



5 月末会員数

合計	439 名
男性	279 名
女性	160 名



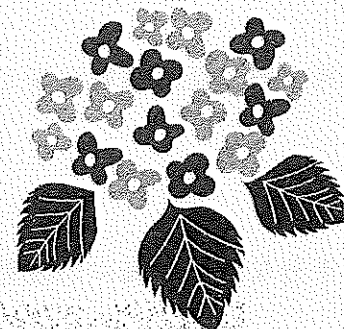
事務局休業日のお知らせ

8/11～8/16 はお盆夏季休業となります。

令和 8 年度定時総会が開催されました



令和 8 年 5 月 27 日に皆様のご協力で、
定時総会は無事に開催することができ、
議事の承認もされました。
ありがとうございました



大塚氏理事長に再任

津山シルバー人材センター 山北で本年度総会

津山シルバー人材センター 秋久憲司市議会副議長
センターの本年度定時総会が 27 日、山北の市総合福祉会館で開かれ、事業計画を決め、地域貢献への決意を新たにしました。役員改選では大塚賢二理事長を再任しました。

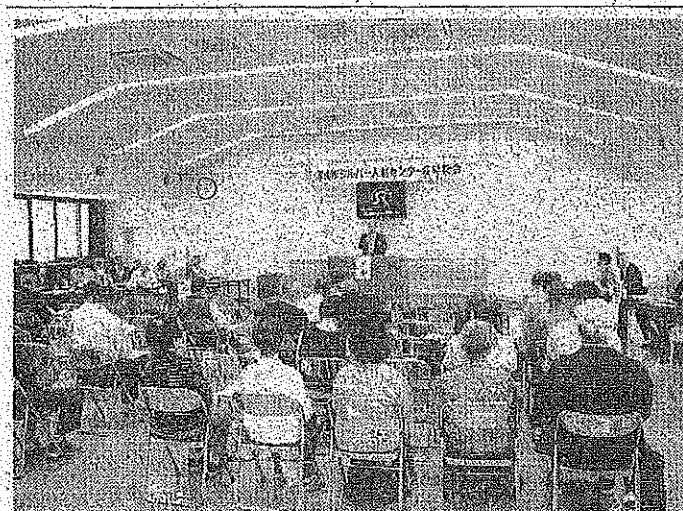
約 50 人が出席し、大塚理事長が「市民から喜んでもらえる仕事をし、生涯現役でたくさんの方たちを作りながら活動していこう」とあいさつ。光井聡市長

秋久憲司市議会副議長らが祝辞を述べた。議事では「地域社会の課題解決の担い手として、福祉・家事援助サービス、介護予防、空き家管理対策、子育て支援を重点に推進し、センターの魅力を発信する」などとする事業計画を承認。具体的には▽会員の拡大▽就業開拓▽高齢者活用・現役サポート事業▽衆楽茶屋の運営▽高齢者支援▽コンイン事業▽講演会・研修会の実施などに取り組む。

会員は現在 478 人で最高齢は 94 歳。会員の募集している。

大塚理事長を除く役員は次の通り(敬称略)▽副理事長「安東雅弘」▽常務理事「那須洋子」▽理事「稲垣幹子、井上昇三、尾高弘毅、北村純子、菅岡篤之、高谷祥敏、中西田美子、平山俊策、福田一美、山本場二」▽監事「二宮俊幸、行田裕美」

令和 8 年 5 月 30 日津山朝日新聞より



津山市シルバー人材センターの本年度総会

～主な行事及び会議～

- 5/7 健康麻雀(ふれあい交遊館)
- 5/14 ハローワーク窓口相談
- 5/19 入会説明会(事務局会議室)
- 5/27 定時総会(市社会福祉会館)
- 5/28 らくらくヨガ(ふれあい交遊館)
- 6/4 健康麻雀(ふれあい交遊館)
- 6/9 チップ無料提(野村)
- 6/10 県事務局長会議
- 6/11 ハローワーク窓口相談
- 6/16 入会説明会(事務局会議室)
- 6/18 らくらくヨガ(ふれあい交遊館)

個人情報の取り扱いについて

記

この度当センター会員が個人情報（配送先名簿）を紛失してしまう事態が発生いたしました。このことは 発送先・発注者等関係の皆様にご迷惑とご心配をおかけいたしております。

