国立市シルバー人材センターニュース

第 170 号





発 行 : 公益社団法人国立市シルバー人材センター・ 編 集 : 広報委員会 住 所 : 国立市富士見台 2-38 • TEL : 042-577-0919 • FAX 042-575-7288

E-mail: kunitachi@sjc.ne.jp • URL: http://webc.sjc.ne.jp/kunitachi/index





国立東から望む秋の空

秋のイベントシーズン到来!

シルバー人材センターは以下の催しに参加します

環境フェスタくにたち

【日時】10月19日(土) 10:00~15:30 頃

【場所】谷保第4公園

毎年大好評!

無料包丁研ぎを行います。

市民まつり

【**日時**】11月4日(月·祝) 10:00~16:00 頃

【場所】大学通り緑地

甘酒、手芸品の販売や会員増 強、就業開拓のためのチラシ配 布を行います。

クリーン多摩川国立の集い

【日時】11月17日(日)

9:45 集合~12:00 頃

【場所】多摩川河川敷グラウンド

年2回恒例の清掃ボランティア。 終了後に提供されるうどんの味 は格別です。参加希望者は 事務局までご連絡下さい。

事故発生時の

夜間・休日緊急コールセンター

平 日: 17時15分~翌8時30分

土日祝:終日

3 04-2929-828

・秋のイベントのお知らせ、緊急コールセンター … ・理事会協議報告、健康診断の受診、各委員会報告 • 窓、就業募集情報、俳句…… シルバーはうす105通信………… 講習会のお知らせ、新規会員募集、ほか …………

令和元年7月、 8月

理事会協議報告

第4)入会希望者の 回理事会…7 户 23 日

③設備投資について 会設置要綱の制定につい 男性7名・女性0名 40 周 年記念事業実行委員 -承認-て一承認

【第5回理事会…8月 20 日

② 設 会の委員の選任について-承認 ①入会希望者の承 性の名・ 40 周 年記念事業実行委員 女性5名

玉 立 市 0) 健康診断

受診しまし

ょ

市の担当者である福

祉

総務課

康診 断 生活習慣病をはじ の佐竹様も見学に来られました。

クな方で、

巧みな話術と笑いが

アシスタントのお

要な方には保健師 けられる案内が届きます。 めとする病気予防に欠かせませ ん。受診後に生活習慣の改善が から保健指導の 健康 サ や栄養管理士 積極的 トを受 時間 二人も、 ました。 印象的でした。 講師の鈴木美紀先生はとてもユニ ったヨガです。

づくりに活かして

疲れさまでした。今年度はあと2

!を予定しています。

のご参加をお待ちしております

ヨガ体験教室を 開催しました

福祉サービス委員会

がりホッと致し 砂降りでしたが、 室」を開催しました。当日朝は土 ルに くにたち北 7 て、 月 4 「頑張らないヨガ体験教 市民プラザ多目的 梅雨本番真っ只中 午後には雨も上

含め 21 名が集ま 時には会員19名 の皆さんの思い 般の方2名を 参加者 開始

も同じく、

ました。

転倒予防講習会を 開催しました

安全パトロ

I

ルを

実施しまし

た

安全管理委員会

月

30

月

て は しました 川向妙子先生を講師にお招き 7 月 17 日

習会でした。 等も教えて頂き、 身体の使い方や、日常生活に簡 を感じました。 と身体が軽 の軽妙な語り口とご指導に、 く」等、普段意識することのな いていくのも大変でしたが、先生 に取り入れられる「ながら体操」 31名の会員が参加しました。 最初のうちは先生の動きに やかに動き始めるの 「骨盤を使って歩 大変有意義な講 自然 単

年度はあと1回開催を予定して 技で毎回好評を博しています。今 でなく、ゲームを交えた楽しい実 この講習会は、 先生の講話だけ **巻しいゲームで健康に!** います。 ご参加をお 奮っての

無理をしない、自分に合 細やかに指導して下さい

とても有意義な1 参加者の皆さんお

通 安全 今回 ルを行 0 無 1

まめに補給したり、冷感タオルを使 る厳しい就業環境ですが、水分をこ 草作業の2つの現場に伺いまし どちらの現場も直射日光があた 熱中症対策も万全でした。 市役所の 草 班 班 転

