

# シルバー ふれあい

第273号  
令和6年5月10日発行  
(公社) 長瀬町シルバー人材センター  
〒369-1311 長瀬町岩田1720-2  
☎66-0948 fax66-4555  
Eメール nagatoro01@sjc.ne.jp  
<https://webc.sjc.ne.jp/nagatoro/>

## 令和6年度 定時総会について

定時総会を次のとおり予定しています。皆さんの組織の運営に関する大事な総会ですので、大勢の参加をお待ちしています。

なお、正式な通知は、6月のお知らせと一緒に送る予定です。

日時 6月20日(木) 午前10時から

場所 中央公民館(野上下郷地内)



## 令和6年度の会費について

4月に就業された方は、5月15日支払いの配分金から会費を天引きさせていただきます。4月に就業されなかった方は、今年度の最初の配分金からの天引きとなります。派遣就業の方は、別に集金させていただきます。

正会員会費は3,000円です。

## 5月31日は世界禁煙デーです

### 健康のためにタバコをやめましょう!



タバコを吸うと肺がんになると思われていますが、肺がん以上になりやすいのが慢性閉塞性肺疾患(COPD)別名「たばこ肺」です。COPDは長年の喫煙が原因で気管支や肺に炎症が起き、気管支が狭くなったり、肺が壊れたりする病気です。息切れ等から始まり、重症化すると酸素ボンベが手放せなくなります。軽症であっても肺炎になると治り難くなり、高齢者にとって命に係わる怖い病気です。

(日本のCOPDによる死亡は全体の10位、肺炎は3位です)

### 認知症にいたくない人もタバコをやめましょう!

ランセット委員会は、認知症のリスク要因に喫煙を挙げています。タバコをやめることで認知症の発症を遅らせたり、予防する効果が期待できるそうです。



4月就業分支払日	配分金	: 5月15日(水)
	派遣賃金	: 5月31日(金)

ヘルメット ひもと心を 引き締める