今後このようなことが再発しないように当センター会員全員で個人情報管理を徹底し再発防止に努めなければなりません。

会員の皆様には、再度 個人情報の取り扱いについて十分な理解と細心の注意、確認をお願いいたします。

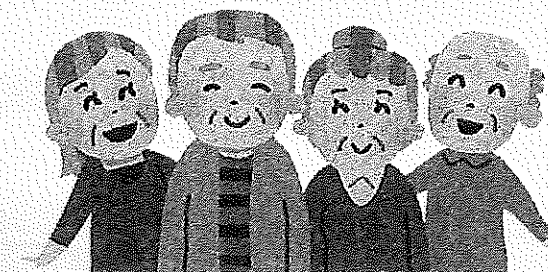
また、就業発注時にお渡ししている受注票は個人が特定できる個人情報です。

紛失、漏洩等がないように慎重に適正な管理をお願いいたします。

令和8年6月1日

公益社団法人津山市シルバー人材センター
理事長 大塚賢一

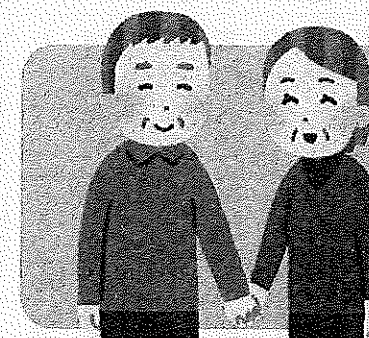
会員募集拡大に
皆さんご協力ください！
ぜひともお友達を誘ってみてください！



シルバー事業において、一番大切なのは、より多くの方にシルバー人材センターを知っていただき、この事業に参加していただき地域を支える一助になることです。

一人でも多くの方に会員になっていただけるように、役職員頑張っておりますが、会員による口コミでの入会促進にぜひお力添えをお願いします。

紹介してくださった方がシルバー会員になられたとき、
紹介者にふくろうポイント 1000 ポイント付与！！



夫婦会員の場合は
1名分の正会員会費が
免除となります！

ご夫婦で会員になってみませんか？

入会年度のみではなく、ご夫婦で入会されている間ずっと二人で3,000円！

ただし夫婦ともゴールド会員という場合は、各々会費1,000円が必要です。

会 報



第 312(2)号

シルバー津山

編集・発行／公益社団法人津山市シルバー人材センター 津山市井口 21-1 ☎(0868)23-5378 発行日／令和 8 年 6 月 15 日

5 月末会員数

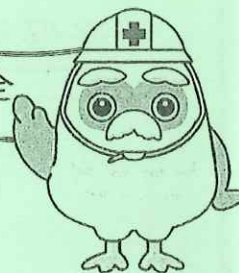
合計	439 名
男性	279 名
女性	160 名

7 月は安全適正就業月間です

自分自身の身は自身で守る！

声掛けは 仲間を守る いのち綱 全国統一スローガン

安心・安全



無届就業の報告書は受け付けません

シルバーをかたったの無届就業が増えています。

無届就業で発注者とのトラブルや事故などが発生しても、センターは責任を負えません。また、請負代金が回収できない場合もあります。

発注者から会員さんへ受注があった場合は、必ず就業前に届け出てください！

健康診断を受けて不安の無い就業を

元気で就業するには健康であることが一番大切です。

「特定健診」「一般健診」「人間ドック」などを受診し、健康の予防対策を進めましょう。

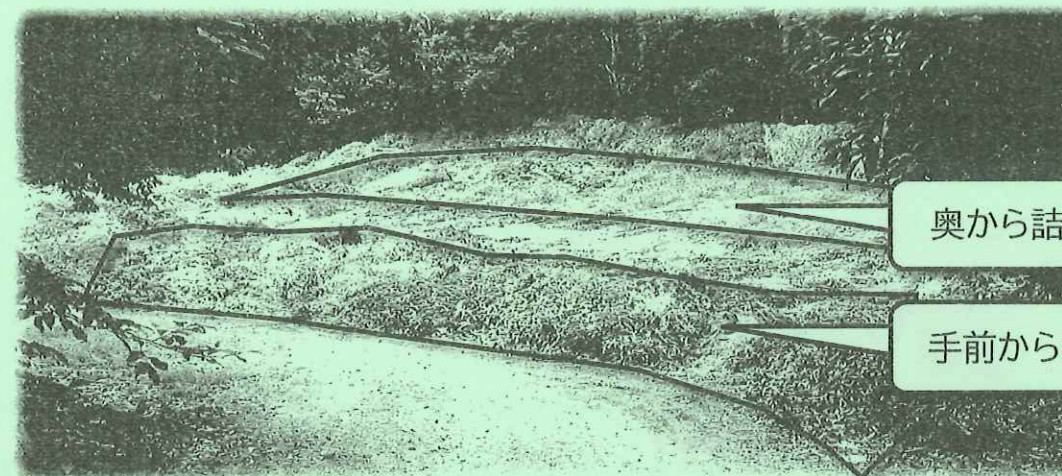


屑処分について

☆きちんと分別して、剪定屑はチップ場へ、刈草は草置き場へ置いてください！

