令和8年 10 月 23日発行

事 務 局 だ よ り(第 126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　７２名
女性　４４名
計　１１６名

B　B　Q　交　流　会

10 月 20 日、会員交流バーベキューを開催しました。当日はあいにくの雨となりましたが、会場を屋内に移し、20 名の会員が参加しました。おいしいお肉を囲みながら、和気あいあいとした雰囲気の中、楽しい時間を過ごしました。



普段はそれぞれの現場で仕事をすることが多い会員同士。こうして一緒に食事をしながら、ゆっくり話をする機会は、親睦を深める貴重なひとときとなりました。会話も弾み、笑顔あふれる交流会となりました。

シルバー人材センターは、仕事を通じて地域に貢献するだけでなく、会員同士のつながりを育む場でもあります。今回の交流が、新たな仲間づくりや、これからの活動の楽しみにもつながっていけばうれしく思います。

ご参加いただいた皆さん、ありがとうございました！これからも会員の皆さんが楽しく交流できる機会を大切にしていきたいと思います。今回参加できなかった皆さんも、次回はぜひご参加ください！来年も開催したいと思っています。是非ご参加ください！





焼き場を担当してくださった皆さんありがとうございました！

剪　定　＆　草　取　り　ボ　ラ　ン　テ　ィ　ア

天候が続いた日を見計らい、剪定と草取りのボランティア活動を急きょ開催しました。

急な呼びかけにもかかわらず、多くの会員の皆さんにご参加いただき、予定していた剪定作業に加え、草取りも一緒に行うことができました。参加してくださった皆さん、ご協力ありがとうございました！

一人では大変な作業も、仲間が集まり力を合わせることで、活動の幅が広がります。地域の環境を整えることは、地域の皆さんが気持ちよく過ごせる場所づくりにもつながります。

今回の活動を通じて、会員の皆さんの協力のありがたさを改めて感じました。

ボランティア活動は、地域への感謝の気持ちを形にする大切な機会です。これからも、無理のない範囲で、できる人ができることを持ち寄りながら、地域に貢献していきましょう。

ご参加いただいた皆さん、本当にありがとうございました！

普　及　啓　発　促　進　月　間

10 月の「シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」に合わせ、事業広報委員と理事長、事務局の計８名で、スーパーの店頭にて会員募集活動を行いました。買い物に訪れた地域の皆さんにメモ帳を配りながら、シルバー人材センターの活動を知っていただき、新たな会員につながるよう呼びかけました。

会員の皆さんも、身近に「何か仕事をしてみたい」「地域の役に立ちたい」という方がいらっしゃいましたら、ぜひシルバー人材センターをご紹介ください。皆さん一人ひとりの声掛けが、新しい仲間との出会いにつながります。ご協力をお願い致します。

10 月分の就業報告書の提出期限は 11 月 5 日(木)です。
早めの提出を、お願い致します。
10 月分の配分金振り込み日は 11 月 24 日(火)です。

女性会員研修会のお知らせ

公益社団法人岩手県シルバー人材センター連合会では、県内のシルバー人材センター女性会員を対象とした研修会が開催されます。

今回は、花巻市シルバー人材センターによる事例発表のほか、アコーディオン奏者で同センター女性委員会委員の肥田葉子さんを講師に迎え、「音楽と言葉の力 ～明日への元気を～」（仮題）をテーマに講演が行われます。



音楽や言葉に触れながら、元気をもらえるひとときを過ごしてみませんか？

女性会員の皆さん、ぜひ参加をご検討ください。また、シルバー人材センターへの入会を検討している女性や、センターに興味のある女性の参加も歓迎されています。

日時　11月17日（火）13：30～16：00

会場　石鳥谷生涯学習会館　講堂

（花巻市石鳥谷町中寺林第７地割 1-1）

対象　県内シルバー人材センターの女性会員、
入会を検討している女性など

参加を希望される方は、11/6(金)までに事務局までお申し出ください。

※参加対象は女性に限られます。

安全就業ワンポイント！

10月も後半になり、朝晩は冷え込む日が増えてきました。これからの季節は、寒さによって筋肉や関節が動きにくくなり、転倒や思わぬけがにつながることがあります。特に、朝早い時間帯の草刈りや剪定などの屋外作業では、十分な注意が必要です。

作業を始める前には、肩や腕を回したり、足首を動かしたりするなど、軽い準備運動で体をほぐしましょう。寒い日は上着などで体温を調節し、急に力を入れる作業は避けることも大切です。

また、秋から冬にかけては、落ち葉で地面の段差が見えにくくなったり、朝露で足元が滑りやすくなったりすることもあります。作業場所の安全を確認し、足元に注意して行動しましょう。

そして、忘れてはいけないのが仲間同士の声掛けです。「足元に気をつけてね」「体調は大丈夫？」といった何気ない一言が、事故を防ぐきっかけになることがあります。いつもと様子が違う仲間がいたら、声を掛け合いましょう。

「声掛けは 仲間を守る いのち綱」

慣れた作業でも油断せず、一人ひとりが安全を意識し、仲間と声を掛け合いながら、事故のない就業を目指しましょう。型コロナウイルス感染症の発症及び重症化を予防するため、予防接種費用の一部を助成しています。受診票（予診票）が送付されていると思いますので、積極的に接種してください。(65歳以上の方)

インフルエンザ以外にも、秋は乾燥や寒暖差で体調を崩しやすくなります。 乾燥による肌トラブル、風邪や季節性のアレルギーなどに注意が必要です。 栄養価の高い旬の食材を食事に取り入れたバランスの良い食事や、適度な運動、十分な睡眠が重要です。



雑学 ～ハロウィン～

ハロウィンのシンボルといえば、オレンジ色のカボチャのお化け「ジャック・オー・ランタン」。

でも、昔はカボチャではなく、なんと カブ をくり抜いて作っていたそうです！なぜカブだったのでしょうか？

それは、アイルランドではカブが身近野菜だったから。カブをくり抜いて中に火を灯し、悪い霊などを遠ざけるためのランタンとして使っていたといわれています。その風習がアメリカに伝わると、カブよりも大きくてくり抜きやすいカボチャが使われるようになりました。こうして、今ではカボチャがハロウィンの定番になりました🎃10月31日はハロウィンです！

