

船 絡 連 報 会

新年のご挨拶



理事長
酒井 雪夫

明けましておめでとうござい
す。

シルバー会員のみなさまには、
お健やかに平成三十年の初春をお
迎えのこととお喜び申し上げます。
平素は、当センターの事業運営に
つきまして格別のご理解とご協力
を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、今年度はシルバー派遣事
業に積極的に取り組むことにより、
派遣事業実績を前年比二百十二%
と大きく増加しました。このため
契約総金額も前年比百十三%と実
績を延ばすこととなりました。こ
れも、会員のみなさまの日々努力
のお蔭と感謝申し上げます。また、
前年度再編成しました地域班ごと
に、それぞれの班長様を中心に会
合等を勤めて頂き、会員同士のコ
ミュニケーションも深まったこと
と思います。特に、八代班による
八代小学校のボランティア活動で
は、二回に渡り延べ二十四人の方
に参加して頂き、学校長をはじめ
教育長からお礼のお言葉を頂戴
しました。さらには、第一回目と
なる「シルバーまつり」を開催す

ることができ、今後さらなる地域
班の充実により、一層センターも
活性化すると期待いたします。
また、センターの独自事業とし
て手作りショップ「銀のいと」を
開設しました。ぜひ多くの会員様
に出品して頂くとともに、ご利用
されることを願うものです。

さらに、第六回定時総会議案書
の事業計画に記載のとおり、近隣
シルバーとの人事交流を図るため
に、昨年は、杉戸町シルバー人材
センターから職員三名・延べ六日
間の研修を受け入れ、当センター
からも、先月職員二名・延べ四日
間の派遣研修を行い、事務局の充
実を図りました。

本年は、さらなる役職員の連携
のもと、会員数・就業場所の増加
を確かなものとし、新たな事業展
開に取り組み、センターが地域の
期待にこたえて、飛躍を遂げる年と
なるよう誠心誠意努力する覚悟で
おりますので、みなさまのご理解
とご協力をお願いいたします。
結びにあたり、会員みなさまの
ますますのご健勝とご多幸をご祈
念申しあげ、新年のご挨拶といた
します。



◎シルバーまつり（懇親会）

会員の融和・連携とセンターの活性化を
図る目的として、第一回シルバーまつりを
開催しました。
多くの皆様に参加して頂き、仕事や趣味
の話題で盛り上がり、交流を深めることが
できました。

また、当日はジャズバンド「ジャスト・
フレンズ」による生演奏で会場を盛り上げ、
和やかな雰囲気イベントとなりました。



(12月8日)



◎仕事納め（草刈り・消毒班）

一年間使い続けた機具に感謝を込めて、
清掃と点検を行うと共に、会員の装備品点
検を行いました。「準備万端」



(12月25日)



地域班活動

地域班班長会議

公共受注就業交替要綱、除草ボランティア、会員の手作り品販売についての説明・理解を求めました。



幸手市民祭り

役員・地域班長の方々が、当センターのPRチラシの配布を通し普及啓発に努めました。



◎会員皆様、地域班活動に積極的に参加しましょう!!

ボランティア活動

八代小学校

ボランティア活動に参加して

当日は、平均気温を5度も上回る厳しい暑さとなりましたが、校長先生より「本日は、シルパー人材センターから多数の方々の特別応援があります」と紹介があると、父兄の方々から拍手が沸き起こり、気持ちよく作業することができました。

地域班が再編され最初のボランティア活動ではありましたが、八代地区の皆様にはシルパーパワーを見せつけることができましたと思います。



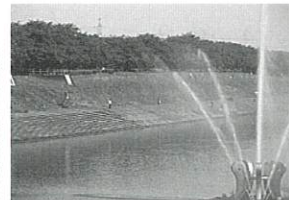
交通安全パレード 9月16日



八代小学校 除草ボランティア 8月26日/11月22日



公道ごみ拾いボランティア 6月5日



行幸湖 クリーン作戦 7月12日

幸手市民祭り 11月12日

お天気に恵まれ多くの人でにぎわいました。当会場において、センターの普及啓発に努めました。



普通救命講習 幸手西分署 12月13日

AED取扱い、心臓マッサージ、人口呼吸などをメインに講習を受けました。



交通安全教室 (交通安全寄席)

平成30年3月8日 交通事故防止を目的とした「交通安全教室」を予定しています。合わせて、交通安全寄席もあります。会員皆様の参加をお待ちしています。



会員のみならず、積極的に参加しています。

熱中症予防研修 幸手西分署 6月26日

就業中にかかわらず、日常生活においても熱中症対策が必要です。熱中症の予防や、応急処置について研修しました。



ドライバードック 久喜自動車学校 10月31日

多くの参加を頂き、皆さん真剣に取り組んでいました。



自転車安全 運転講習 11月28日

高齢者の自転車事故防止を目的に、自転車の安全運転について受講しました。



会員投稿作品

俳句

クレヨンの

顔をはみ出す紙雛 (長島祥治)



シルバー山柳ご紹介

くうき読み

道所対応 アマガエル (詠人不知)

妻が書く

老後の計画

俺いない

アルバムに

遺影用との

付箋あり



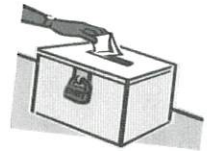
絵手紙 (添野さんの作品)