☆竹、シュロ、柚子の木の屑は野村では処分出来ないので持ち込まないでください！

☆草置き場に草を置くときは、奥から奥から置いてください。



※ひとりひとりのマナーがあつての事業継続です。皆さん宜しくお願いします！

草刈作業は飛び石に注意！

飛散防止ネットと飛散防止草刈機が事務局にあります

- ・草刈作業の現場では必ず使用してください。貸し出し希望の方は事務局へお尋ねください。
- ・また、保護具(ヘルメット、保護メガネ)は必ず着用してください！
- ・野山や田畑等での作業の機会が増えます。ダニ媒介感染症に注意しましょう！

お隣へのお声がけをお願いします

剪定作業などで、お隣のお宅に影響があるときには、作業に入る前にひと声挨拶をしてください。

体験学習

高齢ドライバーの為の 交通安全講習会のご案内

研修趣旨：安全運転と安全マナー向上の為（体験シミュレーター使用）

研修日時：令和8年7月24日（金）午前10時から2時間程度

会場：津山市シルバー人材センターふれあい交遊館（井口21-1）

定員：会員20名程度

受講希望者は事前に事務局23-5378まで予約をお願いします（担当：池上）



心肺蘇生法と止血法について学ぶ

安全講習会のご案内

内容：心肺蘇生法 止血法

日時：令和8年8月26日（水）午前10時から1時間程度

会場：津山市シルバー人材センターふれあい交遊館（井口21-1）

定員：会員約15名程度

受講希望者は事前に事務局23-5378まで予約をお願いします（担当：池上）

事務所に忘れ物があります

お心当たりの方はおられますか？

事務局の受付に保管しております

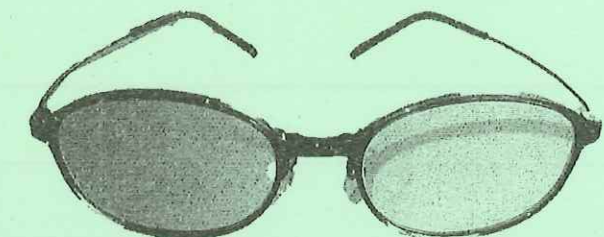
保管期限：R8.10.30

※保管期限を過ぎますとこちらで処分させていただきます

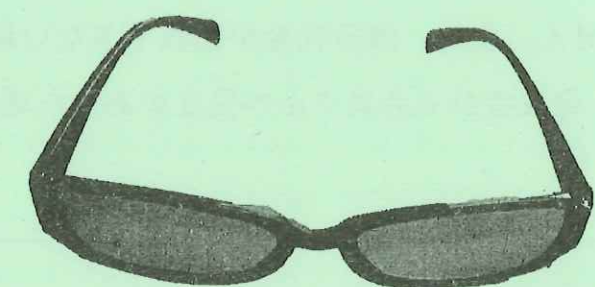
白地に黒文字入り
（事務局会議室）



フレームが鶯色の眼鏡
（事務局会議室）



フレームが茶色の眼鏡
（R7.12.25（土）ダンプ1号車より）



黒い運動靴

発見日：R8.4.23

サイズ：27～28 程



合計	439 名
男性	279 名
女性	160 名



《入会促進セミナー》

ガーデニング教室 開催

～果樹について(座学)～

受講者募集！



コンテナで小さく栽培できるベリー系、初心者におすすめの柚子やキンカン、
上級者向けの桃やリンゴ、実付きをよくするために 2 種植えた方がよいものなど。
適する環境や剪定方法などを知れば、自宅の庭にふさわしい果樹が選びやすくなります。
果樹の苗木が出回る秋を前に、学んでみましょう。※座学です。実習はありません。
事前予約お待ちしております！

