



広報 まごころ



# お知らせ版



## 夏号

summer

発行

2023.7.1

### 6月16日 定時総会



### 継続表彰

20年代表

諸橋 松雄様

10年代表

池津 欣一様



受賞者の皆様

定時総会には、多くの会員の皆さんからご参加いただけたことに感謝を申し上げます。

さて、定時総会に続き開かれたまごころ会の総会において、当会が本年12月末日をもって解散することが決議されました。まごころ会は会員の互助会組織として結成され、研修旅行や交流会を通じて会員相互の親睦・融和を図ってきました。

コロナ禍にあって思うような活動ができないまま、解散を提案せざるを得ない状況に至った役員の方々の心情をお察し申し上げます。

横断的な組織であったまごころ会は解散しても個々のサークルの活動は自主・自立のもと継続され、これまでの活動で培われてきた融和や連帯の意識は変わることはないものと信じております。今秋に迎える当センターの設立40周年記念事業でも会員の作品展は開催を予定しております。

これから暑い時季を迎えます。今年はエルニーニョの影響が大きいと予測されております。どうか会員の皆様には体調管理に十分留意されて充実した日々をお過ごしいただけるようお祈りします。

理事長 本多 昌治

## 公益社団法人 長岡市シルバー人材センター

長岡市台町2-4-56 越後交通ビル6階 電話 0258-35-2380 FAX 0258-37-2880

E-mail nagaoka@sjc.ne.jp ホームページ <https://webc.sjc.ne.jp/nagaoka/>



南ワークセンター  
〒949-5411 長岡市来迎寺3697

東ワークセンター  
〒940-0218 長岡市栃尾表町1-7

北ワークセンター  
〒940-2402 長岡市与板町与板乙5901-2

川口ワークセンター  
〒949-7504 長岡市東川口1979-20

受付時間 月～金曜日/午前8時30分～午後5時15分(土日祝日は休み)

定時総会、臨時理事会におきまして、新たな役員体制が決定いたしました。

# 役員紹介



任期：令和5年6月16日から令和7年度定時総会終結まで（2年間）

## 理事会

役職	氏名	役職	氏名
理事長	本多昌治	理事	田所俊枝
副理事長	松平敏		田中克美
常務理事	大塚克弘		長束隆
理事	片沼千代		間野光晴
	酒井幸栄		水島幸枝
	白倉正四	川上達	
	高橋孝治	監事	西沢忠雄

任期：令和5年4月1日から令和7年3月31日（理事兼務者は除く）

## 地域活動部会

役職	氏名
部会長	松平敏
副部会長	白倉正四
部会員	小野晴樹
	丸山正一
	宮川誠一
	板屋光子
	目黒修一
	長井賢一郎
	川崎洋子
廣井義市	

## 安全・適正部会

役職	氏名
部会長	高橋孝治
副部会長	間野光晴
部会員	坂牧英希
	車谷徳之助
	佐山八四江
	宮川邦代
	金子隆
	諏佐英作
	布施了
新谷裕幸	

## 研修広報部会

役職	氏名
部会長	長束隆
副部会長	酒井幸栄
部会員	川崎京子
	金子利明
	小野晴樹
	池田稔
	高野ひろみ
	堀越正行
山崎早苗	

## 女性部会

役職	氏名
部会長	片沼千代
副部会長	田所俊枝
部会員	金澤洋子
	山崎真理子
	楡金キイ
	和田孝子
大淵時江	

# 活動報告

## クリーン作戦 5/13・27

楽山苑のライトアップやこれからの行楽シーズンにあわせ、参加者34名で地域の皆さんの笑顔のためひと汗かきました。



◦ 与板・和島地区



◦ 寺泊地区



## 花いっぱいフェア 5/27・28

お天気に恵まれてたくさんの人に来ていただきました。手芸・小物を販売し、好評でした。



## 講習会

これから本格的に作業が始まります。安全に留意してケガや事故のないように作業を行いましょう！



◦ 刈払機講習会(栃尾) 6/9



◦ 刈払機・チェーンソー講習会(川口) 6/13



◦ ラッピング講習会 6/15



◦ 剪定講習会(寺泊) 6/13

7月(7/1～7/31)は全国シルバー人材センター統一の

# 「安全・適正就業強化月間」です。

当センターでは事務局及びワークセンターに幟旗を掲示し、講習会等様々な取組のほか、安全パトロール等を強化して対応いたします。



## 令和5年 事故発生件数 (5月末現在)

● 傷害事故 2件 ● 賠償事故 0件 ● 車両事故 4件 ● 計 6件

## 「熱中症」「ハチ刺され」に注意!!

### 熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら…。落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。最初の措置が肝心です。