フェルト手芸作品 (お寿司) (島田さん)



権現堂桜堤にて (編集委員) H29.3月撮影



◎俳句、短歌、川柳、写真等、センター入口にある「目安箱」にお気軽に投稿してください。

「事故防止、急ぐな、あせるな、気を抜くな」 シルバー全国統一スローガン

センター便り

「安全就業・事故防止」

安全は 人に頼るな

まかせるな

事故の防止は本人の自覚が大切であり、就業中だけでなく、就業途上においても常に交通ルール・交通マナーを守ることが大切です。

安全適正就業について、シルバー人材センター会員・役員が一丸となり、組織全体の課題と捉え、就業の適正化を図り「安全・安心」なシルバー事業のさらなる推進を目指しましょう。

安全委員会では、常に「安全第一」を基本に「事故ゼロ」を目標に随時安全講習を計画、実施しております。会員皆様の積極的な参加をお待ちしております。

◎ センターこれからの予定

- ① 3月 8日(木) 交通安全寄席 (北公民館)
- ② 3月26日(月) 桜まつり会場清掃開始
- ③ 4月より 新年度契約・会費納入
- ※ 野菜市…毎週月曜・水曜 (開催) チップの堆肥1袋250円・好評発売

※植木・草刈班の募集

植木の手入れ等に興味のある方、垣根の刈込・庭木の剪定など需要に追いつかない状態です。

興味のある方は是非センターまで連絡してください。

◎初心者歓迎!



就業報告書の提出期限

毎月5日まで

○配分金支払い日程

- 2月分支払い 3月15日(木)
- 3月分支払い 4月16日(月)
- 4月分支払い 5月15日(火)

皆様を不慮の事故から守るため傷害保険に加入しています
あいおいニッセイ同和損害保険株式会社
内容・シルバー傷害団体保険
死亡事故 九百万円
入院 一日五千元
通院 一日三千元
※通院については、条件がありますのでご相談下さい。
※事故発生時は、速やかに事務局までご連絡下さい。

SC友歩会

ウォーキング効果は絶大！
ウォーキングは全身運動です



健康体操

1回30分の健康づくり
仲間と一緒にだと楽しいですよ！
毎週木曜日9時30分～



健康麻雀倶楽部

麻雀には脳トレの効果！
「賭けない・飲まない・喫わない」
毎週木曜日10時～



同好会会員募集
新しい仲間の参加を待っています

◎倶楽部(同好会)の活動を通じ、会員同士の親睦や交流を図りましょう！
※事務局までご連絡ください、お待ちしております。

ウォーキングの効果

ウォーキングはとても手軽な運動で、誰でも毎日のように行うことができ、歩くことによって健康を取り戻すことができます。

詳しい理屈を抜きにしても、歩くと気持ち良いし、身体も軽くなるのがわかります。素人でも健康に良さそうなのは明白です。

ウォーキングは全身運動です。実際に歩いてみればわかりますが、歩き終わると、足だけでなく、腕や腰や腹筋までも痛くなっているのがわかります。そして歩くことで、心臓も肺も使いますのでまさに全身運動になります。

その他の効果(効用)

- ・ストレス解消
- ・高血圧症の改善と予防
- ・心肺機能を高める
- ・肝機能の改善
- ・糖尿病の改善と予防
- ・高脂血症、動脈硬化の改善と予防



手作りショップ【銀のいと】

会員による手づくり創作物等の展示・販売を始めました。会員皆様の特技を生かした作品の展示をお待ち致します。
※読売新聞、埼玉よみうりより「銀のい」とについて取材を受け、11月17日発行の紙面で紹介されました。



熟年の知恵と工夫で自己管理

私の健康法



細井 雅夫

腰が痛い、膝が痛いとい医者に診て頂くと、レントゲンでMRIだと大仰な扱いの後に「加齢のものだと思われま。大事にしてください」の一言。

歳を重ねて一つの欠陥もない人は極めてまれであると思います。例にもれず私も体力の衰えを感じ、血圧が気になりだしたり、耳が遠くなったり、視力が弱くなったりあちこちと加齢現象が迫ってきています。しかし生きて以上自然に任せてばかりはいられない。

一病息災、病氣と上手に付き合いつつ、健康寿命を自らが築きあげるしかない。他人が代わって健康をもたらしてはくれない。

私は三十年前に太極拳と出会って、身体は動かすもの、鍛えるもの、それを継続するものと知って毎朝公園で訓練しています。

朝の空気は爽やかだし、心身が洗い流され一日の活力が生まれます。また、シルバーで仕事を頂き、自分の働きが社会に役立っているという自負は、心の健康を健全に育んでいると信じます。

編集後記

平成三十年、希望に満ちた新年をお迎えのことと思います。

会報「連絡船」は今回で第十四号の発行となりました。会員皆さまのご協力の賜物と、編集委員会一同心より感謝しております。

さて、日々の生活・環境の中で「小さな幸せ」は、いたる所にあります。道端の可憐な花、夕焼けの空、風の薫り、これらをキャッチする心を忘れずに、一日一日を楽しみながら、元気にすごしましょう。

「人は木石に非ず」

(会報編集委員会)