★お知らせ★ 次回以降のヨガ体験教 室、転倒予防講習会の 日程等の詳細は、6頁に 記載しています。



とう

あ りが

用する等、

後止

マチ

クヤリが

ま

る

自

転

車

を

道

左

端

寄

せ 1

れの

は

 \Diamond

の先

日ト

ラッ

ク

が

前

方か

来

て

信号を守っているから

はで

車

道を

譲るようにして

11

そうし

7 廻

るように、

道

で

みんなで守ろう!

交通のルールとマナ

で私

に

乗ら

11

 \mathcal{O}

走 は

ŋ 車

0 は

て

る。

自

転

車

同 自

士

歩 る

道

で

は が 隔

車 あ \mathcal{O}

は

必

ず

時

停

車

す

る

 \neg

言う。

す

る。

1

タ では

IJ

ア

では

横

歩て

5

過

することであ

る。

横

止

L

て

前

後左右を確

L

道

間 通

近

所

注

意 断

故を失くそう 谷 保 1

Ш 清

せ



運 転 越 手 L Z 7 W 走 り去 び った。 つくり

11 0 が 所 けること。 ŋ っで、 はゆっくりと は 左右を問 左 曲 右 わ が \mathcal{O} る必 見

多 頃自転 も居なくとも、 を歩 を鳴らす があ 直進させてくることが を 1 な ように思う。 1 7 車 $\dot{\mathcal{O}}$ べきだと思う。 る人が居た時 べ ル 供が自転 私は必ずべ を鳴らさな 曲 が ŋ 車 を全 角 あ る。 ル É が 1 を 居 ベ 前 速 鳴 方 力 8 ル が 近 7 触れなかった庭職人さんにビック

曲 -ラッ ク

ス W と

タ

イル

で、

ス

ーツと

現れ

た女性

リした。

見

積

で

ے ا

緒

べくめ

 \mathcal{O}

人さ 職

W

いうことと、

当日、

 \mathcal{O}

さ

引き受け

人

Ł

故

は防

げ

信号無視

 \mathcal{O}

いる事を忘れてはならな

での識

 \mathcal{O} 見

ことなが

5

そ

れ 過

だけ

を

て ŧ

横 自

断

歩

道

を

通

す 通

Ź

車

で

転

車

で

標

急

心が事故起こす

のれんなた、

定植、

なっ 隣 の

Ł 小

手を 鳥

が 邪

入運

取

たな気がらい

木や、 隣家

 \mathcal{O}

自動

車

 \mathcal{O}

出

入

庭

 \mathcal{O}

木

群

から りに

離

魔れ

てもらえた。

ル

]

なら

で

は

遣

11

が

. 其

処

此

処

12

5

大が、様が、

木れ

らしてい 互. る。 に気を付け 交通 事 故 ま ゼ 口 \mathcal{O} た

さにが、

絶対に安全…

とは限りません

交差点では 左右をよく見て確認 しましょう

る。

が

あ

ると 本

言わ

て

11

る。

今こそ皆

に

は、

後日、

趣

 \mathcal{O}

ある支柱を

古

元が

危なく

なった

 \mathcal{O} 定

てもらえた。

日

人

は

昔

から

思

11

B

n

 \mathcal{O}

精

神

 \mathcal{O}

大切

し

ŧ

 \mathcal{O}

で

あ

とまれ

11 に気遣う 0 カン 三人のチー 一年後に ぱ カュ 四十 ŋ 在 又 様子 7 ŧ \mathcal{O} 私 自 参 11 何 A も感じられ 庭に 5 カュ 加 身 剪定にとの ワ れ シ で たら、 充実 ル 目をやると、 5 ク バ 0] 良 と思う。 くさと 話 7 ル \mathcal{O} 71 バ 仕 を る 事 頂

