

シルバー みやげ

2023年12月20日発行
No.261

11月末日現在 会員数
男性84名 / 女性89名
合計173名

寝て食べて 出して歩けりゃ 健康体

令和5年度三宅村シルバー人材センター安全就業標語応募作品より

第24回三宅島産業祭の会場において、ブースを設置し、啓発活動を行いました。



ブースの様子



活動紹介のパネル



シルバーの紹介をし
啓発グッズを配布

いきいきコーナー

ヒートショックに気をつけましょう!!

☆**ヒートショック**とは、室温の急激な変化で血圧が著しく変動し、心筋梗塞や脳梗塞、めまい、失神などの症状が現れることです。突然死の原因となることもあります。トイレ、洗面室、浴室など居室との温度差が大きい場所で起こりやすく、特に入浴は、暖かい居室～寒い脱衣所～冷えた浴室～温かい浴槽と、温度変化で血圧が変動しやすいので注意が必要です。

☆**ヒートショックを起こさないための入浴法**

- ・脱衣所や浴室に暖房器具を設置。暖房器具がない場合、シャワーを使って浴槽にお湯を溜めたりふたをあけたりしておくなどで浴室の温度を上げる。
- ・かけ湯をしてお湯の温度に体を慣らしてから浴槽に入る。浴槽の湯はぬるめにし、お湯につかって体が慣れたら挿し湯で湯温を上げる。
- ・入浴前後に水分補給、入浴前の飲酒、1時間以内の食事はしない。
- ・浴槽から急に立ち上がらない



令和6年1月 月間予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1 元日	2	3	4 仕事始め	5	6
	年末年始休暇	年末年始休暇	年末年始休暇	就業報告書提出締切日		
				※12月分		
7	8 成人の日	9	10	11	12	13
		実績確定日※12月分		安全委員パトロール	ファミサボ会議	
14	15 配分金支給日	16	17	18	19	20
			三役会	ミニ図書配架		
				子育て担当打合せ		
21	22	23	24	25	26	27
		第9回定時理事会	図書館資料館打合せ	派遣給与振込日		
		式典実行委員会				
28	29	30	31			

※状況に応じて予定の延期や中止の場合があります。あらかじめご了承下さい。

令和5年度11月分 請負事業実績

月	区分	受託件数	就業延日人員	契約金額			計
				配分金	材料費	事務費	
11	公共	48	683	3,362,006	152,546	538,382	4,052,934
	民間	26	288	1,225,299	150,495	156,863	1,532,657
	計	74	971	4,587,305	303,041	695,245	5,585,591
累計	公共	332	5,492	26,011,380	1,192,170	4,086,655	31,290,205
	民間	233	2,272	9,326,249	493,714	973,203	10,793,166
	計	565	7,764	35,337,629	1,685,884	5,059,858	42,083,371

11月末日(前月増減数値) 会員数 173名 就業実人員 91名(+4) 就業率 52.6%(+2.3%)

令和5年度 派遣事業実績

	受注件数	就業延日人員	契約金額		計
			賃金	手数料等	
当年度累計	7	403	1,500,844	433,353	1,934,197

12月分配分金の支払いは

1月15日(月)

※口座に振り込まれます

(発行) 公益社団法人三宅村シルバー人材センター
(住所) 〒100-1211 東京都三宅島三宅村坪田3007番地
(電話番号) 04994-6-1244
(FAX番号) 04994-6-1003
(代表メールアドレス) miyake_sjc@triton.ocn.ne.jp
(ホームページ) <https://webc.sjc.ne.jp/miyake/index>

