追加の仲間を専ら
の低く、より安全で、自分
分の年齢・健康などに合った自

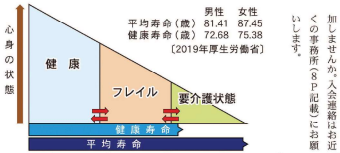


Table with columns: 月日 (Month/Day), スマ (SM), 時間 (Time), 場所 (Location). Rows for 1/15, 2/15, 3/15.

フレイルに追加の仲間を専ら
の低く、より安全で、自分
分の年齢・健康などに合った自

シルバー人材センター

清掃奉仕活動



令和5年度 シルバー旅行



Table showing membership statistics by region: 地区別会員数. Columns: 地区 (Region), 男性 (Male), 女性 (Female), 合計 (Total).

事務局だより
五十周年のあゆみ
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

お仕事男!!
労働者と連携し、会社
内での仕事をサポートし、会社
業務を必要に応じて、会社
外でもサポートします。

社会を尊重し、個人は事業所まで
地区別会員数
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

役員会報告
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

役員会報告
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

役員会報告
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

役員会報告
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

役員会報告
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

役員会報告
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

役員会報告
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

役員会報告
〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

年おとご年おん会
1. 今年は何となくとどろきました。
2. 今年は何となくとどろきました。
3. 今年は何となくとどろきました。

川之江町 白刺 雅俊
1. 会社活動をしたい。
2. 会社活動をしたい。
3. 会社活動をしたい。

中曾町 高岡 洋
1. 長く続けられる仕事を身に
2. 長く続けられる仕事を身に
3. 長く続けられる仕事を身に

加藤みどり
1. 年おとご年おん会に参加し
2. 年おとご年おん会に参加し
3. 年おとご年おん会に参加し