希望 $\overline{\mathcal{O}}$ 金 額 だ の晴 为

けた。 幇 植 れ 続 木た き 班 日 \mathcal{O} に に 中 来 シ ル 運 バ 良

男定を依頼し

富士見台3

窪

田

\mathcal{O} 汽車ぽっぽ公園

盆踊り会場にて

8月23日(金)、多くの人達が溢れんばかりに 公園に集っていました。会場の周りをシルバー人 材センターの黄色いベストを着た植木班の有志 が、自転車整理に活躍中でした。整然と並べられた 自転車を見て、誰もが安心して屋台や踊りの輪に 入って楽しまれた事でしょう。その中にチラホラ、 浴衣を着たシルバーの会員の顔も。盆踊りは明日 もある由、お疲れ様!焼きそばご馳走様でした。

(取材:広報委員 K)

今年もきました!

谷保1班流しそうめん

8月4日(日)、谷保天満宮にて谷保1班恒例の 流しそうめんが行われました。35度の炎天下で



の催しでしたが、会長をはじめ 谷保1班の会員約20名、班外 の会員約10名、一般の天満宮 参拝の家族連れのお客様約30 名と、数多く参加して下さり、と ても盛況でした。

(取材:広報委員 **T**)

窓

理事就任にあたって



林 郎

拝命いたしました。 私、 令和元年6月より 理事 を

な」とも考えております。 ない私で本当に良かったの (材センターの事も良くわから まだ入会5年目で、「シル バー か

もわからない内に転倒予防講習 会、委員会、理事会を経験させて も同時におおせつかり、まだ何 又、安全管理委員会の委員長 を遣うことは大切なことだと思 います。

させて戴きました。 先輩委員の助けを戴き大変勉強 の網谷次長、若江さん、 特に委員会の運営は、 そして、 事務局 戴きました。

理事の重要さ大変さを身をもつ ロー 本年度1回目の安全パト 新理事研修会に参加し、 【略歴】

平成 27 年 1 月

令和 元年6月

【担当委員会】

·安全管理(委員長)

【就業】自転車整理等

事業活動推進(委員) 組織運営(委員)

入会

理事就任

り自転車業務を担当しておりま 長職に就くこととなりました。 推薦され、 又、シルバーの仕事は、当初よ 入会1年満たずに副班長に その6か月後には班

ばならない事もあり、 ります。 には十分留意し指導を行ってお 年少の自分が先輩の方々にお願 いしながらも、 会社の上下関係とは違い、 注意もしなけれ 言葉遣い 最

て気を遣え」と言われたことを ありませんが、 思い出しました。 議所で、「上に立つ者は金を使っ シルバーでは金を使う必要は 以前所属していました青年会 周囲の人々に気

5, いますので、 会員の皆様のご指導を仰ぎなが たします。 これからも未熟な私ですが、 職務をまっとうしたいと思 よろしくお願

就業募集情

①は業務内容、 左記募集しております。 ②は就業時間

②月~金曜(土日曜、 1)駐輪場内自転車整理等 7 雨天時休み有)月 時~19時の内 10日位 祝日、

【自転車保管所管理業務】

②月~日曜 (祝日休み) 月 10 撤去自転車返還等 日位

土・日曜: 月~金曜: 13 9 時 時 5 5 16 16 時 時

襖 障子·網戸張替】

①襖等張替(引取、納品含む ②随時(月10日程度) ※初心者歓迎

ださい。 でお気軽にお問い合わせく 就業をご希望の方は、 73 577 0 9 事 9 務局

せんから。

【自転車整理業務】

渋団扇

なげしに置かれ

半世紀

植え揃ふ 田にたっぷりや

水光る

谷保2班

石川

実働 6 時間 (2 交代制

温暖化

体温越えの

老いの荷を 足許に置く 富士見台1班 秋日和 迴野

I 7 T ティの 眠らぬ社屋 木槿散る むくげ

満月や 漣に身を まかす砂

俳句を楽しむ会 開催のお知らせ

俳句の世界では「秋」です。 暑い暑いと言いながら、早九月を迎えました。

シルバーはうす 10 で俳句を楽しみませんか。 いきなり「一句作りましょう」なんていいま

日時】 10 月 3 日 木 10 時

幸江

シルバーはうす105通信 WL.1

「シルバーはうす105」は、会員と地域の方が利用できる場所として、昨年10月にオープンし、本年4月に現在の場所に移転しました。誰でも気軽に立ち寄れる場所を目指し、様々な企画を行っています。まだご利用になっていない会員の皆様にもご興味をもっていただきたく、取り組みの一部をご紹介します。

季節の催し



7月には 七夕を行いました。 近隣の方を迎えて 七夕飾りづくりをし たり、笹の配布を行 いました。

9月25日にはお月見会を 企画しています。



犬型ロボット aibo が 来ました。詳細は次号 をお楽しみに!

