

廿日市市シルバー人材センター

事務局
ニュース
No.320

はつかいち通信



安全は 無理せず 焦らず 油断せず

はつかいち桜まつりに参加しました!



4月5日(日)、木材港北の「昭北グラウンド」で「はつかいち桜まつり」が開催されました。当日は好天に恵まれ、満開の桜の中、多くの人出で賑わいました。

当シルバー人材センターでは、普及啓発の一環として参加し、事業推進部会の皆さんが、会場内で「普及啓発チラシ」を配布し、盛んにシルバーのPRをしていただきました。



新たな仲間づくり計画
~会員10万人超の増加を目指して!~

公益社団法人 廿日市市シルバー人材センター

2026年5月号

◆ 今月号の内容 ◆

- ◎ 第54回定期総会開催のお知らせ
- ◎ 入会説明会日程
- ◎ 衛生委員会報告「メンタルヘルスについて」
- ◎ 就業募集: 学校用務員、除草作業員
- ◎ 令和7年度事故発生状況報告
- ◎ 新入会員数の状況
- ◎ 令和7年3月末会員数報告
- ◎ 新入職員の採用



「第54回 定期総会」開催のお知らせ

「令和8年度定期総会」を**6月19日（金）**に
ウッドワン さくらぴあ小ホールで開催します。

【5月・6月の入会説明会】

5月18日（月）午後1時30分～（大野支所）

5月27日（水）午後1時30分～（本所）

6月 9日（火）午後1時30分～（本所）

説明会風景→



衛生委員会 報告

◎ 令和7年度 第12回 衛生委員会

＜ 令和8年3月19日（木）開催 ＞

「メンタルヘルス」について

心の健康、つまり精神的な健康を指す言葉です。世界保健機関（WHO）では「すべての個人が自らの可能性を認識し、生命の通常のスレスに対処し、生産的かつ効果的に働き、コミュニティに貢献することができる健全な状態」と定義しています。これには、自分の感情を適切にコントロールする能力、スレスに対する適切な対応力（レジリエンス）、人間関係を円滑に保つコミュニケーションスキルなどが含まれます。

長時間労働、人間関係からくるスレス、適切な休息やリラクゼーションの欠如などの過度な疲れやスレスは、メンタルヘルスの問題を引き起こすおそれがあります。

【メンタルヘルス不調の症状】

・睡眠障害、不安・抑うつ、食欲不振、強い疲労感など

これらがメンタルヘルス不調でよく見られる症状です。スレスによって不安や恐怖を感じると交感神経が優位になるため、動悸、口渇、息苦しさ、肩こりといった身体症状として現れることがあります。

【メンタルヘルス不調の原因】

・仕事の量や質、仕事の失敗や責任の発生、対人関係（セクハラ・パワハラを含む）

メンタルヘルス不調は単一の要因で起きることはまれで、多くはいくつかの要因が複合して起こります。

【メンタルヘルス不調の兆候】

・遅刻や早退、欠勤が増えている ・顔色や表情がさえない ・いつも眠そうな様子である
・食欲がない様子である ・ミスが増えている ・身だしなみが乱れてきているなど

上記のような変化が見られたら、メンタルヘルス不調のサインの可能性もあります。今までなかったような様子に気づいたら、速やかに体調を確認する声かけを行い、何か困っていることはないか、じっくり話を聞くことが大切です。話を聞く際には、話し手に思い込みなどがあっても否定せずに、まずは「あなたの話が聴きたい」ことを伝えると、話すだけでもスレス軽減になるものです。忙しさを理由に声かけを先送りしている間に病状が悪化すると、その後の対応により多くの時間が必要になります。

【やっておきたいメンタルヘルス対策】

・ストレスチェック

ストレスチェックとは、自分のスレスがどのような状態にあるかを調べる簡単な検査です。メンタルヘルス不調の一次予防として、メンタル不調を未然に防ぐことができます。

学校用務員募集

- ◆就業場所、就業開始時期(予定)および募集人数
金剛寺小学校 令和8年5月下旬～6月上旬 1名
- ◆就業日
土、日および国民の祝日ならびに長期休業日を除く学校の課業日等
- ◆就業時間
8:00から14:45まで(うち、休憩時間45分)
- ◆その他
採用については選考会を実施予定です。朝の鍵開けをお願いする場合があります。
- ◆申し込み
令和8年5月11日(月)までに電話、窓口、EmailやSmile to smileでご応募ください。
・TEL (0829)20-1468
・Email hatukaichi@sjc.ne.jp



