

ふれあい みつけ

お知らせ版

令和5年5月19日発行
見附市シルバー人材センター

互助会 グラウンドゴルフ大会！！

今年もグラウンドゴルフ大会を開催いたします。大会中はおしゃべりや美しい景色を楽しんだりすることも出来ます。健康的な運動としてもおすすめのスポーツです。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

- 日時 **6月17日(土) 午前8時30分～8時50分 受付**
午前9時開会式 12時00分終了予定
- 場所 見附運動公園グラウンド(小雨決行)
- 持物 飲み物、雨具、運動に適した服装、スティック(所持している方のみ)
- 定員 **先着50名**(参加費無料、参加賞あり)
- 締切 **6月9日(金)まで**



※9月:日帰り旅行、10月:ボウリング大会予定



自分自身を守るため 自転車に乗る時はヘルメット着用を！

道路交通法 第63条の11 第1項

自転車の運転者は、乗車用ヘルメットをかぶるよう努めなければならない。

リフレッシュ！ミニフランチ募集！

月1回平日限定の会員同士のミニフランチを募集します。

例えば、ちょっと遠いけどおいしいランチを食べたい。温泉でゆっくりしたい。観光地に行きたい。博物館・美術館に行きたい等会員同士人数が集まれば、ミニフランチを実施します。まずはご連絡ください。(事務局:小林 62-0609)

募集条件

- ① 平日: 9時から16時 (希望日時は、お問い合わせください)
- ② 人数: 5～7名 (参加者氏名)
- ③ 行先: 片道2時間以内 (新潟市、上越市、魚沼市、十日町市など)
- ④ 会員負担: 食事代、入場料、高速代金等 (車両及び燃料、運転手代を除く)



庭木の手入れ講習会の開催

- 日時 **6月12日(月) 13:30～16:30**
(生垣レッドロビン刈込、透かし)
- 6月13日(火) 13:30～16:30**
(四ツ目垣、竹垣の作り方)

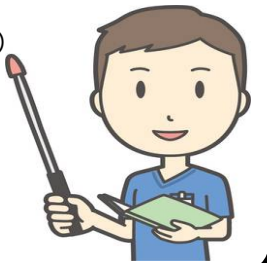
- 会場 センター駐車場
- 締切日 **6月5日(月) 先着10名**
- 持ち物 屋外作業の出来る服装、木ばさみ、剪定ばさみ、鋸、ヘルメット、手袋、飲み物
- ※車は、中央公民館に駐車願います。



産業医による衛生講話のご案内

産業医による衛生講話を開催しますので、ぜひ聴講いただき、業務上、生活上の健康管理に役立ててください。

- 日時 **6月28日(水)午後3時00分～3時30分**
- 会場 見附市シルバー人材センター会議室
- 講師 産業医 山谷春喜氏 (山谷クリニック院長)
- 演題 「熱中症予防について(仮)」
- 参加費 無料
- 定員 **20名**
- 締切り **6月16日(金)まで**



6月1日より スマホ・パソコン相談窓口を開設します

スマートフォンやパソコン操作でお悩みの方はご相談ください。

- 相談日 **毎週 火・木曜日**
- 時間 **午前9時00分～12時00分**
- 場所 シルバーショップぷらむ (センター事務局隣)
- 相談料 無料