5月に好評を博した子育て支援イベント「じいじ・ばぁばと一緒に親子で遊ぼう」を、8月28、 29日に行い、6組が来場されました。



焼きそば 30 人前 準備中♪



7月はタコ焼きパーティ、

8月は焼きそばパーティを開催。

今後も様々企画中です。日程は 建物前の掲示板を要チェック!



懇談や会議にもご利用いただけます。 地域班活動や職群班の

ミーティングにもどうぞ。



気軽にお立ち寄りください。 ホッと一息。お茶でも一杯 いかがでしょう。

開設して間もなく1年、活用の仕方はまだまだ沢山あると思います。シルバーはうす105で「こんな事をしてみたい!」と



いう会員の皆様の声を募集しています。

是非一度お立ち寄りください。 冷暖房完備、テレビ、飲み物 あります。

開所:平日9:00~17:00

■ 2本ののぼりが目印です





楽しくてためになる講習会が目白押し! お誘いあわせの上 奮ってご参加ください

① ヨガ体験教室

~長年負担をかけた身体を 見つめ直しましょう~

【日時】9月26日(木)

14:30~16:00

【場所】南市民プラザ(泉団地 | 号棟)

|階 多目的ホール

【定員】30 名(先着順)

【申込】9月17日より受付

【持ち物】バスタオル、

フェイスタオル

② メイクアップ講習会

~身だしなみを整えて 元気にお仕事しましょう~

【日時】10月4日(金)

 $14:00 \sim 15:00$

【場所】くにたち福祉会館

3階 中会議室

【定員】30 名(先着順)

【申込】9月24日より受付

印

年会費 2千円

③ 転倒予防講習会

~健康でいきいきと

活動しましょう~

【日時】11月27日(水)

14:00~15:30

【場所】くにたち福祉会館

4階 大ホール

【定員】50 名(先着順)

【申込】9月17日より受付

【対 象】①・② 会員及び市内在住の 60 歳以上で、講習後にシルバー人 材センターに会員として登録していただける方 ③ 会員のみ 【申込先】シルバー人材センター事務局 577-0919

講習会は 全て無料です

※ご不明な点は、 記載)から手続きをしてください。 込みができます。 ターURL、 合わせください **7**3 577 Q R I 0 務局 9 1 9 お 問

承認された後、 入会手続き後の最初の理事会で 人が確認できる。 会員となります。

ゆうちょ銀行の 鑑 (認め印) 健康保険証 通 証帳 明

◇会場

◇当日必要なもの くにたち福祉会館 11 10 9 月 月月 14 17 19 日 日(木) 前 10 木 時 開

第3木曜日に実施しています。

新 規 会員 会員 の入会説明会は、 して ŧ

会員の在籍状況(8月20日現在)

(単位:名)

地域名	在籍数	地域名	在籍数
北1班	3 5	中1班	4 3
北2班	2 6	西1班	6 1
東1班	3 4	谷保1班	5 1
東2班	2 3	谷保2班	3 2
富士見台1班	4 7	泉1班	4 0
富士見台2班	3 4	青柳•石田1班	2 4
富士見台3班	3 9		
富士見台4班	5 2	合計	5 4 1

「会員の声」にご投稿ください

日

お仕事や地域班活動での出来事、随筆 や旅行記など何でも結構です!

手書き原稿、ワードのデータ等で、 写真があれば是非添えてご投稿くださ い。短歌や俳句、川柳のほか、本紙表 紙を飾る写真や絵画等の作品も大歓迎 です。

皆さまのご投稿をお待ちしております。

広報委員会