



夏の玄関飾りが完成しました！

季節の言葉にそっと色を添える玄関飾りを作りました。津崎さんのサポートで、作品にそれぞれの味わいが生まれ、「心が落ち着いた」「飾るのが楽しみ」といった声が届いています。葉書サイズの作品が、暮らしに涼を運んでくれました。次回、秋バージョンは9月を予定しています。



指先と頭をつかう 健康麻雀はじめませんか

初回の健康麻雀は、皆さんとても楽しそうに盛り上がりました。今回も雀卓を2卓ご用意しています。頭の体操や仲間づくりにもぴったりですので、どうぞお気軽にご参加ください。



日 時：8月4日(火)13:30～
場 所：シルバー人材センター
申し込み：事務局まで



陽の気をとりにれる サンキャッチャー作り！

サンキャッチャーは、太陽の光を受けて虹色のきらめきを生み出すインテリアです。窓辺にそっと吊るすと、お部屋にやさしい光が広がり、気持ちを明るくしてくれるような心地よさがあります。

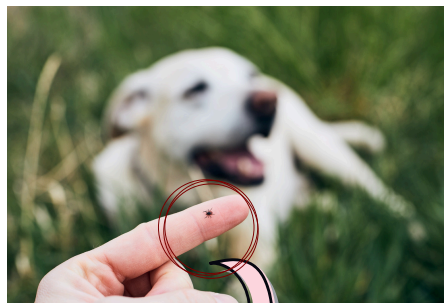
光の揺らぎを眺めるひときは、日常に小さな癒しを運んでくれます。



写真はイメージです

細かく
カットの
入ったガラス
ボールを使用
して光を贅沢に
取り込めるもの
を作ります。

日 程：8月19日(水)
時 間：13:30～
定 員：10名
場 所：シルバー人材センター
持ち物：はさみ、ペンチ
申 込：事務局まで ☒切 8/17
材料費：1000円



マダニについて



マダニは気づかぬうちに服のすき間から入り込み、皮ふに噛みつきます。噛みついたまま数日～1週間ほど皮ふにくっついたままになることもあります。無理に引き抜こうとすると、口の部分だけ皮ふに残ることがあり、そこから感染症のリスクが高まります。高齢者は発熱などの症状から重症化しやすいため注意が必要です。

予防のポイント



- ・長袖・長ズボン、首元を覆う服装で肌の露出を少なくする
- ・ズボンの裾は靴下の中に入れる ・虫よけスプレーを衣服にも使用する
- ・作業後は、体や服にマダニがついていないか確認する



もし噛まれた場合は、無理に引き抜かず、そのまま医療機関に相談してください。早めの受診が大切です。





市内スーパーで活躍する会員さん！



2001年から長く男性だけで担当してきた現場に、昨年から女性会員が加わりました。そんな市内のスーパーで働く会員さんをご紹介します。

現在そこでは3名の会員さんが、カゴ・カート集めの仕事を担当されています。

お客様や現場のスタッフの心を温かくし、信頼にもつながっています。

お客様から寄せられた投稿には、会員さんの丁寧な対応を喜ぶ声も見られます。

また店長からも「本当によく働いてくれて助かっています」と温かい言葉をいただき、現場での信頼の厚さが伝わってきました。

地域の方からも「いつも丁寧にありがとうね」と声をかけられることが多いようで、その働きぶりはセンターにとって大切な存在となっています。



お客様から声をかけてもらえることがうれしく、あいさつのひと言が仕事の励みになっていると話してくださいました。

足の悪い方の荷物を運んだり、車までお届けすると、飲み物をいただくこともあり、その気持ちがとてもありがたいそうです。



歩くことが好きで、一日2万歩ほど動くこの仕事が性に合っていると話してくださいました。

ジュースを積んだり、ちょっとしたお手伝いをするとお客様がとても喜んでくださり、その反応が励みになっているそうです。



お客様へのあいさつを大切にされており、お客様からの温かい言葉がけが嬉しく、その瞬間が“この仕事の楽しさ”につながっていると話して下さいました。

また、どんな日でも「今日もお客様から元気をもらおう。役に立てるように頑張ろう」という気持ちで現場に立たれているとのこと。



姿勢改善ヨガ



骨盤をニュートラル（傾きすぎないちょうどいい位置）に整え、足裏のアーチを意識しながら、姿勢の土台をつくるヨガです。

ゆっくりとした動きで体のバランスを整え、立つ・歩くが楽になる感覚を育てていきます。無理のないやさしい動きが中心なので、初めての方でも安心してご参加いただけます。

日 程：8月5日(水)

時 間：15：00～

持ち物：ヨガマット・飲み物、動きやすい服装、裸足

定 員：15名

会 場：いきいきライフセンター2F ホール

申 込：事務局まで 〆切 8/3



ハンドメイド

8月のハンドメイドサークルは祝日と重なるためお休みです。

9月の内容が気になる方は事務局までお問い合わせ下さい。

日 時：9月8日(火)14:00～

場 所：シルバー人材センター



毎月 第2火曜日 開催