



シルバー すずか

73号



わらアート(深伊沢地域づくり協議会)

明けましておめでとうございます
皆さまの健康と安全を心からお祈りします
令和7年 元旦 理事長山田 清和 役員一同

公益社団法人 鈴鹿市シルバー人材センター

〒513-0801 鈴鹿市神戸一丁目17番5号 TEL(059)382-6092 FAX(059)382-6093
メール suzuka-sjc@sjc.ne.jp ホームページ <https://webc.sjc.ne.jp/suzuka/>

新しい年を迎えて



理事長
山田 清和

新年あけましておめでとうございます。
会員の皆様、ならびに関係者各位におかれましては、輝かしい新春を健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

平素は、当センターの事業運営に格別のご理解とご支援・ご協力を賜り、心からお礼申し上げます。

さて、昨年11月1日から、フリーランス新法(特定受託事業者に係る取引の適正化等に関する法律)が施行されました。請負業務をされる会員の方は個人事業者となるため、この法律の対象となり、発注者・会員・センターとの三者による契約方法の見直しが必要となっております。

当センターも新契約への移行業務をスムーズにできるように取組んでまいりますので、会員の皆様には、新たな契約方法への移行について、ご理解をお願いします。

また、デジタル化が私達の暮らし方や働き方まで、あらゆる分野で深く関わっていく中、シルバー人材センターにおいても、デジタル化の取組が必要となっております。スマートフォンを活用し、センターからのお知らせや就業関係の情報提供を配信し、業務の効率化に取組んでまいりますので、未登録会員の方は「スマイル トゥスマイル」への登録を必ずお願いします。

安全就業については、会員の年齢も年々上がっ

ており、年齢とともに身体的・精神的な機能が低下し、怪我や事故が増加する傾向にあります。昨年の事故の内容を見ますと、作業に慣れた会員の事故が目立っておりますので、もう一度初心に戻り、安全作業に努めてください。

進行する高齢化社会にあたり、私達の暮らしや地域社会が様々な課題を抱える中、シルバー人材センターを取り巻く環境も大きく変わりつつありますが、当センターでは、一層の新規会員の拡大、就業機会の拡大、安全・適正就業の徹底に取り組み、安定的な事業運営を進めてまいります。

本年も地域の皆様に愛され、信頼され魅力ある地域に根差したシルバー人材センターとなるよう、様々な活動をしてまいりますので、会員の皆様の一層のご支援・ご協力をお願い申し上げます。

最後になりましたが、皆様方にとりまして今年1年が健康で幸せに満ちた年となりますよう心より祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

安心して自分らしく生活できるような
まちづくりを目指して



鈴鹿市長
末松 則子

明けましておめでとうございます。公益社団法人鈴鹿市シルバー人材センター会員ならびに御家族の皆様方におかれましては、輝かしい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。旧年中は、市政各般にわたり格別の御理解と御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。貴セン

ターにおかれましては、平素より高齢者への就業機会の提供を通じて、高齢者の方々が健康でいきいきと暮らすことができる社会の実現に多大なる御尽力をいただいておりますことに重ねて感謝申し上げます。

さて、全国的に少子高齢化に伴う若年者層での労働人口の減少が見込まれる中で、豊富な経験や知識を有した高齢者の労働力は、今後ますます重要視されてまいります。そのような中、高齢者のニーズに応じた多様な就業機会の提供や、健康的で生きがいを感じられる社会参加の機会をどのように提供していけるかが課題となってきました。

本市では令和6年度から「鈴鹿市総合計画2031」がスタートしており、市内に雇用の場が確保され、安心していきいきと働くことができる環境が整っていることを目標に、次世代を担う若者を中心に地域産業の担い手となる人材の確保や労働者が自らの能力を発揮できる働き方満足度の向上を促進しています。

そして、近年の人生百年と言われる時代に、高齢者の方も地域の中で安心して自分らしく生活できるようなまちづくりを目指しながら貴センターの「自主・自立、共働・共助」という理念で皆様が培ってこられた経験を活かし、地域貢献や社会参加をしていく中で、元気に活躍をしていただけるような環境整備に努めてまいりますので、引き続き御支援を賜りますようお願い申し上げます。

