はつかいち通信

声掛けは　仲間を守る　いのち綱

事務局
ニュース
No.326

「全会員研修会」開催の案内

全会員研修会を開催します!!

健康寿命を延ばし、快適なシニアライフを送るための一助になる講演です。
奮ってご参加ください。

【　日　時　】 令和8年11月20日（金）13:30～15:00
【　講　演　】「食のなるほど発見セミナー」 カラダは食べた物からできている
【　講　師　】 meiji　株式会社 明治　藤山 香織　氏
【　場　所　】 はつかいち 文化ホール （ ウッドワン さくらぴあ　小ホール ）



「シルバーの日」ボランティア清掃活動の報告



ご協力ありがとうございました ！

10月17日（土）、シルバー人材センター事業普及啓発促進月間の取り組みとして、廿日市地域および佐伯地域で「 シルバーの日 」のボランティア清掃を実施しました。
朝の大変お忙しい時間帯にもかかわらず、多数の会員の皆さまに参加していただきました。



廿日市地域：広電廿日市市役所前駅前



佐伯地域：畦巻公園



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11月号

公益社団法人 廿日市市シルバー人材センター
〒 738-0023
廿日市市下平良一丁目1番5号
TEL：(0829) 20－1468　　FAX：(0829) 20－1470

◆ 今月号の内容 ◆

◎ 「全会員研修会」のご案内
◎ 「シルバーの日」ボランティア清掃実施報告
◎ こどもに接する現場で働く皆さまへ
◎ 衛生委員会報告
◎ 七尾中学校学校用務員募集
◎ なごみの会主催「日帰り旅行」参加報告
◎ 佐伯総合スポーツ公園　除草(手抜き)作業員募集
◎ 入会説明会日程、新入会員の状況
◎ 情報提供について
◎ インフルエンザ予防接種について

子どもに接する現場で働く皆さまへ

こども性暴力防止法による対応がはじまります！

教育・保育などこどもに接する場での、こどもへの性暴力を防ぎ、こどもの心と身体を守るため、『こども性暴力防止法』が令和8年12月25日から施行されます。

こどもと接する仕事を提供する発注者・派遣先等がこの法制度の対象事業者である場合、就業する方には、事業者による犯罪事実確認が行われ、過去に性犯罪履歴があると確認された場合、こどもと接する業務に就くことができません。

また、犯罪事実確認の手続きとして、就業予定者には、こども家庭庁に戸籍情報を提供するなどの協力が求められます。
こどもと接する仕事に従事する会員の皆さまは、こうした手続きが必要となることを十分ご理解ください。

学校用務員募集

◆募集施設　七尾中学校
◆募集人数　1名（令和9年1月から就業予定）
◆就　業　日　学校の課業日（土、日、祝日および長期休業日を除く学校業務のある日）
◆就業時間　9:00から16:00まで（うち休憩1時間）
◆そ　の　他　選考会を実施する予定です。
◆申し込み　令和8年11月6日（金）までに電話、窓口、Email
またはSmile to Smileでご応募ください。



電話：20−1468　Email：hatukaichi@sjc.ne.jp　担当：隅、森

佐伯総合スポーツ公園除草（手抜き）作業員募集

◆作業日程　11月17日（火）、18日（水）および19日（木）　予備日20日（金）
◆作業時間　8:00から17:00までの8時間（休憩1時間）
数時間でも可能です。佐伯地域以外の会員さまも大歓迎です！
◆報　　酬　1時間　1,380円
◆申し込み　10月30日（金）までに佐伯支所に電話にて直接ご応募ください。
定員になり次第締め切ります。