◎申込条件：59 歳以上の津山市民の方

◎日 時：令和 8 年 10 月 7 日(水) 13:30 から 2 時間程度

◎場 所：津山市シルバー人材センター ふれあい交遊館(井口 21-1)

◎定員人数：上限 16 名まで

◎受講料：無料

◎申込場所：事務局まで(TEL: 23-5378)

(担当：鷺見)

◎受講者が持ってくるもの：筆記用具

一般の方にもぜひともご参加いただきたいので、ご近所の方、
お知り合いの方をお誘い合わせの上、申し込みいただくとより幸いです。
新型コロナウイルス感染防止のため、受講の際はマスクを着用してください。
発熱やせき・のどの痛みなどの症状がある方は受講をお控えください。

シニアのためのらくらく ヨガ



シニアヨガの効果はさまざま

- 身体的な効果…柔軟性の向上 筋力と持久力の強化 バランスの改善
- 外見の効果…ストレス発散 気分の安定 睡眠の質の向上
- 生活の質の向上…仲間との交流 社会的な繋がり回復
- 他にも、認知症機能の改善、リラックス効果など

参加者募集！

津山市在住の 60 歳以上の方 初めての方、男性の方も大歓迎！

☆日時：第 17 回 令和 8 年 8 月 20 日(木) 10:00～11:30

☆場 所：津山市シルバー人材センターふれあい交遊館(津山市井口 21-1)

☆参加費：300 円(会員は無料)

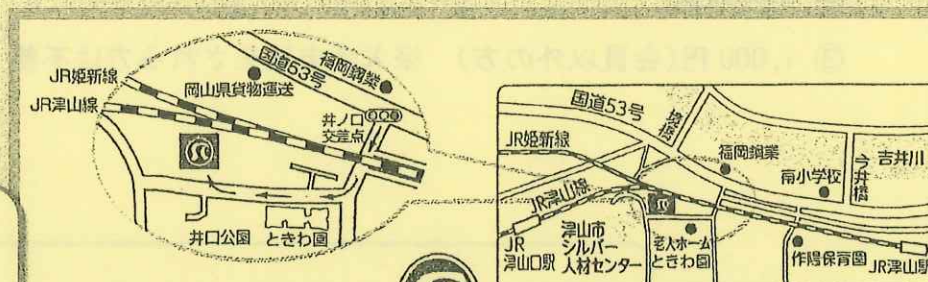
☆募集人数：12 名(定員になり次第、締め切ります)

☆持参物：ヨガマット・飲み物・手拭きタオル・動きやすい服装

(ヨガマットをお持ちでない方は、申込時にお伝えください。)

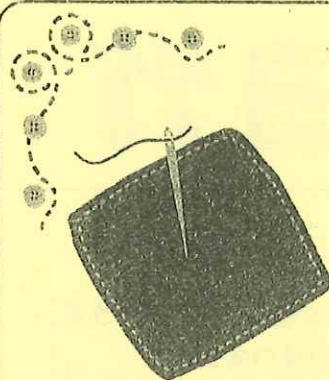
☆申込方法：津山市シルバー人材センターまでお電話でお申し込みください。

TEL: 0868-23-5378 (担当：鷺見)



公益社団法人
津山市シルバー人材センター
〒708-0885 岡山県津山市井口 21-1
TEL(0868) 23-5378(代)