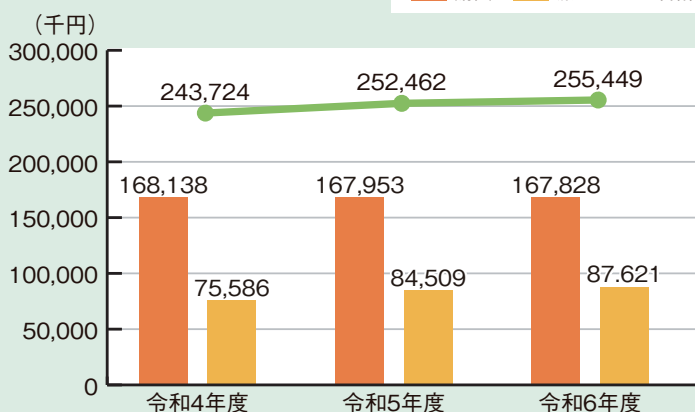
結びに、昨年は地震や大雨など災害が多い一年でした。被災地の一日も早い復旧を願うばかりですが、本年は穏やかな年になりますよう祈念いたしますとともに、会員の皆様にとつて幸多い年となりますよう、心からお祈り申し上げます。まして、新年の挨拶とさせていただきます。

令和6年上半期(4月~9月)の事業状況

事業実績

令和6年9月末の契約額総額(請負・委任、派遣)は、2億5,544万9,000円で、前年同月と比べて298万7,000円の増加でした。就業形態別で見ると、請負・委任契約は、12万5,000円の減少でしたが、派遣契約額は、311万2,000円の増加でした。この主な原因は、賃金の上昇や派遣契約の増加によるものです。

契約額の比較(9月末)



会員の状況

今年9月末現在の総会員数は、749人で前年同月と比べて22人の減少です。性別にみると男性21人、女性1人の減少です。

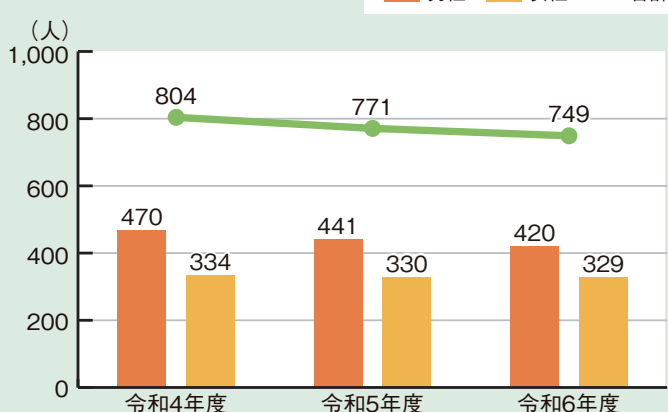
会員数は、令和元年度以降減少傾向にあり、会員の拡大は、全国的な課題となっています。

また、会員の平均年齢は、年々上昇しており、前年と比べて0.3歳上昇し74.7歳となっています。

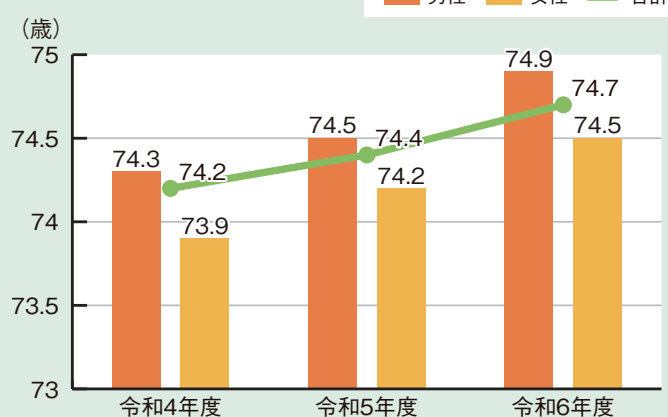
会員数や就業先の拡大に向けて、今年度は、コロナにより中止していた、市内ショッピングセンター等でのチラシ配りを再開しました。引き続き会員と就業先のマッチングに努めます。

会員の皆様も、友人、知人をご紹介いただくなど会員拡大にご協力をお願いします。

会員数(9月末)



平均年齢(9月末)



鈴鹿市に対して
要望活動を実施

理事長、副理事長及び常務理事が、末松市長、池上市議会議長に対して、当センターの現状及びシルバー人材センターが果たす役割の意義と高齢者が活躍できる環境整備の重要性を説明し、次のことを要望しました。

