

シルバー はつかいち通信



事務局
ニュース
No. 297

安全は 無理せず 焦らず 油断せず

シルバーは 会員ひとりひとりが 広告塔
シルバーは 会員ひとりひとりが 営業マン

会員拡大

会員の皆様のご協力をお願いします！

会員さんのご主人、奥さん、友人知人、サークルやクラブのお友達、
隣近所の人に、ひと声かけてください !!!



◆ 今月号の主な内容 ◆

- ◎ 「**第52回、定期総会**」の開催通知
- ◎ 入会説明会日程
- ◎ 衛生委員会 報告（熱中症）
- ◎ 会員専用サイト < **Smile to Smile** > について
- ◎ 支所だより（大野・宮島）
- ◎ 会員募集（なごみの会）「**パークゴルフを楽しむ会**」
- ◎ 「なかよしルーム」便り
- ◎ < **障子・ふすま・網戸** > の張替え案内
- ◎ < **転倒** > に注意

2024・**6**月号



◆ 6月・7月の入会説明会 ◆

- 6/7 (金) 13:30 ~ (廿日市本所)
- 7/3 (水) 13:30 ~ (廿日市本所)
- 7/10 (水) 13:30 ~ (大野支所)
- 7/22 (月) 13:30 ~ (廿日市本所)

説明会風景 →



「第52回 定期総会」開催の案内

令和6年度 定期総会を、
6月18日 (火) に、午後 **1時30分** より、
 ウッドワン **さくらびあ大ホール** で 開催します。

▼ 案内状は、6月初旬に 配布する予定です。



万障 繰り合わせ
 の上、是非、
 ご出席
 ください!!



衛生委員会 報告

◎ 令和6年度 第2回 衛生委員会 (令和6年5月16日開催)

◆ 「熱中症」について

【熱中症とは】

高温環境下で、体内の水分や塩分(ナトリウム等)のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして、発症する障害の総称です。

熱中症というと、暑い環境で起こるもの、という概念があるかと思われますが、スポーツや活動中においては、体内の筋肉から大量の熱を発生することや、脱水などの影響により、寒いとされる環境でも発生しうるものです。

実際、11月などの冬季でも、死亡事故が起きています。

《ポイント》

今夏も、**猛暑が**
予想されます。
体調管理を
しっかり行なって
いきましょう!!!

▼ 熱中症にかかりやすい人

- ① 体力の弱い者 (新入生 や 新人)
- ② 肥満の者
- ③ 体調不良者
- ④ 暑熱馴化の できていない者 (暑さになれていない者)
- ⑤ 風邪 など、発熱している者
- ⑥ 暑熱障害になったことがある者
- ⑦ 性格的に、我慢強い、まじめ、引っ込み思案な者、など

▼ 次のような疾患を持っている人は、要注意です。

- ① 高齢者
- ② 心疾患 (冠状動脈 疾患 など)
- ③ 高血圧
- ④ アルコール 中毒
- ⑤ 糖尿病
- ⑥ 発汗機能の 低下者
 - ・薬物 (抗パーキンソン剤、抗コリン剤、抗ヒスタミン剤)
 - ・汗腺傷害
 - ・強皮症

▼ 熱中症のおこりやすい環境 や 活動条件

- ① 前日までに比べ、急に気温が上がった場合
- ② 梅雨明けをしたばかりの時
- ③ 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%)
- ④ 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
- ⑤ 普段の活動場所とは異なる場所での場合 (涼しい場所から暑い場所へ等)



Smile to Smile (会員専用サイト) について

このサービスは、シルバー人材センターと会員の皆様とを結ぶコミュニケーションツールです。今後、センターが実施する様々なデジタル化に必要となりますので、是非登録をお願いします。

お早めに
申込みを!



サービス利用までの流れ (概要)

- ① センターから、通知書をお渡しします。
- ② 通知書に記載の「ログインID」と「パスワード」を、Smile to Smile のWEBサイトにアクセスし、ログインします。
URL : <https://www.s22s.jp/>
- ③ ご自身で、新しいパスワードとメールアドレスを登録して手続きを行います。
- ④ サービス利用開始!!!

▼ マニュアル動画はこちら!