※業務時間 月曜日～金曜日 8:30～17:00



《入会促進セミナー》津山市民の方へ

ハンドメイド雑貨教室開催 受講者募集！ 刺し子のコースターをつくりませんか？

会員は受講料無料です！ 事前予約お待ちしております！

◎申込条件：59歳以上の津山市民の方

◎日時：令和8年8月26日（水）13：30から2時間程度

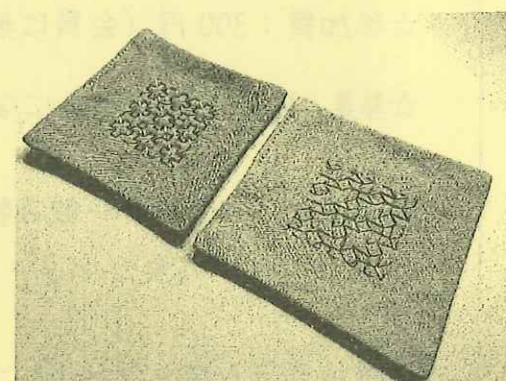
◎場所：津山市シルバー人材センター事務局会議室（井口21-1）

◎定員人数：10～15名

◎受講料：正会員・ゴールド会員・・・無料

会員ではない方・・・1,000円（受講日当日にお支払いください）
ただし、入会申込をされる方は無料です。

◎申込先：事務局まで（TEL：23-5378）



◎受講者が持ってくるもの

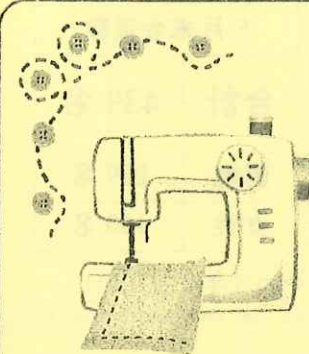
①針、糸切りはさみ、裁ちばさみ（あれば）

※道具は貸出できるようにいくつかはお持ちします。

※糸は一応お持ちいただければと思いますが、生地に合わせてものをお持ちします。

②筆記用具

③1,000円（会員以外の方） ※入会申込をされる方は不要



《入会促進セミナー》津山市民の方へ

ハンドメイド雑貨教室開催 受講者募集！ ハーファームカバーをつくりませんか？

会員は受講料無料です！ 事前予約お待ちしております！

◎申込条件：59歳以上の津山市民の方

◎日時：令和8年10月21日（水）13：30から2時間程度

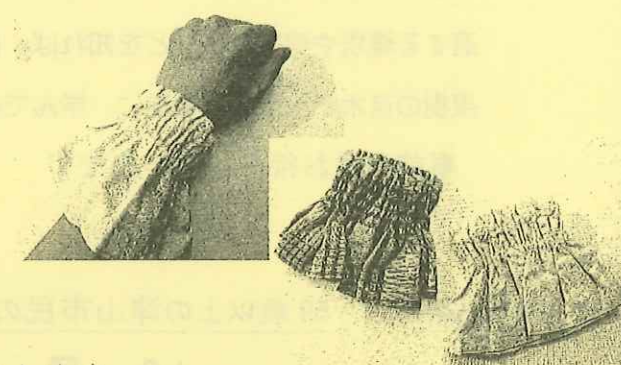
◎場所：津山市シルバー人材センター事務局会議室（井口21-1）

◎定員人数：10～15名

◎受講料：正会員・ゴールド会員・・・無料

会員ではない方・・・1,000円（受講日当日にお支払いください）
ただし、入会申込をされる方は無料です。

◎申込先：事務局まで（TEL：23-5378）



◎受講者が持ってくるもの

①針、糸切りはさみ、裁ちばさみ（あれば）

※道具は貸出できるようにいくつかはお持ちします。

②筆記用具

③1,000円（会員以外の方） ※入会申込をされる方は不要

一般の方にもぜひともご参加いただきたいので、ご近所の方、お知り合いの方をお誘い合わせの上、申し込みいただけるとより幸いです。

新型コロナウイルス感染防止のため、受講の際はマスクを着用してください。発熱やせき・のどの痛みなどの症状がある方は受講をお控えください。



合計	439 名
男性	279 名
女性	160 名

《入会促進セミナー》

健康講座 開催

～お口のフレイル予防ついて～



対象：シルバー会員を含む 59 歳以上の津山市民の方

内容：「お口のフレイル予防について」

定員：10 名ほど

会場：津山市シルバー人材センター事務局会議室（井口 21-1）

講師：市・健康増進課職員

日程：令和 8 年 7 月 28 日（火）

時間：午前 10 時から 1 時間程度

申込：受講希望の方はシルバー人材センター事務局（TEL. 23-5378）まで事前予約をお願いします（担当：鷺見^{すみ}）

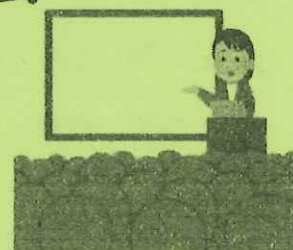
※当日は筆記用具を持参してください。

接遇マナー講習会

この機会に、仕事をする上での

マナーを学んでませんか？

ぜひ受講申込みお待ちしております。



開催場所：津山市シルバー人材センター（井口 21-1）

対 象：シルバー会員