- 事業運営補助金の確保
- 公共事業の継続発注と軽作業等の新たな発注
- 最低賃金の改定に伴う請負契約増額の対応
- 市の広報媒体の利用協力及びセンターのPR

日時 8月28日(水)

市長要望

15時～

議長要望

15時30分～



市長要望



議長要望

高齢者活躍
人材確保育成事業

公益社団法人三重県シルバー人材センター連合会主催の高齢者活躍人材確保育成事業を開催しました。この事業は、就業体験や技能講習を通じてセンターに対する関心と理解を深め、センターにおける高齢者の一層の活躍を促進することを目的としています。当センターでは、次の講習が開催されました。

◆ 介護補助入門講習

実施日 9月24日(火)25日(水)

場所 当センター内2階会議室

受講者 5名

内容 介護に関する基礎知識

◆ 公園の管理体験

実施日 10月25日(金)

場所 鈴鹿フラワーパーク

受講者 6名

内容 公園での花苗植え作業体験



介護補助入門講習



公園の管理体験

シルバーいきいきフェスタ
2024に参加

公益社団法人三重県シルバー人材センター連合会主催のシルバーいきいきフェスタとして、県下各市町シルバー人材センター会員が参加の下、シルバー事業のPR及び会員の交流を目的に開催され、当センターから47名の会員が参加しました。

日時 10月23日(水) 13時～15時

場所 三重県総合文化センター中ホール

内容 パネル展示、名張市シルバー人材センター会員のアトラクション及び草野仁氏による講演

シヨン及び草野仁氏による講演



シルバー人材センター事業
普及啓発促進月間の活動

◆健康講座の開催

市内の60歳以上の女性を対象に第4回健康講座を開催し、老化防止のための食生活として、老化物質を溜めない食生活などを学びました。また、骨密度、血管年齢、糖化度を測定しました。

日時 10月15日(火)13時30分～15時
場所 1階研修室及び2階会議室
講師 (株)ヤクルト東海
受講者 20名



講座の風景



◆ボランティア活動

普及啓発促進月間における「三重県シルバーの日」の10月19日(土)に、役員及び約50名の会員が集い、鈴鹿市立図書館周辺の除草清掃作業を実施しました。

今後も地域貢献活動を通して、当センターのPRにつなげたいと考えていますので、より多くの皆さんの参加をお待ちしています。



ボランティアに参加した会員さん達

◆役員によるチラシ配り

シルバー人材センター事業の周知・広報を目的に、10月19日(土)イオンそよら鈴鹿白子店とMEGADON・キョーテUNY鈴鹿店の出入り口をお借りして、役員によるチラシ配りを実施しました。



イオンそよら鈴鹿白子店

福祉家事援助

サービス班による活動

地域貢献の一環として、12月6日(金)に第一療育センター・保健センター周辺と12月12日(木)にベルホーム周辺の除草清掃作業を行いました。



保健センター等周辺の作業風景



ベルホーム周辺の作業風景

JA鈴鹿の

農協まつりでPR

普及啓発活動の一環として、11月9日(土)に西部カントリーエレベーター周辺で総務部会員によるチラシ配りを実施しました。



農協まつりの活動風景



安全・適正就業

1. 事故発生状況（令和6年4月1日～10月31日）

令和6年4月から10月までに傷害事故は12件、賠償責任事故が10件発生しました。

◆蜂に注意!!! 事前確認をしっかりと!

傷害事故で最も多かったのは「ハチ刺され」の5件でした。事前にハチスプレーの携行、ポイズンリムーバー等を用意し、**ハチがいないか確認**をしましょう。

特に、過去に蜂に刺されたことがある方は、アナフィラキシーショックを起こす危険があるとされていますので注意してください。

また、熱中症は、3件ありました。今年は、特に猛暑となりましたが、今後もしっかりと**熱中症対策**を行う必要があります。

◆飛び石に注意!!! 作業前には、必ず現場確認をして下さい!

