

シルバーあさくら

女性会員募集



公益社団法人 朝倉市シルバー人材センター

■本所 朝倉市菩提寺480-2 ☎22-4085

■朝倉出張所 朝倉市入地2472-1

■杷木出張所 朝倉市杷木池田513-1



朝倉市シルバー

検索

ページ

② 令和6年度 定時総会

③④⑤ イベント紹介

⑥ 健康ワンポイントアドバイス

⑦⑧ 会員募集チラシ



令和6年6月14日開催

《令和6年度 定時総会の決議事項及び報告事項》

下記はすべて承認されました。

【決議事項】

- 第1号議案 令和5年度事業報告について
- 第2号議案 令和5年度決算報告及び監査報告について
- 第3号議案 役員を選任について

【報告事項】

- 1 令和6年度 予算実績比較報告について
- 2 令和6年度 事業計画について
- 3 令和6年度 収支予算について
- 4 配分金規約の修正について

新理事・監事紹介



再任
小川 信博
(杷木松末)



再任
田籠 章一
(甘木北第二)



再任
西森 正人
(美奈宜の杜)



再任
川上 喜代太
(甘木東第二)



再任
松田 ハルミ
(朝倉二)



再任
末益 秀行
(福成)



再任
時川 知親
(杷木一)



再任
中島 廣昭
(金川)



再任
末益 利隆
(朝倉地区)



新任・監事
川渕 五男
(税理士会)



新任
江藤 清智
(宮野)



新任
永露 隆満
(福田)



再任
吉武 尚美
(介護サービス課)



再任
篠原 明男
(立石北)



再任
山崎 典子
(甘木西)

敬称略

イベント紹介

安全就業促進大会

令和6年1月16日 開催風景

最優秀安全標語 高倉 司(金川) 『見落とすな！小さな失敗 大きな代償』



安全標語最優秀者表彰



交通安全講話 JAF

地域懇談会

令和6年1月～2月 開催風景



立石地区 2月6日



杷木地区 2月9日

特別感謝奉仕活動

令和6年3月15日 活動風景(甘木公園)



チェーンソー技能講習会

令和6年1月17日～19日 実施



《参加者の感想》

伐採作業を安全に行うために必要な知識とチェーンソーの安全な操作方法について学び大変勉強になりました。ここで学んだことを今後の就業に生かし安全な作業をしたいと思います。

しまんと新聞ばっぐ作り体験 (介護予防講座)

令和6年2月20日 実施



《参加者の感想》

読み終わった新聞紙と糊だけで世界に1つ、自分だけのバッグを作ることができ大変満足でした。ゴミも減り環境にもやさしいため、今後も作っていききたいと思います。

柿の摘蕾講習会 (就業者養成講習)

令和6年4月20日 実施



《参加者の感想》

柿の実を大玉にして収穫量も確保するための管理方法について朝倉普及指導センターの指導員から管理ポイントを学ぶことが出来て大変勉強になりました。ここで学んだことは今後の就業に活かします。

イベント予定表

介護予防講座

ストレッチ体操

令和6年9月開催予定

無理のない範囲で体を動かして柔軟性を高め、健康的な1日を過ごしませんか!肩こりや腰痛・膝関節痛等の改善につながります。運動してない体力に自信がなくても年齢・体力を考慮したメニューのため安心です。



いきいき美容教室

令和6年秋期または冬期開催予定

化粧のちからであなたらしい美しさを見つけ、生活にも肌にもハリをだしましょう!!



しまんと新聞ばっぐ

令和7年早々開催予定

古新聞を使って自分だけのオリジナルばっぐを作ってみませんか!

※開催日時・場所・募集人員・申込締切日等の詳細は、ホームページや朝倉市の広報あさくらでお知らせします。



技能講習・セミナーの案内

ハウスクリーニング技能講習

■開催日：令和6年9月19日(木)・20日(金)

■場 所：うきは市総合福祉センター（うきは市吉井町 347-1）

トイレ・キッチン・浴室・ガラス窓等の効果的な清掃方法について学びます。

手作り飾りで祝いましょうセミナー

■開催日：令和6年11月28日(木)

■場 所：朝倉市シルバー人材センター（朝倉市菩提寺 480-2）

クリスマスリースとしめ縄作りを行います。

※参加費は無料です。詳細はシルバー人材センターへお尋ねください。☎0946-22-4085
60歳以上の方でシルバー人材センター会員になって就業いただける方が対象です。