定 員：10 名程度

申込方法：事務局にて受け付けます（Tel. 23-5378）（担当：鷺見^{すみ}）

開催日時：令和 8 年 9 月 9 日（水）13:30 から 2 時間程度

※ 当日は筆記用具を持参してください。

新型コロナウイルス感染症防止のため、受講の際はマスクを着用してください。
発熱やせきなどの痛みなどの症状がある方は参加をお控えください。

「じゃん活」仲間募集

第6回

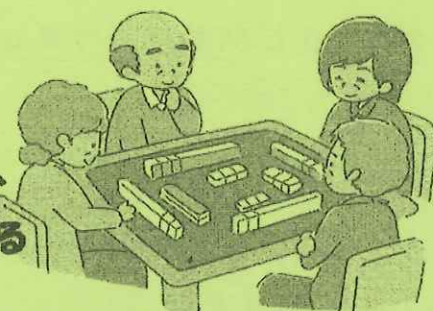
脳トレじゃん健康麻雀

飲まない

賭けない

吸わない

〈健康〉を維持し、
〈生きる〉喜びを感じ、
〈ふれあい〉の輪を広げる



初心者大歓迎！



健康づくり

仲間づくり

生きがいづくり

☆ 日 時 令和8年7月2日(木) 13:30～16:30

☆ 場 所 津山市シルバー人材センター交遊館(井口21-1)

☆ 対 象 津山市シルバー人材センター会員 もしくは 津山市在住の60歳以上の方

☆ 定 員 8名(申込順)

☆ 参加費 無料

☆ 申込方法 津山市シルバー人材センターまで、お電話でお申し込みください。

※定員になり次第締め切り

認知症予防に効果的！
健全な頭脳スポーツ！

申込先：公益社団法人津山市シルバー人材センター

所在地：〒708-0885 津山市井口21-1

TEL：(0868)23-5378 FAX：(0868)23-5815

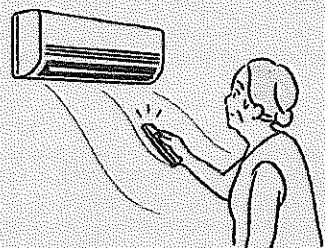
新型コロナウイルス感染防止のため、受講の際はマスクを着用してください。
発熱やせき・のどの痛みなどの症状がある方は参加をお控えください。

熱中症予防のために

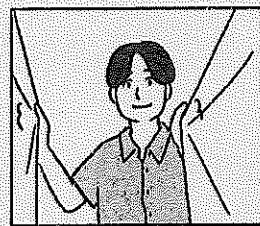


暑さを避ける！

✓ エアコン等で
温度をこまめに調節



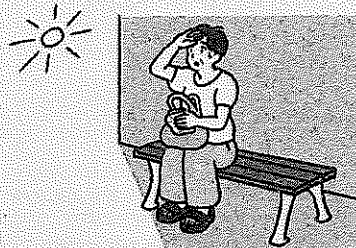
✓ 遮光カーテン・すだれの
利用、打ち水の実施



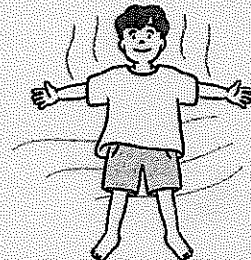
✓ 外出時には日傘の使用、
帽子の着用



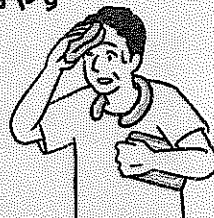
✓ 天気のよい日は日陰の
利用、こまめな休憩



✓ 吸湿性・速乾性のある
通気性のよい衣服を着用



✓ 保冷剤、氷、冷たい
タオルなどで、からだを
冷やす



『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう



こまめに水分を補給する！

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくても
こまめに水分を補給



熱中症
とは

「熱中症」は、高温な環境下で、発汗による体温調節等がうまく働かなくなり、体内に熱がこもることによって様々な症状がみられる状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、場合によっては死亡することもあります。熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

熱中症予防のための
情報・資料サイト

厚労省 熱中症予防



スマートフォンでも見られます



https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/