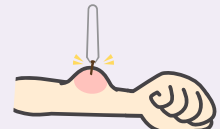


### ハチ刺され応急処置

#### ① 症状を確認する



#### ② ハチの針を抜く



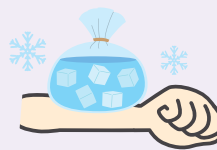
#### ③ 毒を洗い流す



#### ④ 薬を塗る



#### ⑤ 冷やす



#### ⑥ 病院へ行く



※事務局、ワークセンターで「蜂スプレー」を貸与しております。

## 「フレイルチェック」 しましょう!

自己の体力(低下)を認識することで転倒防止等軽易な事故を防ぐことができます。

自己の健康管理は大切です。作業をする上で体調不良が起因し、事故になるケースもあります。

日頃から体調に気を付けて、無理をしないようにしましょう!

### フレイルの主なチェック項目

#### 体重減少



#### 握力が弱い



#### 疲労感がある



#### 歩くのが遅い



#### 運動習慣がない



# 講習会などのご案内

知人をお誘いのうえ、積極的にご参加ください。

●申込みは事務局まで ☎0258-35-2380

## 講習会

名称	日時・会場	申込締切	内容	備考
安全講習会	7月20日(木) 10:00~11:00 末広荘(川口)	7月14日 (金)	・交通事故防止 ・振り込め詐欺注意	—
刈払機・安全講習会	7月27日(木) 14:00~16:00 ゆきわり荘(和島)	7月21日 (金)	・刈払機の扱い方 ・熱中症対策 ・ハチ刺され予防対策	持ち物: 刈払機、ヘルメット、保護メガネ、手袋、飲み物
家事援助講習会	8月22日(火)、23日(水) 14:00~15:30 事務局 第3研修室	8月16日 (水)	※2日共内容は同一です ・家事援助のお仕事について ・スマホの活用について (地図の検索等) ・情報交換	持ち物: 筆記用具 定員: 各日15名
スマホ講習会 基本編	7月20日(木) 11:00~15:30 事務局 第3研修室	定員に なり次第	スマートフォンとは SMS活用について	スマートフォンをお持ちでない 方限定 定員: 15名 (昼休憩とります)
スマホ講習会 応用編	7月21日(金) 13:30~16:00 事務局 第3研修室	定員に なり次第	スマートフォンの扱い方 SMS活用について	スマートフォンを持っているが 使い方に自信がない方 定員: 20名

## イベント

名称	日時・会場	申込締切	内容	備考
フェルトバック づくり	7月12日(水) 13:30~15:30 寺泊コミュニティセンター	7月5日 (水)	フェルト1枚からステキなバック を作ります	参加費: 500円 持ち物: ハサミ
お茶の間サロン 【健康体操】	7月11日(火)・28日(金) 14:00~15:00 東ワークセンター(栃尾)	—	ハッピー体操	初心者には指導します。 友達と一緒に参加ください。 (会員以外可)

## 健康診断 受けていますか?

健康診断を受けることにより病気の早期発見や治療につながり、健康寿命を延ばすことができます。いつまでも元気に活動するには重要なことです。自覚症状が現れにくい、そんな病気は少なくありません。だからこそ、定期的な健診と検診で健康状態をしっかりとチェック。自分の体をしっかりと知るのが、健康維持の第一歩です。



# 事務局からのお知らせ

## 1 会員 1 人新規会員募集活動

皆さまのご家族・お友達・ご近所の方々の紹介はもちろん、皆さまが活動されている団体等でセンターに入会するための条件を満たしている仲間がいれば、是非、センターへ入会をお勧めして下さい。

ご紹介いただいた方が入会された場合には、紹介者に粗品を進呈します。

### ●入会説明会日程【通年】 ※各会場とも10:00～12:00 祝日は休みになります

	会 場	日 程	住 所
通常	事 務 局	毎週水曜日	長岡市台町 2-4-56 E-PLAZA 6F
要 予 約	南ワークセンター	毎月第2火曜日	来迎寺3697番地
	東ワークセンター	毎月第2木曜日	栃尾表町 1 番7号
	北ワークセンター	毎月第3木曜日	与板町与板乙5901番地 2
	川口ワークセンター	毎月第2木曜日	東川口1979番地20

