

令和7年6月末 現在

会員数728名

男475名・女253名

就業率57.5% (7/4現在)

# シルバーセンターだより

## 夏版 7月号

令和7年7月発行  
更埴地域シルバー人材センター  
本所：026-272-5630  
戸上：026-276-6680  
坂城：0268-82-2316

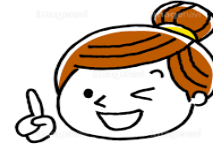
『安全・適正就業』の標語をまだまだ募集しています。締切は7/16お早めに!

### ◆地域班長さんへ

▶お盆期間中の事務所は、通常どおり営業しています。

地域班長さんは8月13日(水)以降に事務所へお出掛けいただき、配分金の支払日(8/15)までに皆さんに配布いただきますようお願いいたします。

※どうしてもご都合の悪い班長さんは、事前にご連絡いただければ幸いです。



あじふか

### ●お持ち帰りやきとり味深● ◇販売日：月、水、金の平日

▶ジューシーで柔らかいお肉と本格にんにくタレが美味い! これからの季節にピッタリな、夏の暑さを吹き飛ばすスタミナ満点のやきとりです。注文は、前日の夕方4時までにお電話ください。皆さんからのご注文お待ちしております!

なお、お盆期間中の8月13日(水)と15日(金)の販売はお休みさせていただきますので、ご了承ください。

【安全就業推進委員会】より

### ◆連日の猛暑 熱中症に注意を!



#### 外出時には

●日陰の利用、こまめな休息、帽子の着用。

#### からだの蓄熱を避けるために

●通気性の良い、吸収性・速乾性のある衣類を着用する。

●保冷剤、氷、冷たいタオルなどで衣類をゆるめ身体を冷やす。

(首の回り、脇の下、足の付け根) など。

#### こまめに水分を補給する

●屋内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分・経口補水液(水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの)などを補給する。

#### 熱中症の症状

●めまい、立くらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い、頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感

#### 重症になると

●返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