賠償責任事故は、草刈り作業中の事故がもっとも多く、飛び石よるガラス破損が5件、フェンスや配管の破損が2件、乗用ハンマーでの破損が1件発生しました。

飛び石事故については、再三注意喚起してきましたが、昨年の同時期に比べて**3件増加し、賠償額が1件40万円を超える事故**も発生しております。

どの飛び石事故も飛び石防止ネットが設置されておらず、十分な安全措置が取られていませんでした。

飛び石は、物以外に他人を傷つける恐れがありますので、改めて安全就業の基本に立ち返り、**事前の現場確認、飛び石防止措置を徹底**してください。

◆傷害事故12件の内訳

発生月	作業	被害状況	入・通院
6月7日	除草	植木の下草を除草中、左肘をハチに刺された	通院
7月8日	清掃	階段を登る途中で階段を踏みはずし転倒し右膝を骨折	通院
7月23日	草刈り	草を軽トラに積込中、熱中症で救急搬送	入院
8月1日	除草	隣家の小屋にハチの巣があり、手の甲を3ヶ所刺された	-
8月7日	除草	左右の手を4ヶ所ハチに刺された	-
	剪定	ハチの巣を確認のため、棒で叩いて回った際に上唇を刺された	通院
8月26日	食堂補助	洗い物を台車で運搬中に空バットが足の甲に落ちて打撲	通院
9月9日	植栽管理	帰宅後にめまいがあり、翌日診察を受け熱中症と診断	通院
9月11日	伐採	伐採ゴミを作業車への積込み中に目に微細ゴミが入った	通院
9月13日	屋外清掃	公園の植栽付近を除草中にハチに左手人差し指を刺された	通院
9月19日	伐採	伐採ゴミを積込み中に全身の筋肉硬直と痙攣があり、受診したところ熱中症だった	通院
10月23日	清掃	玄関レールの枯葉回収時に左手中指先をムカデに刺された	通院

◆賠償責任事故10件の内訳

発生月	作業	被害状況
5月17日	公園管理	車を発進する際にトイレのスロープに設置されている手摺に接触し破損
6月11日	草刈り	乗用ハンマーで巡回したところ、機械後部が水栓柱に接触し破損漏水
7月18日	草刈り	飛び石で隣家の窓ガラスを破損
7月30日	草刈り	フェンスに草刈機が接触してフェンスを破損
7月31日	剪定	トリマーでトリミング中、誤ってソーラー充電式ガーデンライトの線を切断
8月1日	草刈り	田んぼの裏面を草刈り中に道路走行する自動車のフロントガラスを飛び石により破損
8月9日	草刈り	敷地に駐車中の車のリアガラスを飛び石により破損
8月13日	草刈り	飛び石で隣家の玄関ガラスを破損
9月13日	草刈り	飛び石で道を隔てた駐車場の自動車の窓ガラス破損及びボディを傷つけた
9月30日	草刈り	エアコン室外機と室内機をつなぐガス配管を破損

◆作業現場の確認と依頼内容の把握

毎年、剪定や草刈り作業において、依頼された作業場所と違う所で作業を行ったり、果樹の剪定などで切りすぎによる収穫の不安など、後日、発注者から指摘される事案が発生しています。

事務所においては、謝罪を含め事後対応に苦慮しておりますので、**十分に地図等を確認するとともにお客様の意向を把握し、作業を始めるようお願いします。**

◆シルバー所有の乗用芝刈機や集草機の適正利用

草刈り作業において、利用していただくシルバー所有の乗用芝刈機やハンマー、草刈り機など返却時には清掃し、燃料を満タンにして返却してください。

また、乗用芝刈機の作業時における破損が見受けられますので今一度、作業現場を確認し、障害物の有無等把握するとともにサイドブレーキを確実に外してから作業を始めてください。

2. 安全・適正就業委員会

7月5日に第一回安全・適正就業委員会を開催し、安全就業パトロール実施計画に基づき、今年度7回の現地パトロールに加え、新たに当委員会による再検証を2回実施することになりました。

また、剪定・草刈り現場における熱中症予防と共に頭部保護を目的に帽子の下にかぶるインナーヘルメットを配布し、着用することにしました。

◆安全就業パトロール

就業中の事故防止を目的に、安全就業パトロールを7月から9月までに2回実施(1回は雨で中止)しました。

剪定、草刈等4か所の現場の作業状況をチェックした結果、次の指摘事項がありましたので、現場で指導するとともに注意するよう周知しました。



安全就業パトロール風景

- 草刈機キックバックの注意喚起……………1件
- インナーヘルメットの着用指導……………1件
- 保護眼鏡などの保護具着用指導……………1件
- 安全対策用コーンの未設置……………1件
- ガソリン携行缶の保管場所についての指導……………1件

