御所市シルバー人材センター

事務局だより

Vol.03
2021.7.15

梅雨でジメジメした日が続きますね。今年の長期予報では平年より気温が高く全国的に暑い夏になるとのこと。

熱中症は真夏の猛暑日ばかりでなく、梅雨の「蒸し暑い日」も十分注意が必要です。湿度があがると汗が蒸発しにくくなるので、身体に熱がこもりやすくなります。
適度な運動などで暑さに身体を慣れさせ、こまめな水分補給や適切なマスクの付け外し、十分な休憩やエアコンなどの空調を使用して、体調管理に十分注意して下さい。

体調の変化には気をつけて、なにごとにも無理はしないようにしましょう。

スマホ教室案内

スマホを持っているけど、使い方が分からない
もっと使いこなしたいという方。
ごく簡単な基本操作を一緒に楽しく勉強しませんか。

日時　8月20日（金）
　　１３：３０～　一時間程度

場所　御所市シルバー人材センター

対象　会員ならどなたでも

参加費　無料

内容　スマホの基本操作（質問受け付けます）
　　ご自分のスマホをお持ちください。

定員　５名（定員になり次第締め切ります）

申込み　事務局まで電話
（0745-63-2119）

入会説明会開催

会員皆様のご紹介は、大きな入会動機です。お知り合いで、お仕事に興味のある方がいらっしゃいませんか。ぜひ入会説明会にご出席いただくようにお勧め下さい。

日時　7月２９日（木）１４：００～

場所　御所市シルバー人材センター

「趣味の会」作ってみませんか？

同好会で健康増進・仲間づくりをしてみませんか。
事務局でお手伝いさせていただきます。
「こんな趣味の会あったらいいな」というご意見をお寄せ下さい。

☆他センター同好会例☆
カラオケ・ゴルフ・パソコン
囲碁・手芸など

※お問い合わせは事務局まで

HPに求人情報掲載しています。