

事務局だより

第10号 平成26年1月

(公社)江田島市シルバー人材センター 江田島市江田島町中央1-15-15 電話 42-5211
大柿支所 江田島市大柿町大原 1118-2 電話 57-3191

元気にあいさつ！笑顔で仕事！
地域に信頼されるシルバー人材センター

2月の行事予定

2月12日(水)・13日(木) 剪定講習会 旧秋月小学校他 10:00～

ハーフボランティア募集

生活支援サポート事業が10月1日からスタートしました。

12月末までに、ゴミ出し・粗大ごみの処理・ガスコンロの取り付け等、7件の依頼がありました。依頼のあった地域にボランティア会員がいないため、お断りしたケースもあります。全市でこの事業が展開できるよう、ハーフボランティアを募集しています。

会員の中で、この事業に就業を希望される方は「生活支援サポート事業・会員登録申込書」を事務局に提出してください。会員以外の方は、賛助会員登録をしていただきます(年会費500円)。ボランティア活動に興味のある方に声をかけてください。

剪定講習会受講者募集

2月12日(水)・13日(木)の両日、旧秋月小学校他で平成25年度剪定講習会を開催します。申込期日は2月5日(水)です。定員は50名で、定員になり次第締め切ります。早めに申し込んでください。

毎月第2火曜日は、入会説明会の日です。知人や、近所の人に声を掛けて入会説明会に参加してもらいましょう！

【本年度の会員数の目標は250名で、12月末現在の会員数は224名です。】

◆◆◆ SP地域事業・技能講習・職場体験受講者募集 ◆◆◆

◎ガイドヘルパー＋同行援護講習

- ・講習期間 平成26年2月10日～2月26日（講習日数9日）
- ・応募資格 ホームヘルパー2級以上の資格者
- ・講習場所 生活協同組合ひろしま（広島市中区本川町）
- ・募集期間 平成25年12月24日～平成26年1月28日
- ・事前説明会 平成26年2月4日(火)

◎調理補助講習

- ・講習期間 平成26年1月20日～2月6日（講習日数8日）
- ・講習場所 広島県健康福祉センター（広島市南区皆実町）
- ・募集期間 平成25年12月2日～平成26年1月7日
- ・事前説明会 平成26年1月14日(火)

※ いずれの講習も、ハローワークへ求職登録された55歳以上の方で、全日程受講可能な方が対象です。

〈詳しいことは、事務局へお問い合わせください〉



★★★ 「シルバー江田島」表紙写真募集 ★★★

「シルバー江田島」第44号（平成26年7月号）表紙の写真を募集します。江田島の風景・風物詩等江田島に関係する写真を待っています。締め切りは、6月22日（月）までです。応募は、データ又は2Lサイズでお願いします。

***** 互助会コーナー *****

「年頭のあいさつ」互助会会長 東谷寛明

平成26年の年明けです。新年おめでとうございます。互助会の会員の皆様、そしてご家族の皆様、お元気で新年をお迎えになったことと存じます。

昨年は当シルバー人材センターでは、大きな業務上での事故はなく、シルバー業務に携わっていただいたことに感謝とお礼を申し上げます。本年も事故のない安心安全なシルバー人材センターとし、「自主・自立・共働・共助」を発揮して、時代にマッチした適正な事業運営と拡充そして、会員の親睦と交流が図られ、楽しいシルバー人材センターになることを希望しています。

《2・3月の互助会行事》

2月2日(日)	江田島市カキ祭り出店	小用みなと公園	10:00
3月2日(日)	かきカキマラソン出店	沖美町是長	10:00

※ 皆様のご協力をお願いします。



全国統一スローガン 『安全は一声かけるゆとりから』

- 安全保護具の完全着用の徹底
- 就業前の健康チェックの徹底
- 作業現場の状況確認の徹底
- 交通事故防止の徹底

★★「安全標語」を募集しています。(提出先 事務局)