担当　伊藤　電話：72−2055

なごみの会主催日帰りバス旅行に参加して

湯来には知人がおり何度か遊びに行ったことがありましたが、バス旅は初めてでした。
季節柄、空気も澄み、山々の木々は紅葉こそまだしていませんでしたが、鮮やかな緑で鳥の声が時々聞こえて、街中の雑踏を忘れてホッと心和むどこか遠い昔の記憶が蘇る瞬間でした。
ゆっくりと温泉にも入り、日頃の疲れをとり、美味しい料理にも舌鼓・・・。
何年ぶりだろう・・・こんな団体の旅は・・・？
コロナ禍の何年かは家族でも知人同士でも当分していなかった旅行・・・。
久しぶりに心躍りました！
料理を堪能した後は、皆さんの昭和歌謡が美声と共に流れてくる。カラオケなど無縁だったけれど、ヘタでも一曲と促され、歌う皆さんのように美声でもなくリズム感もない私でしたが、楽しい時間を過ごさせて頂きました。
私より一回りも上の方の笑顔を見ていると、とても落ち着き励みになりました。
世界に目をやると自然災害が深刻な問題。日本各地でも続く災害・・・。心が痛む日々の中で、こうして穏やかな風に吹かれ、秋を感じながらも若い感覚を忘れないようにしたいです！
仕事にそして仲間づくりに頑張っていこうと思えた旅行になりました。
シルバー人材センターで多くの方々の個性と輝きに触れ、これからも活気的に行動していこうと思います。
旅をお世話していただきました方々に感謝しています。
また、来年を楽しみにしています。ありがとうございました。　　大野5区　小林　和子












衛生委員会報告

◎　**令和8年度　第6回衛生委員会**　　＜ 令和8年9月17日（木） 開催 ＞

「 尿酸の原因と予防対策 」 について

【血中の「尿酸」を正しくコントロール】

◆ 尿酸の増える原因と痛風の治療

尿酸は、エネルギー物質である「プリン体」の燃えカスです。
体内で産生される尿酸と排泄される尿酸の収支が崩れて血中尿酸値が7.0mg/dLを超えると「高尿酸血症」となり、痛風を引き起こします。
足の親指の付け根に激痛が走る痛風発作時は痛みや腫れを抑える薬で対処し、発作が治まってから尿酸値を下げる治療を行います。

◆ 日常生活でできる予防と改善

・酒量は適量に！／アルコール自体に尿酸値を上げる作用があるため、飲み過ぎに注意しましょう。
・十分な水分補給を／尿酸の排泄を促すため、水やお茶を1日2リットル以上飲みましょう。
・有酸素運動とストレスケア／話しながらでもできるような有酸素運動で肥満やストレスを解消しましょう。
・食べ過ぎないで／レバー（鶏、豚、牛）や干物などの高プリン体食品は食べ過ぎないようにしましょう。
・食べ物は／アルカリ性食品である野菜、海藻、いも類や尿酸排泄を促すビタミンCを摂取すると良いでしょう。

【11月および12月の入会説明会】
11月 6日（金）午後1時30分～（本所）
11月11日（水）午後1時30分～（大野支所）
11月19日（木）午後1時30分～（本所）
12月 9日（水）午後1時30分～（本所）

説明会風景→



● 新入会員数の状況

令和8年9月1日から9月30日まで

	地域班	入会人数
廿日市	下平良	1 名
	阿品	2 名
	四季が丘	1 名
大野	5区	2 名

◎ 令和8年9月末日 現在
会員数：575 名
（ 男性：447名　女性：128名 ）

お知らせ（重要）

デジタル化推進にご協力いただきありがとうございます。
Smile to Smileの登録者数は421名となりました。
今後はSmile to SmileとSMS等で情報を提供するよう随時変更していきます。



皆さまへのご連絡はSmile to SmileまたはSMSにて行います。
シルバーのSMS発信電話番号は『 050-5491-4105 』ですので、ご登録をお願いします。

※ Smile to Smileのご登録がまだの方は、本所・各支所でスマートフォン設定のお手伝いをしますので、日時を予約してご来所ください。

インフルエンザ予防接種を受けましょう！

インフルエンザが流行しています。
高齢者が罹患すると重症化する可能性があるといわれています。
市の予防接種費用の補助制度を活用して、予防に努めましょう！

65歳以上の方は無料で接種できます。

接種期間：令和8年10月1日（木）から令和9年1月31日（日）まで



事務局ニュース　No. 326

◆ 発行日　令和8年11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

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　　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

◆ メールアドレス【 hatukaichi@sjc.ne.jp 】　◆ ホームページ【 http://webc.sjc.ne.jp/hatukaichi/ 】