### ●ホームページから入会の仮登録が出来るようになりました。

ホームページの  
ココをクリック

会員登録を  
ご希望の方

又は



## シルバー LINE公式アカウント \友だち募集中/

LINE「友だち追加」からID検索(@447ydyux)するかQRコードをスキャンして下さい。  
仕事の紹介や会報などタイムリーな情報を発信しています。



### ●登録ができない方は、職員がいつでもサポートします!!

## ショートメール(SMS)を配信しています!

スマートフォン・携帯電話に「ショートメッセージ(以下「SMS」とする)」で、センターからのお知らせを送信するサービス行っています。

### ●SMS発信元(センター)の番号について

送信元(長岡市シルバー人材センター)の電話番号は、受け取る方の携帯電話契約会社ごとに異なります。

センターからのSMSは必ず下記番号から届きますので、番号をご自身のアドレス帳に登録すると便利です。



携帯電話の契約会社	携帯電話に表示される電話番号
NTTドコモ、au、楽天モバイル	050-5491-4105 または +81 50 5491 4105
Softbank、Y!Mobile	242244

#### 注意事項

- 上記番号に電話やメッセージを送信しても届きません。
- 皆さんが受信した「SMS」には料金がかかりません。

## 就業報告書の提出について

仕事終了後、早めに事務局・ワークセンター・回収ボックスに提出をお願いします。センターに提出が遅れると事務処理が遅くなりお客様にご迷惑がかかります。

特に単発の報告は複数の仕事をまとめて提出するのではなく、その都度提出してください

## 就業中のケガや事故の緊急連絡先

# 090-2473-5506

※センター休日の緊急連絡先です。あくまでも緊急を要する連絡での活用をお願いいたします。

## 長岡まつり 平和祭



# 大民踊流し参加者募集



**日 時** 8月1日(火)  
【17:00】事務局集合 順次着付けをして待機 (軽食を用意しています)  
【19:00】事務局を出発 (大手通へ)  
【19:25~20:45】演技  
【終了後】事務局へ 解散

**持ち物** 足袋・腰ひも・帯板 (女性の方)

**申込み** 7月21日(金) までに企画総務課まで 電話 0258-35-2799



## シルバー人材センターの会員になりました よろしくお願いします！



令和5年4月~5月末までに77人が入会いたしました

令和5年5月末の会員数 **2,804人**

# まごころ会のご案内（互助会）

～ シルバー会員とその仲間たち ～

## 《まごころ会総会の報告と行事予定》

久しぶりに長岡リリックホールにて通常総会を実施することが出来ました。結果は、事前配布の総会議案書通りに可決されました。誠に有難うございました。まごころ会として今年が最後の年となりますが全役員最後の12月末まで役割を全うしますので宜しくお願い致します。なお、会員様が懸念しているサークル活動については、今後シルバー人材と話合っていく予定です。

下記現役員が引き続き運営に当たります。

監事		幹事												会計	庶務	副会長			会長	役職
村越 妙子	小野 晴樹	秋山 松太郎	小山 ウメ	阿部 和真	登坂 正雄	長谷川 栄一	田辺 昭雄	諸橋 松雄	石田 嘉伸	大港 ミヨ	上嶋 健三	加藤 幸子	佐々木 智久	宮川 邦代	神林 正人	鈴木 ヨキ	池田 稔	五十嵐 良弘	立石 幸子	氏名
東	中央	川口	川口	川口	南	南	北	北	東	東	中央	中央	中央	中央	中央	中央	中央	東	中央	区分等

### まごころ会行事予定

中央支部

納涼会を実施：8月26日（土）

申込方法及び締切り等の詳細については中央支部会員用別紙をご覧ください。



## サークル活動紹介

## とちお旅サークル

代表 猪川 崇美恵

今年4月、16名の仲間とともに産声を上げたサークルです。

4月は地元「秋葉公園」での花見会、5月には五泉市にある「ぼたん百種展示園」に行ってきました。秋には、1泊旅行を計画しています。

旅行や茶話会などを通して、「仲間づくり」、「生きがいづくり」に参加しませんか。

興味のある方は、090-2842-3851 宮島 までご連絡ください。

### 定例会（茶話会）

活動日 毎月第2水曜日 13:30～15:00

会場 東ワークセンター

会費 年500円 ※旅行費用は自己負担となります



### 編集後記

新型コロナウイルスの感染症法上の位置付けが、季節性インフルエンザなどと同じ「5類」に移行しました。

「基本的な感染対策」は、自主的に判断して行う事になりました。

まだ安心できませんが、一日も早く「収束」し、やがて「終息」に向かうことを願っています。

今まで、シルバー人材センターは、感染症拡大防止に努めたことにより各種イベントの開催及び参加することができませんでした。

今年は、夏の「長岡まつり民踊流し」に「新調した長岡市シルバー人材センターの浴衣」で参加しましょう。

（研修広報部会 幸より）