会員の広場

2025年の干支は、乙巳(きのとみ)です。60年周期の干支の中で42番目に位置し、「努力を重ね、物事を安定させていく」という意味合いを持つ年とされています。今年の年男は、昭和16年、昭和28年生まれの合計54名の方々です。

◎昭和16年生まれの方〔満84歳〕(14名)

荻野 晴子 鈴木 百合子
鳥羽 邦広 樋口 義仁
小久保 守 横山 和弘
達知 富子 片山 光正
一尾 さよ子 西村 巴子
糸川 秀康 打田 裕宣
三田 文子 谷崎 敏弘

◎昭和28年生まれの方〔満72歳〕(40名)

長井 敏枝 寺田 重和
伊藤 藤枝 小林 悦子
高崎 美幸 後藤 行代志
田中 菊美 大関 協子
鈴木 静子 大原 廣子
小野 安巳 竹口 誠二
高原 邦嘉 三浦 順子
白木 三孝 喜楽 尚
片岡 文和 林 尚子

宇佐美 さゆり 本岡 睦子
山本 すみ子 花井 正幸
濱地 健司 高村 順子
加藤 明子 光武 進
松本 千草 国見川 豊
後藤 民夫 小林 和行
山田 芳秋 伊藤 一二美
伊藤 貞文 伊藤 孝徳
上田 純子 生川 千八子
濱北 はるみ 内藤 雅博
立石 哲郎 門谷 幸代

昭和16年、28年生まれの方に、次のテーマで寄稿をお願いしました。
①私が今熱中していること
②私の健康法
③今年の抱負

(掲載順序不同)

昭和16年生まれの方



三日市南一丁目
鳥羽 邦広

①「カラオケ」、「童謡歌の会」、「グランドゴルフ」その他色々な地区の行事に参加しています。

②物事は全て「ケセラセラ」と笑い流して、深く考えない。健康サプリメントを48年

間服用中。

③3日に1日の夜警を元気に続けること。交通事故に遭わないこと。



稲生塩屋一丁目
樋口 義仁

①写真各資料デジタル化保存写真は、デジタルアルバム作りとし、各資料はデジタルファイルにすること。

②毎日朝2時間の筋トレストレッチと週に3・4回、24km自転車走行による1時間半の有酸素運動です。

③デジタル化、ペーパーレス化で得た時間から思い出を整理し、後世に語り渡すことです。

昭和28年生まれの方



御園町
伊藤 貞文

①月2回程、カラオケ喫茶店で腹から発散しております。

②毎日の日課である愛犬の散歩と体力が衰えないように適度なスポーツを心掛けています。

③季節に合った旅行を女房と計画し、実現したいと思っています。



鈴鹿ハイツ

大原 廣子

- ①「家庭菜園」、「ガーデニング」、「筋力トレーニング」
- ②「よく食べる」、「よく寝る」、「よく歩く」
- ③センターの仕事が楽しいので、長く続けられるように体力作りに励むぞ。



稲生西二丁目

小野 安巳

- ①仕事が休みの日は、季節の野菜を作って楽しんでいきます。
- ②早寝、早起きを心掛けて、毎朝、ラジオ体操をするようにしています。
- ③今年も健康に気を付けて、職場の皆さんと楽しく働きたいです。



矢橋二丁目

後藤 民夫

- ①種から育てる「ミニ盆栽」、「银杏盆栽」
- ②早寝早起きをし、規則正しい生活に心掛けています。
- ③健康に留意し、通院しないようにする。釣りを再開したい。



末広北二丁目

林 尚子

- ①テレビ観賞(韓国ドラマ)及び小旅行や食べ歩きなど。
- ②毎日のウォーキングとフィットネスジムでの体力維持に心掛けています。
- ③金婚式に向けて、夫婦共々健康で迎えられることです。



大久保町

三浦 順子

- ①今というわけではないですが、10年以上パドルテニスに熱中しています。
- ②「よく寝ること」、「よく食べること」、「旬のものを食べること」
- ③歳だからと言い訳しないこと。諦めないこと。



