

・熱中症対策事業を実施します ・熱中症にならないために ・安全第一の作業をお願いします シルバー保険申請状況 ・スマイル to スマイル登録相談会開催 ・着付け教室開催のお知らせ ・認知症講座開催のお知らせ ・安全講習会のお知らせ ・健康相談のお知らせ ・就業報告書提出締切日と配分金振込日 ・写真同好会からお知らせ ・訃報	北 SC 通信	第90号 公益社団法人 北区シルバー人材センター 北区赤羽 1-1-38 TEL03-3908-8400 FAX03-3908-8405 ホームページ: https://webc.sjc.ne.jp/kitaku/index 北区シルバー Q 
--	------------------	---

熱中症対策事業を実施します。

以下の対策を実施いたします。

1. 空調服購入助成事業

就業する会員を対象に、希望者へ空調服をまとめて購入し、その購入費用の一部をセンターが助成します。(会員価格は 1 万円 先着 100 名 申し込みは事務局窓口まで)

2. クールネックリング支給

就業する会員に事務局窓口でクールネックリングを支給しています(10月30日まで)。

熱中症にならないために

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態をいいます。屋外だけでなく室内で何もしていない時でも発症します。さらにコロナ感染予防等でのマスク着用によって熱中症になりやすくなっています。昨年は9月に入っても25度以上の日が多かったため、油断せず熱中症に気をつけましょう。



【熱中症の症状】

- めまい、立ちくらみ、気分が悪い
- 手足のしびれ、筋肉がつる
- 頭痛、吐き気、倦怠感、虚脱感

重症になると、

- 返事がおかしい、意識がない
- 筋肉のけいれん、体があつい

【熱中症の予防と対策】

暑さを避ける、身を守る

室内では

- 扇風機やエアコンで温度を調節する
- 遮光カーテン、すだれを利用する
- 室温をこまめに確認する

屋外では

- 日傘の利用や帽子を着用する
- こまめな休憩をとる
- 日中の外出を避ける



体の蓄熱を下げるために

- 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服の着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす

こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給する。1 日当たり 1.2ℓ（ℓ）を目安に。



【熱中症かな？と思ったら】

- ★涼しい場所へ移動する
エアコンが効いている室内や風通しの良い日陰など、涼しい場所へ避難する
- ★体を冷やす
衣服をゆるめ、体を冷やす（首の周り、脇の下、足の付け根など）
- ★水分補給
水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給する

安全第一の作業をお願いします。

会員の皆様には、日頃より安全就業にご協力をいただきまして誠にありがとうございます。
7 月末現在の北区シルバー人材センターシルバー保険申請状況をお知らせします。
家を出てから就業が終わって家に帰るまで、ケガがないようにお願いいたします。

傷害事故										
会員		事故発生日	状況	仕事内容	事故内容	傷害内容	事故原因	事故防止策 (一例)	その後の 就業状況	事故の型
性別	年齢									
女	62	R8.4.24	就業中	区民施設の受付・案内	キャスター付き椅子に腰かけようとしたところ、椅子が後ろに移動していた。※事務室はフローリング。それに気づかず腰を下ろしたところ、椅子が無くそのまま尾てい骨を床に強打したもの。痛みが引かず連休明けの5月8日初診。骨折は無く、打撲の診断。	打撲挫傷 (臀部)	椅子の場所を確認していなかった。	キャスター付きの椅子は動いてしまう場合があるので気を付ける。	数日後復帰	転倒
男	68	R8.4.19	就業中	自転車等駐車場管理	自転車駐車場の勤務状況報告の為、自転車周辺就業の拠点へ向かう途中で転倒。	骨折 (右下肢)	自転車のバランスを崩し、ハンドル操作を誤った。	自転車運転中は路面状況や周囲に気を付ける。		自転車による転倒
男	82	R8.5.25	経路途上 (復)	公園清掃	公園清掃の就業が終わり、自転車で帰宅途中での事故。自宅団地近くの路上を走行中、段差に乗り上げ転倒し顔を負傷。目撃者が救急車を呼び救急搬送された。治療後帰宅。	打撲挫傷 (顔面)	自転車が段差に乗り上げた。	自転車運転中は路面状況や周囲に気を付ける。	数日後復帰	自転車による転倒
女	75	R8.6.4	就業中	事務所内清掃	清掃中、バランスを崩し転倒し壁に左手をぶつけた。	打撲 (左手)	バランスを崩して転倒した。	就業に行く前にストレッチをするなど日ごろから健康に気を付ける。	休まず就業	転倒
女	77	R8.6.20	就業中	施設内清掃	3F廊下をクロスで清掃中、クロスを押すときに踏ん張りがきかず、転倒。	骨折 (左下肢)	踏ん張りがきかず、転倒した。	就業に行く前にストレッチをするなど日ごろから健康に気を付ける。	数日後復帰	転倒
男	79	R8.7.21	経路途上 (復)	児童交通指導員	児童交通指導員の就業を終えて、学校から自宅に自転車に戻る途中、気分が悪くなり熱中症の疑いで救急車で搬送	高熱 呼吸困難	気温の上昇	体調には常に注意をして水分補給をこまめに行う。	死亡	高温、低温の物との接触