動画 URL: (約10分)

<https://nsis.ageless80.jp/public/seminar/view/2840>



※ ご利用に際しては登録が必要となりますので、まずは事務局までお申込み下さい。
申込先: 本所 ☎ 0829-20-1468

大野支所・宮島出張所だより

新規就業先の紹介

新規就業として、廿日市市観光課様と、「宮島 包ヶ浦自然公園、園内管理業務」を契約しました。今年度4月より、4名の会員さんが交代で頑張っておられます。来られた方に、気持ちよく使っていただけるよう、公園内が4名の力で、徐々にキレイになってきました。宿泊や物販等はありませんが、ハイキング等で、是非寄ってみてください。

<お願い>

不要な「電子レンジ」をお譲りいただけませんか!?
ちょうど買い替えをお考えの方はおられませんか? ご自宅まで取りに行かせていただきます。
宮島支所の宿日直業務と、前述の包ヶ浦自然公園園内管理業務で使えば・・・と、考えています。

◆ ご連絡は、0829-54-0224 大野支所まで。

託児所 ♪ 託児所なかよしルーム ♪♪だより

こんにちは(^^) ある日のなかよしルームの託児風景です。この日は2名の利用者がおりました。保育士1名・補助会員1名の計2名で託児を行っております。『可愛い笑顔に癒されながら元気をチャージして帰っている』と、ある会員は言っておられました。託児に興味ある方、大歓迎です。見学も可能です。

問い合わせ: 本所 ちゅうだまで



なごみの会 からの お知らせ

新たに、なごみの会において、「パークゴルフを楽しむ会」の会員を募集することにしました。近郊シルバーセンターからの誘いがあることや、パークゴルフ自体が体力増進、会員相互の親睦に役立つものと思います。入会希望の方は、事務局の日野まで、連絡をお願い致します。尚、入会時になごみの会会員として登録しますので、会員以外の方は、入会金1,000円のお支払いを、よろしくお願い致します。

なごみの会 副会長 巖 忠昭

● 新入会員の紹介

令和6年4月1日～4月30日 まで

	地域班	入会人数
廿日市	廿日市	3名
	上平良	1名
	宮内	2名
	地御前	1名
	阿品台	2名
	四季が丘	3名
佐伯	津田	1名
	友和	1名
	玖島	1名
大野	7区	3名
	10区	2名
宮島	宮島	1名

◎ 令和6年4月末日 現在
会員数 600名（男性 459名、女性 141名）

訃報連絡

謹んで哀悼の意を表し、ご冥福をお祈り致します。
（廿日市班：1名、下平良班：1名）

* 個人情報保護のため、氏名を不掲載とさせていただきます。

♡ 得意自慢 ♡

を募集します!!!

皆さんの 趣味や特技を 募集
しています。

是非、事務局まで 一報ください!

今後の活動において、事務局ニュースの
紙面掲載や催し物などでも、紹介させていただきます。

腕自慢の方、
変わった趣味
等をお持ちの方、
大募集!!

事務局ニュース No. 297

- ◆ 発行日 令和6年6月1日
- ◆ 発行人 高嶋 真二
- ◆ 発行所 公益社団法人
廿日市市シルバー人材
センター

※ 禁無断転載

● 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)

「障子・ふすま・網戸」の張替え
賜ります!!!

※ お気軽にお問合せください。



シルバーだから安心!

ふすま
各種障子張り替え 網戸

仕事の発注にあたって

- 手軽に電話でお申し込みになります。お気軽にお問い合わせください。
- 無料でお見積り、ご相談のうえセンターがお仕事を引き受けて会員が責任をもって、完成(遂行)いたします。
- 収益を目的としないので、安心な料金です。
- 公益的団体なので安全です。
- 廿日市内全域のお仕事をお受けします。

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

● 転倒 に 注意 !!! ●

高齢者の転倒は、骨折、頭部外傷など、介護が必要となる原因の4番目です。認知症、脳血管疾患、高齢による衰弱に次ぐ要因で、事故では、最も大きな原因です。高齢者が転落・転倒しやすい要因としては、体や感覚の衰えといった「身体的な要因」と、環境にかかわる「環境的な要因」の2つがあります。「身体的な要因」として挙げられるのは、加齢に伴う筋力の衰え、老眼や白内障などの視力の低下、周囲の生活状況が把握しづらくなるといったことです。

一方、「環境的な要因」としては、「段差がある場所」「片付いていない場所」「暗い場所」「濡れている場所」などが多いと、リスクが高まります。「仕事を急ごう」とすると、心理的な焦りから、より転びやすくなります。就業中、就業途上に関わらず、「環境整備」「体調の把握」「体力維持の運動」といった対策をとることで、事故はかなり防げますので、実行するようにしてください。