長法寺町

片岡 文和

- ①健康な体を維持するため、野菜作りに挑戦しています。
- ②毎日の生活パターンで、規則正しい生活をするように心がけている。

- ③自身の健康に注意して、趣味(釣り)を充実させたい。



平野町

寺田 重和

- ①当センターの理事長を辞してから、毎日の生活に集中しているつもり。
- ②強いてあげるなら、毎日の晩酌です。明日の活力になるような気がしています。少々飲み過ぎるところがあるので、減らすよう努めたい。



西庄内町

山田 芳秋

- ③普段の農作業(米作り、家庭菜園)を頑張りたい。収穫したものを子供や孫達に食べてもらえるのは、うれしいものです。
- ①道の駅めぐり、カラオケ。
- ②車で出かけた時に、景色を見たりして少しでも歩くこと。
- ③東海地区の道の駅を一通り巡ったので、今年から再度、道の駅巡りをしていきたい。



請負就業会員の皆様

◎11月1日から「就業条件明示書」を交付しています

フリーランス法(特定受託事業者に係る取引の適正化等に関する法律)の施行に伴い、11月1日から請負業務に従事している会員へ「就業条件明示書」を交付していますので、内容をご確認ください。

「就業条件明示書」は、「Smile to Smile」でも見るすることができます。今後、事務量の軽減を図るため、紙での交付に替えて、「Smile to Smile」を利用していきたいと考えていますので、登録がまだの方は是非登録して下さい。

※フリーランス法とは？

個人が事業者(特定受託事業者。いわゆるフリーランス。「シルバーの会員」も該当)として受託した業務に安定的に従事することが出来る環境を整備することを目的に制定された法律で、特定受託事業者に業務委託する事業者(特定業務委託事業者。いわゆる発注者)に対して、給付の内容その他の事項の明示が義務付けられています。

給付の内容その他の事項の**明示が義務**

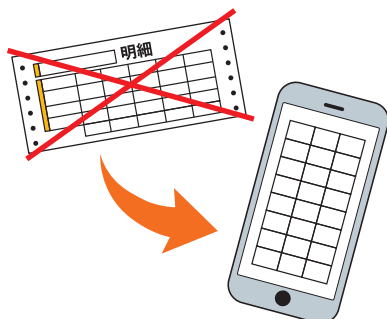


企業



事業者
(特定事業者)

配分金明細書の 郵送を終了します



配分金明細書は、毎月会員へ郵送(1通110円)していますが、「Smile to Smile」でも閲覧することができます。郵便料等の経費削減を図るため、原則、**令和7年6月分(5月就業分)**をもって配分金明細書の郵送を終了し、「Smile to Smile」での閲覧のみとしますので、御理解・ご協力をお願いします。登録が済んでいない会員は、それまでに登録を済ませてください。スマホを持っていないなど「Smile to Smile」の登録ができない会員は、申し出て下さい。

全ての会員の皆様

◎「Smile to Smile」に登録してください

令和6年11月末現在、「Smile to Smile」登録者は、229人です。

「就業条件明示書」、「配分金明細書」をはじめ各種のお知らせ、就業情報など様々な機能があり、大変便利です。

未登録の方は、登録のお手伝いをさせていただきますので、事務所までお越しください。

お越しいただく際は、「メールアドレス(Gメールがおすすめ)」、「パスワード」をご用意ください。



<https://www.s22s.jp>

会員互助会だより



会員互助会会長

岩崎 光春

新年あけましておめでとうございます。会員互助会の皆様には、穏やかに新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

皆様には、日頃から会員互助会の事業活動にご理解を賜り、厚くお礼申し上げます。

今後、互助会事業である、日帰り旅行と一泊旅行、そして年間行事を計画していきますので、皆様の参加をお願いいたします。

現在、互助会会員相互の交流を更に深め、会員の皆様の生きがいと福祉を高められるように同好会活動も積極的に取り組みを進めていきたいと思っています。

会員の皆様には、趣味や持ち味を生かしていただき、楽しく愉快にそして心豊かに過ごせる同好会活動にご協力をお願い致しますとともに、積極的な参加をお待ちしております。

最後になりましたが、会員の皆様をはじめ、ご家族のご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



互助会 趣味同好会活動について

◎同好会入会と新しい同好会を結成しましょう！

同好会として「写真愛好会」、「パソコン友の会」、「手芸サークル」、「童謡歌の会」、「カラオケ同好会」、「健康体操でいきいき」の6つが活動しています。同好会に入会又は新しく結成して、沢山の友達と生きがいを作りましょう。新しく同好会を結成される場合は、次の通り助成制度があります。