スマイル to スマイル登録相談会の開催について

スマイル to スマイル 登録相談会開催について

この度、下記の日程でアプリ「スマイル to スマイル」登録相談会（日程下記参照）を実施します。

まだご登録がお済みでない皆様は、この機会をご利用ください。今後、シルバーから発信するお知らせ等につきましては、徐々に紙媒体から電子媒体に移行して参りますので、登録のご検討の程よろしくお願いいたします。



また、不明な点等ございましたら、下記日程以外でも相談を受け付けておりますので、就業報告書等を窓口で提出いただいた際には、是非ともお声がけください。どうぞよろしくお願いいたします。

開催日 令和 8 年 1 0 月 1 日から令和 9 年 1 月 13 日の期間（全 8 日間）

時 間 ①9 時 30 分～11 時 30 分 ②13 時 30 分～15 時 30 分
③15 時～16 時

場 所 北区シルバー人材センター事務局（時間：①②）
赤羽会館 4 階小ホール（時間：③）

			9:30~11:30	13:30~15:30	15:00~16:00
			北区シルバー事務局		赤羽会館小ホール
1	10 月 1 日	木	○	○	
2	10 月 14 日	水			○
3	11 月 2 日	月	○	○	
4	11 月 11 日	水			○
5	12 月 1 日	火	○	○	
6	12 月 9 日	水			○
7	1 月 4 日	月	○	○	
8	1 月 13 日	水			○

- ・携帯電話・スマートフォンの機種によっては取り込めない場合があります。予めご了承ください。
- ・水曜日の相談会（全 4 日間）は、赤羽会館 4 階小ホールで実施いたします。
- ・相談会は予約制ではございません。当日の混雑状況によりお待たせする場合があります。予めご了承ください。

着付け教室の開催について

地域で安心して学べる

北区シルバー人材センターの 着付け教室



【火曜・自装コース】① ②

回	月 日	内 容	回	月 日	内 容
1	10 月 6 日	着付けの基礎知識、半襟つけ	4	11 月 10 日	訪問着などと帯結び（袋帯）
2	10 月 13 日	ふだん着と帯結び（名古屋帯）	5	11 月 17 日	訪問着などと帯結び（袋帯）
3	10 月 27 日	ふだん着と帯結び（名古屋帯）	6	11 月 24 日	総復習

全 6 回【火曜日：①13 時 10 分～14 時 55 分 ②15 時～16 時 45 分】

【金曜・自装コース】③ ④

回	月 日	内 容	回	月 日	内 容
1	10 月 9 日	着付けの基礎知識、半襟つけ	4	11 月 6 日	訪問着などと帯結び（袋帯）
2	10 月 16 日	ふだん着と帯結び（名古屋帯）	5	11 月 20 日	訪問着などと帯結び（袋帯）
3	10 月 30 日	ふだん着と帯結び（名古屋帯）	6	11 月 27 日	総復習

全 6 回【金曜日：③13 時 10 分～14 時 55 分 ④15 時～16 時 45 分】

【全コース共通】

- ◆受講料：7,200 円【前納】
- ◆対 象：会員および一般区民
- ◆定 員：女性 各コース 10 名（多数の場合は抽選）
- ◆申込期間：9/24(木)まで
希望コース（①～④）をお伝えください。
- ◆申込先：北区シルバー人材センター スマイルサポート・着付教室担当
- ◆会 場：北とぴあ9階第2和室「かわせみ」
- ※ 当日は、ご自身のお着物をお持ちください。また、受講決定者には、後日必要な道具等について、改めてご案内をさせていただきます。

