



事務局だより(第121号)

発行：一般社団法人金ケ崎町シルバー人材センター 事務局

〒029-4503 金ケ崎町西根前野 253 番地 1

TEL (44) 3219 FAX (34) 2029

発行日現在会員数

男性 70名

女性 43名

計 113名

令和8年度定時総会

先日送付した文書の通り、

令和7年度定時総会が、令和8年5月27日(水)14時30分から、金ケ崎町民菜園パークにて開催されます。



前段の熱中症予防講座は、13時30分からとなっております。多数のご参加を心よりお待ちしております。

また、先日送付した文書にも掲載しましたが、今年の総会の際には、8名の会員の方が表彰されます。

一緒に働いている仲間の表彰を是非皆さんで祝福してください🎉



令和8年度 総会

— つながり・支え合い・健やかに —

会 員 募 集 中

今年度も始まり2ヶ月経ちます。

様々な作業の依頼がきておりますが、対応する会員の方がいない状況が続いております。特に例年、これからの時期、剪定や草刈り、草取り作業の依頼が多くなります。お客様のご要望に少しでも多く応えられるように体制を整えたいと思っています。

皆様の身近にシルバー人材センターの会員になっていただけそうな方は居りませんか？



シルバー人材センターの会員拡大、就業機会拡大のため、「会員一人、1人加入運動」と、「会員一人、

1受注運動」の取り組みに、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

当センターでは、毎月第2水曜日 午前10時30分～入会説明会を開催しております。

(都度も歓迎いたします!!)

是非お声がけをよろしくお願いいたします。

健 康 診 断

会員の皆さまがこれからも元気に、そして安心してお仕事に取り組んでいただくためには、ご自身の健康状態を定期的に確認することがとても大切です。

町が実施している健康診断は、生活習慣病の早期発見や健康維持のための大切な機会となっております。自覚症状がない場合でも、定期的な受診により体の変化に早めに気づくことができます。まだ受診されていない方は、この機会にぜひ健康診断をご利用くださいますようお願いいたします。

皆さまの健康が、今後の安全で充実した就業につながります。ご自身のためにも、ぜひ積極的な受診をお願いいたします。

特定健康診断、後期高齢者健康診断、健康診断、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診及び結核定期健診・喀痰検査、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診

6月	8日(月)①、9日(火)①、10日(水)①	三ヶ尻地区生涯教育センター
	11日(木)①、12日(金)①	南方地区生涯教育センター
	13日(土)②	中央生涯教育センター
	16日(火)①、17日(水)①、18日(木)①	街地区体育館
	19日(金)①	西部地区生涯教育センター
	20日(土)②	中央生涯教育センター
	23日(火)②	和光地区研修集会施設
	24日(水)①、25日(木)①、26日(金)①	北部地区生涯教育センター
7月	1日(水)①、2日(木)①	永岡地区生涯教育センター
	3日(金)③	編野振興会館
	4日(土)②	中央生涯教育センター
10月	17日(土)②、18日(日)②	中央生涯教育センター

(※広報かねがさきより抜粋)

令和8年度の年会費は、5月27日（水）に開催される総会にて決定してからの徴収になります。

基本的には就業した配分金（6月24日支給分）から差し引かせていただきます。就業予定の無い方、派遣のみで就業される方は、総会后～7月末までに事務局まで納付をお願い致します。

5月分の就業報告書の提出期限は

6月4日(木)です。

早めの提出をお願い致します。

5月分の配分金振込日は**6月24日(水)**です。

笑って元気に! シルバーあるある

～クスッと笑って、今日もいい一日を～

日々の暮らしの中で、ちょっとした「あるある」に思わず「わかる～!」と笑ってしまうこと、ありませんか？年齢を重ねると、若いころとは違う“うっかり”や“こだわり”が増えてきます。でも、それはそれで笑い話のタネになったり、周りの人との会話のきっかけになったりするものです。

今回は、シルバー世代ならではの「あるある話」を集めてみました。どうぞ肩の力を抜いて、クスッと笑ってくださいね。



◎ 忘れ物・うっかり編

- ・「眼鏡がない!」と探していたら、頭の上にかけていた。
- ・冷蔵庫を開けたのに、何を取りに来たのか思い出せない。
- ・買い物メモを持って行ったのに、メモを忘れて帰ってきた。
- ・「あれ、さっきも同じこと言った?」と家族に言われて、苦笑い。

「年のせいかなあ」なんて思うけど、よく考えたら若いころから変わってないかも? (笑)

◎ 体のこと編

- ・「昔は徹夜しても平気だったのに、今は夜更かしすると翌日がつらい…」
- ・「健康のために早起きしよう!」と決めたのに、気づいたらまた二度寝。
- ・「よし、ラジオ体操を毎日やるぞ!」と張り切ったのは最初の3日だけ。
- ・湿布を貼る場所が増えてきて、まるで“体の地図”みたいに。

若いころは「体力だけが取り柄」だったのに、今は「無理しないことが取り柄?」かもしれませんね。

◎ こだわり・習慣編

- ・テレビのリモコンは、絶対に自分の置いた場所から動かしたくない。
- ・「もったいない」が口ぐせ。つい古い物を取っておいてしまう。
- ・「昔はこうだった!」が、つい出てしまう。
- ・天気予報は欠かさずチェック。洗濯も、畑仕事も、全部お天気したい。

こだわりや習慣は、長年の経験から生まれた「自分スタイル」。それがあるから、毎日が落ち着きますよね。

◎ 人との関わり編

- ・近所の方と立ち話が始まると、気づけば30分コース。
- ・「あら、久しぶり!」と思ったら、昨日も会っていた。
- ・地域の集まりは大事!…だけど、帰ってくるとホッとする。
- ・「またお会いしましょうね」って言うけど、次いつ会うかは未定(笑)。

人とのつながりは、やっぱり元気のもと。おしゃべりは最高のストレス解消になりますね!

いかがでしたか?思わず「うんうん、あるある!」と笑っていただけたら嬉しいです。笑うことは、心も体も元気にしてくれる、とても大切なこと。毎日の暮らしの中で、ちょっと笑える出来事を見つけると、気持ちが軽くなりますよね。これからも、仲間と一緒に笑って、支え合って、明るく元気に毎日を過ごしていきましょう!

☘ 「笑顔は、みんなを元気にする魔法の言葉」 今日一日、笑顔でいきましょう!