安全標語 「**すぐ動く その前確認 急らず**」 中野千草 会員

健康長寿 6つの

ポイント 1 筋力アップ!
筋力をアップさせれば、転びにくくなるばかりでなく、体力アップにもつながります。

ポイント

ポイント 2 食事は楽しくバランスアップ!
バランスよく食べることは、体力を養って衰弱を防ぎます。食を楽しむことも食欲増進につながります。

ポイント 3 歯と口のケアで全身ヘルスアップ
食べる、話す、表情を豊かにするなど、元気で楽しい生活の要となる口腔機能。日頃の手入れが大切です。

ポイント 4 脳力をアップ!
脳の障害によって起こる病気「認知症」を防ぐには、日頃から脳を健やかに保つことが大切です。

介護予防が健康寿命をのばす

“健康寿命”をのばすには、老化をできるだけ防ぎ(遅らせて)、介護が必要な状態(要介護状態)にならないようにする、すなわち「介護予防」を心がけた生活をする事です。

「介護予防」のポイントは、心身機能の改善などをベースとして生活機能を向上させることにあります。6つの要素で構成されており、どれも日常生活で気軽にできることばかりです。ぜひ実践してみてください。

ポイント 5 活動力アップ!
外出の機会が多く、人づきあいが豊かな人は、いくつになっても若々しさを保ちます。

ポイント 6 心の元気力をアップ!
「うつ病」はストレスや環境の変化などで起こる病気です。意欲の低下や閉じこもりのきっかけになるため注意が必要です。

日常生活で心身の機能を改善する

<p>1 運動器の機能向上</p> <p>2 低栄養改善</p> <p>3 口腔機能の向上</p>	<p>4 認知症予防</p> <p>5 閉じこもり予防</p> <p>6 うつ予防</p>
---	---

介護予防

天気長期予報



(中国地方)



中国地方 3か月予報

(1月から3月までの天候見通し)

平成25年12月25日
広島地方气象台 発表

<予想される向こう3か月の天候>

向こう3か月の出現の可能性が最も大きい天候と、特徴のある気温、降水量等の確率は以下のとおりです。

この期間の平均気温は、平年並または低い確率ともに40%です。降水量は、山陽で平年並または少ない確率ともに40%です。山陰の降雪量は、平年並または多い確率ともに40%です。

1月 山陰では、平年に比べ曇りや雪または雨の日が多いでしょう。山陽では、平年に比べ晴れの日が多い見込みです。気温は、平年並または低い確率ともに40%です。降水量は、山陽で平年並または少ない確率ともに40%です。

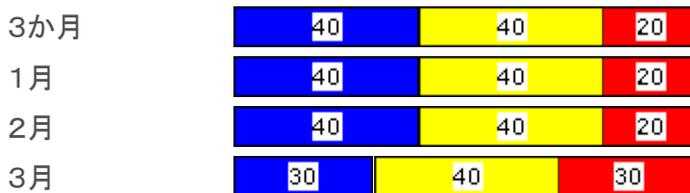
2月 山陰では、平年に比べ曇りや雪または雨の日が多いでしょう。山陽では、平年に比べ晴れの日が多い見込みです。気温は、平年並または低い確率ともに40%です。降水量は、山陽で平年並または少ない確率ともに40%です。

3月 山陰では、天気は数日の周期で変わるでしょう。山陽では、天気は数日の周期で変わり、平年と同様に晴れの日が多い見込みです。

<向こう3か月の気温、降水量、降雪量の各階級の確率(%)>

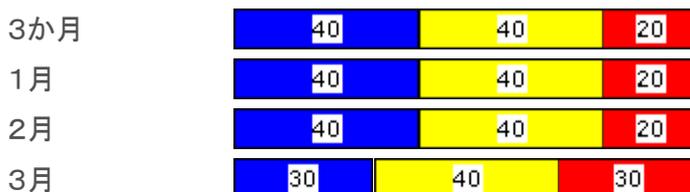
【気 温】

[中国地方]



【降 水 量】

[山陽]



凡例: ■ 低い(少ない) ■ 平年並 ■ 高い(多い)