スマイルサポート担当：久山・川村・鱒澤 TEL：03-3908-8400

安全講習会のお知らせ

安全講習会 ～健康は安全就業の第一歩～

安全に就業するためには、免疫力を高め、心身ともに健康であることが重要です。

免疫力を高めるには、腸内環境を整えることが効果的と言われており、生活習慣の見直しや、腸内環境を改善する活動を「腸活」といいます。

今回の安全講習では心身ともに健康であるために「腸活のすすめ」をご紹介します。

講習テーマ 「腸活のすすめ」

日時 令和8年 11 月 12 日（木） 13 時 30 分～2 時間程度

会場 赤羽会館 4 階 第 6 集会室

申込 電話、ホームページまたは窓口で直接お申し込みください

講師 東京しごと財団 安全活動強化支援員 坂東 寛氏

定員 20 名（先着順）

◆申込先：北区シルバー人材センター担当：森泉

TEL：03-3908-8400

ホームページ：<https://webc.sjc.ne.jp/kitaku/index>

メニュー→会員ページ→研修・講習案内

右のQRコードからもホームページを閲覧できます

北区シルバー



認知症理解講座について

認知症理解講座



開催日時

令和 8 年 11 月 11 日(水) 10 時～13 時

開催会場

赤羽会館 4 階 第 6 集会室

費用

無料

対象

シルバー全会員

講師

赤羽高齢者あんしんセンター職員

定員

20 名(先着順)

申込締切

令和 8 年 11 月 9 日(月)

申込方法

電話、ホームページまたは、窓口で直接お申込みください

Point !

認知症について、理解を深めませんか？

ご家族や、訪問先のお客様に認知症の兆候が見られる気がする・・・

でもどのように対応すればいいの？そんな疑問にもお答えします。

知っているのと知らないのでは大違い。

生活援助員の方は是非ご出席ください。

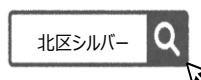


◆申込先：北区シルバー人材センターいきいき生活援助サービス担当：久山
TEL：03-3908-8400

ホームページ：<https://webc.sjc.ne.jp/kitaku/index>

メニュー→会員ページ→研修・講習案内

右のQRコードからもホームページを閲覧できます



健康相談のお知らせ ～心と体を楽にしましょう～

会員の皆様が元気に就業できるよう不安や悩みについて、専門スタッフが相談をお聞きしますので、お気軽にご相談ください。

(健康管理・日常生活における悩みなど)

また、就業中や就業途中で事故やケガをした方は、健康相談を積極的にご活用ください。

日程：毎月の月初に開催【10/1(木)・11/2(月)】

時間：10 時～12 時

場所：北区シルバー人材センター相談室

相談時間 20 分程度

直接ご来場ください。(電話での予約は行いません。)

最終受付は、11 時 40 分になります。

(※中止する場合があります)



就業報告書提出締切日と配分金振込日のお知らせ

	就業報告書提出締切日	配分金振込日
9 月分	10 月 5 日（月）	10 月 23 日（金）
10 月分	11 月 5 日（木）	11 月 25 日（水）
11 月分	12 月 3 日（木）	12 月 25 日（金）



いつも就業ありがとうございます。

締切日（翌月の 3 営業日）までに、就業報告書をご提出ください。出し忘れのないようお願いいたします。

9 月分の就業報告書は、**10 月 5 日（月）**までとなっております。

ヒヤリ・ハット募集

ヒヤリ・ハット募集！！

北区シルバー人材センターでは就業中・就業途上でのヒヤリとしたりハットした経験や体験を募集しています。

応募用紙・応募箱は北区シルバー人材センター事務局カウンターの上にあります。ホームページでも募集をしておりますので、皆様の経験や体験をお聞かせください。よろしくお願いいたします。



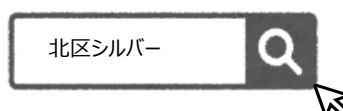
～安全管理委員会～

北区シルバー人材センター ホームページ

<https://webc.sjc.ne.jp/kitaku/index>

メニュー→会員ページ→安全管理委員会より

右のQRコードからもホームページを閲覧できます



区民まつりに参加します

10月3日（土）、4日（日）に開催される【第43回（令和8年度）ふるさと北区 区民まつり】に参加します。

場所は赤羽会館4階（赤羽南 1-13-1）の展示コーナーにブースを設けます。

ブースでは、北区シルバー人材センターで承っているお仕事の紹介や会員募集のPR活動を行います。

お時間がございましたらぜひ、ご家族やご友人とお立ち寄りください。

第43回ふるさと北区 区民まつりについて

シルバー参加会場：赤羽会場 赤羽会館 4階第7集会室

実施日時：10月3日（土）11時～16時

10月4日（日）10時～16時



写真同好会からのお知らせ

【令和8年度王子カルチャーロード写真展】

下記のとおり開催いたします。

展示場所：JR 王子駅北口・王子森下ガード高架下通路南面

期 間：令和8年10月14日（水）15時

～10月27日（火）14時

同好会会員の作品が展示されますので、是非ともご覧ください。

*** 写真同好会では常時、会員を募集しています。***



訃報

北区シルバー人材センター副会長 山田道夫様をご逝去されました。

生前のご厚情に深く感謝申し上げますとともに、謹んで哀悼の意を表します。