◆補助金の交付

- ① 同好会結成の会員が5人以上の場合 は基本額1万円を交付。
- ② 10人以上の場合は基本額2万円を交付。 ※さらに、会員一人当たり千円が交付されます。ただし、5人以下の場合は交付されません。

◎新同好会結成のための入会会員を募集します！

令和7年4月結成に向けて、次の新しい同好会の入会会員を募集します。

- ① 手品同好会
 - ② 認知予防サークル(脳トレ・クイズ等)
 - ③ 絵画サークル(色鉛筆)
 - ④ 歩こう会同好会
 - ⑤ オカリナ同好会 など
- ご興味のある方、又は新しく同好会を結

成される場合は、センター事務所までご連絡ください。

弔見舞金品の支給事業

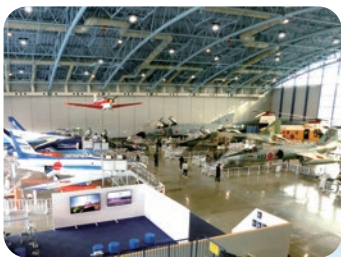
会員が死亡したとき。傷病で15日以上入院したとき。住宅が火災で焼失、または風水害によって倒壊したときに金品が支払われますので、事務所までご連絡ください。

互助会 親睦旅行

◎秋の親睦旅行

令和6年10月30日～31日「浜松エアパーク、館山寺泊、富士山眺望の旅」を実施しました。29名の会員が参加し、親睦を図りました。

ご参加ありがとうございました。



エアパーク
航空自衛隊
浜松広報館にて



日本平夢テラスにて

事務局からのお知らせ

(事務所電話番号059138216092)

配分金及び給与の支払い予定日

※支払い日は、就業先の都合等により変更することがあります。

給与(派遣) 支払予定日

1月24日(金)
2月25日(火)
3月25日(火)
4月25日(金)
5月23日(金)
6月25日(水)
7月25日(金)
8月25日(月)

配分金 支払予定日

1月20日(月)
2月18日(火)
3月17日(月)
4月16日(水)
5月20日(火)
6月18日(水)
7月17日(木)
8月19日(火)

支払証明書及び源泉徴収票の送付について

配分金の「支払証明書」や給与収入の「源泉徴収票」は、確定申告の開始時期までにお送りします。令和6年度分の確定申告が必要な会員は、申告を行ってください。なお、配分金は雑所得として取り扱われ、特例として55万円の必要経費が認められます。

健康診査及び

各種がん検診の受診助成について

医療保険者が実施する特定検診又は各種がん検診の受診に対して助成します。生活習慣病予防やがんの早期発見のため受診しましょう。

助成額は、いずれか1回に限り最高5000円です。受診された費用の領収書を事務局まで持参ください。

センター(事務所)の開所・時間

午前8時15分～午後5時まで
休業日 土曜日、日曜日、祝日、振替休日、
年末年始(12月29日～1月3日)

緊急時の連絡について

センター事務所の休業日に事故などで緊急に連絡する必要がある場合は、次の電話番号に連絡してください。

- ① 080-4542-3114
- ② 080-3613-1292

会費を納付してください

令和6年度の会費をまだ納付していない方は、早急に納付してください。

編集後記

人生100年時代を心豊かに生きるためには、健康がより重要です。日本人の平均寿命は男性81・41歳、女性87・45歳ですが、健康寿命では、男性72・68歳、女性75・38歳となり、極端に下がります。健康寿命を伸ばすためには、病気等に対する予防が大切です。

日頃から健康にいい習慣を実践し続けることが、健康寿命の延伸に繋がりますので、皆さん継続して楽しく過ごしましょう。

※会報の「会員互助会だより」コーナーへ掲載するため、皆様の投稿をお待ちしております。短歌、俳句、川柳、趣味、同好会活動の作品等をお寄せください。

編集委員

杉本 欣之
十鳥 幸子
河北 昭子
丹羽 威知郎
田中 忠夫
片岡 康樹
事務局総務課