除草作業員募集

春の「佐伯総合スポーツ公園」除草作業員を募集します

- ◆就業場所
佐伯総合スポーツ公園
- ◆就業日
5月26日(火)から28日(木)までの毎日 予備日29日(金)
- ◆就業時間
8:00から17:00まで
- ◆定員
若干名。定員になり次第締め切ります。
- ◆申し込み
令和8年4月30日(木)までに電話または窓口にて直接ご応募ください。



TEL (0829)72-2055 佐伯地区以外の皆さまも大歓迎です。担当 佐伯支所／伊藤

除草・剪定作業のシーズン本番に向けて！

今年も除草・剪定作業のシーズンになりました。昨年と同様に気温や湿度が高くなることが予想されています。体調管理に十分気をつけて本番を迎えましょう。

令和7年度事故発生状況

No.	発生年月日	職種	事故内容	事故形態
1	R7.10.1	機械除草	機械除草中のエコキュート破損	物損
2	R7.10.20	機械除草	機械除草中の飛石による車両破損	物損
3	R7.11.30	夜間受付	台車利用による車両ボディーへの傷	物損
4	R8.1.22	ふれあい収集	シルバー車両の脱輪によるレッカー	物損

● **新入会員数の状況**

令和8年3月1日から3月31日まで

	地域班	入会人数
佐伯	友和	1名

◎ 令和8年3月末日 現在
 会員数:548名 (男性:429名、女性:119名)

令和8年4月1日付で、新規採用しました。

(本所) 山下 信生

◆ 新任の挨拶 ◆

本所で、剪定担当として採用となりました。
 時事不慣れのため、ご迷惑をおかけします。
 ご指導・ご鞭撻のほど、よろしくお願い致します。



熱中症に注意!



【熱中症の起こりやすい環境や活動条件】

- 前日までに比べ、急に気温が上がった場合
- 気温はそれほどでなくとも、湿度が高い場合 (例: 気温20℃、湿度80%)
- 活動場所が、アスファルトなどの人工面で覆われているところや草が生えていない裸地、砂の上などの場合
- 普段の活動場所とは異なった場所での場合 (涼しいところから暑いところへなど)

【熱中症予防のポイント】

- のどが渇いていなくても、こまめの水分補給を心がけましょう!



熱中症の応急手当

いつもと違うと思ったら、すぐに **119** 番

救急車到着まで

作業着を脱がせ

水をかけ 全身を急速冷却

前日のチェック

- 仕事前日の飲酒は控えめに
- くっすり眠る
- 熱中症警戒アラート確認

仕事前のチェック

- よく眠れたか
- 食事をしたか
- 体調は良いか
- 二日酔いしていないか
- 熱中症警戒アラート確認

仕事中のチェック

- 単独作業を避け、声をかけ合う
- 監督者は現場パトロール
- 水分・塩分の補給
- こまめに休憩

詳しくはコチラ

厚生労働省
 Ministry of Health, Labour and Welfare

＜✂キリトリ線＞で切り取って、お財布などに入れて持ち歩きましょう!

事務局ニュース No. 320

- ◆ 発行日 令和8年5月1日
- ◆ 発行所
 公益社団法人
 廿日市市シルバー人材センター

● **公益社団法人 廿日市市シルバー人材センターのネットワーク**

- 本所 〒738-0023 広島県廿日市市下平良一丁目1番5号
 TEL (0829)20-1468 (代) FAX (0829)20-1470
- 大野支所 〒739-0488 広島県廿日市市大野4137番地2
 TEL (0829)54-0224 FAX (0829)54-3064
- 佐伯・吉和支所 ... 〒738-0222 広島県廿日市市津田4109番地
 TEL (0829)72-2055 FAX (0829)72-2058
- 宮島出張所 〒739-0506 広島県廿日市市宮島町960番地2
 TEL (0829)44-2840 (FAX兼用)