あさくら祭り

令和6年11月16・17日（2日間）

シルバー人材センターからは沢山の野菜や菊芋、ヨーヨー釣りやポップコーンなど子供から大人まで楽しめるものを来店していますので是非お越しください。



映画を楽しもう会

シルバー互助会活動

毎月第3金曜日 14:00 上映

・男はつらいよ ・千と千尋の神隠し

・タイタニック ・スターウォーズ ・他

時代背景がすごく懐かしく昔の映画のようであり今でも感動でき、心に残る映画です。会員以外の方のご参加もお待ちしております。

無料



宗像大社方面日帰りバス旅行

令和6年3月12日旅行風景



杷木を8:30に出発して宗像大社→鎮国寺→道の駅むなかた等を回るコースで日常から離れ皆様と参拝、豪華でおいしかった昼食、お土産の買い物と楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

参加者：46名（男性28名、女性18名）

笑顔で生き生き！

健康ワンポイントアドバイス



暑い夏は熱中症に注意！

熱中症は、気温が高い場合だけでなく、湿度が高い場合や、風が弱い、日差しが強いなどの環境でも起こりやすくなるので注意しましょう。

◎熱さを避ける

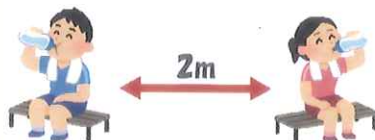
● 予防のため、窓開放によって換気をしつつエアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。



● 外出時は暑い日や、暑い時間帯を避け涼しい服装で日傘や帽子を活用しましょう。

◎適宜マスクを外す

● 気温・湿度の高い中でマスクをすると熱中症のリスクが高くなるため、野外で人と十分な距離(2m以上)が確保できる場合はマスクを外しましょう。



◎こまめな水分補給

● のどが渇く前に、こまめに水分を補給しましょう。
(目安は1日あたり1.2ℓ)
スポーツドリンクや塩飴などで塩分を補給しましょう。



食事でも夏バテ・熱中症対策を！

◎余分な熱を冷まし、潤す食材

● 体にたまった余分な熱を取り除くとともに体に必要な潤いを補い、のどの渇きを解消します。



例：トマト、きゅうり、ズッキーニ
冬瓜、なす、キウイ、すいか、豆腐、豚肉

◎余分な熱を冷まし、解毒する食材

● 体にたまった余分な熱を取り去り、解毒する働きがあります。



例：ゴーヤ、きゅうり、緑豆

シルバー会員募集中

会員になると、あなたに合った仕事を紹介します。
(朝倉市にお住いの60歳以上の方が対象です)

仕事内容(下記は一例です)他にも様々な仕事があります。



- 低木剪定(4m以下の樹木)
- 樹木伐採
- 樹木消毒



- 果物の手入れ及び収穫
(柿の摘蕾/摘果/収穫・キウイ
梨・いちご・ブドウの玉くげ
/袋掛け・他)



- 草刈り
- カズラ除去
- 落葉等の清掃
- 除草剤散布



- 草取り
- 農作業
(野菜苗/花苗植え・苗物収穫・
箱苗つくり・田植え補助・他)



- 家事援助
(買い物・付添・部屋清掃・他)
- ワンコイン
(ゴミ出し・水やり・他)



- 屋外軽作業
(防草シート張り・溝掃除・他)
- 屋内軽作業
(倉庫内物品清掃/整理・他)

先ずはお問合せください。詳しく説明いたします。

説明会開催日：毎週月・木曜日(祭日除く) 13:30~

☎ 0946-22-4085

(公社)朝倉市シルバー人材センター

特に 女性会員を募集しています。

朝倉市にお住いの60歳以上の方が対象です。



ハウス内ポット苗植付け



野菜の植付・手入れ・収穫



草取り



屋内軽作業1



屋内軽作業2



郵便出し・ゴミ出し



屋内・屋外清掃



トイレ・浴槽清掃

上記は女性会員が行っている仕事の一例です。上記以外にも色々なお仕事がありますので、あなたに合った仕事が見つかります。

健康で働く意欲のある方 お待ちしております。

編集後記

本紙は、シルバー人材センターからのお知らせや地域の皆様のお役に立てる情報となるよう広報班一同、何度も意見交換してきました。また、シルバー人材センターの会員がイベントや講習会に参加している様子などもお伝えしています。会員以外の方も参加できるものもありますので、シルバー人材センターまでお問い合わせ下さい。本紙の表紙は、2月に行われた「しまんと新聞ばっく」に参加された講師・会員の皆です。

広報班一同

シルバー人材センター
(豊前 生き生きセンター)

