

公益社団法人 広島市シルバー人材センター

令和4年度



事務局だより 12月号

てごサポ開始しました!
てごサポートサービス(てごサポ)



日常生活のちょっとした困りごとを1サービス500円でお手伝いする「**てごサポートサービス(てごサポ)**」を令和4年11月から開始しました!!

〈サービス内容〉

- 日常の朝の家庭のごみ出し
- 電球・蛍光灯の交換
- 日用品の買い物(近所)
- シーツ交換
- 布団干し、布団取り込み
- その他、20分程度で出来る日常の軽易な困りごと

11月2日(水)、広島市民生委員・児童委員協議会理事会において、「てごサポ」の概要説明を行い、普及啓発について協力を依頼しました。



就業の様子(蛍光灯交換)



「てごサポ会員」に登録するには・・・

常時登録できます

料金500円のうち、400円が配分金として支払われます。この事業に携わっていただける「てごサポ会員」を常時募集していますので、ご興味のある方は、最寄りの事務所までご連絡ください。

- 関係資料をお送りしますので、資料をご覧になり、「てごサポ会員」に登録いただける場合は、同封の「てごサポ会員登録票」を提出してください。(郵送、FAX可)
- 当センター会員以外の方は、入会手続きが必要となりますので、次のものをご用意のうえ、来所してください。

- ① 写真(最近撮影したもの 3cm×2.5cm)
- ② 年度会費 1,800円(ただし、初年度に限り、10/1以降900円 1/1以降免除)

自分の都合のつくときに、できる内容でOK!

本 部 (082) 223-1156
佐伯出張所 (082) 922-0520

北 支 部 (082) 815-5251
湯来分室 (0829) 83-0739

安芸出張所 (082) 822-0300

シルバー活性化検討会議

シルバー活性化検討会議において、2日間に渡り先進都市等の調査研究を行いました。今後、視察内容を基に意見交換を重ね、課題解決に向け取り組んでいきます。

名古屋市シルバー人材センター

12月2日（金）、名古屋市シルバー人材センターを訪問し、先進都市調査研究を行いました。

独自事業の喫茶店や衣服リフォーム等の見学を行った後、女性会員拡大の取組や女性活躍推進委員会等について、活発な意見交換をすることができました。また、シルバー会員である同委員会委員長から、会をうまく運営するポイントなども聞きました。会員と事務局が一体となり、課題解決に向けて取り組んでいる様子が印象的でした。

当センターの今後の取り組みに生かしていきたいと思います。

参考にさせていただきます

名古屋では、女性限定入会説明会をやっています

当センターでもやってみたい!



衣類リフォームコーナー



意見交換



伊勢型紙販売コーナー

「安らぎ会」「びしゃもん台 絆くらぶ」

12月6日（火）、安学区ボランティアバンク「安らぎ会」と協同労働「びしゃもん台 絆くらぶ」を訪問し、調査研究を行いました。

活動内容や活動実績について情報交換を行った後、就業現場等を見学しました。「地域でお困りの方を、地域で支える」の考えのもと、みなさんで助け合って活動されている様子でした。



安らぎ会



びしゃもん台絆くらぶ



会員部会「健康増進事業」

ボウリング大会



11月19日（土）、広電ボウルにて、「健康増進事業」を開催しました。
今年度は、健康増進事業として初めてのボウリング大会で、35名の会員と13名の事務局職員が12レーンに分かれて、2ゲームを行いました。会員同士の親睦も深まり、参加者全員けがなどもなく、楽しみながら健康増進を図ることができました。



さあ～一丁!!



表彰式

会員部会「会員研修見学会」

尾道市シルバー人材センター観光ガイドによる古寺巡り



11月25日（金）、尾道市シルバー人材センターの観光ガイドによる古寺巡りと千光寺を見学する「会員研修見学会」を開催しました。

移動中の車内では、シルバー人材センターの現状やこれからの取組について研修を行いながら、目的地を目指しました。

現地では、尾道市のシルバー会員による「観光ガイド」を実際に体験し、意見交換しました。参加者の皆さんは、大変勉強になり、有意義な一日を過ごせたと感想を述べられました。



観光ガイドによる説明



千光寺公園散策

傷害事故、賠償事故の発生状況

前月末現在の事故の発生状況は次のとおりです。「安全はすべてに優先する」を合言葉に安全就業に努めましょう。

(各年度11月末現在)

区分	令和4年度	令和3年度	差
傷害事故	19件	16件	3件
賠償事故	24件	14件	10件
計	43件	30件	13件

安全はすべてにおいて優先する



就業現場視察を実施しました！

今年7月に続き、理事長及び安全・適正就業部会の委員等が2班に分かれて就業現場4か所を巡回しました。今年度は事故件数が多く、安全な就業や健康管理に努めるよう注意を呼びかけました。



安芸中野駅前自転車等駐車場



中央公園



広島市立川内保育園



不動院駅前自転車等駐車場

市民講習「あなたにもできる植木の手入れ」

11月17日（木）、本部4階研修室で、市内在住の60歳以上の方を対象にした市民講習「あなたにもできる植木の手入れ」を開催し、31名の方が受講されました。

内容は、講師による講義とセンター職員による当センターの紹介です。

講師は、広島市の被爆樹木の調査協力、助言などを行われている樹木医で、当センター植木スクール顧問の堀口力様です。

堀口講師には、疲労の少ない道具の使い方や、せん定の時期や方法などをホワイトボードや実際の道具を使って詳しく講義をしていただきました。

受講生からは、「サクランボのせん定方法を教えて」「植木スクールの募集はいつするのか」など、質問が相次ぎました。今回の講習を受講された方がシルバー事業への関心を持っていただき、一人でも多く入会していただければ幸いです。



文化教室体験講座「初めてのクリスマスアレンジメント」

12月5日（月）、中央公民館で、シルバー人材センター文化教室体験講座「初めてのクリスマスアレンジメント」を開催し、10名の方が受講されました。

受講生の方は、講師の方のお話に耳を傾けながら、クリスマスに似合う花を使って飾りつけを熱心にされていました。

当センターの文化教室では、定期的なフラワーアレンジメントの授業は第2・4月曜日と第2・4土曜日に開催されています。他にも英会話・洋裁・書道・ピアノ・水彩画・刺繍・フラダンス・書道等を開催しております。

ご興味のある方は、見学だけでも構いませんので、ぜひ文化教室にお越しください。



お掃除研修会を開催しました

11月28日(月)、29日(火)、本部4階研修室で、「おそうじ研修会」を開催し、2日間で39名の会員が参加されました。

この研修会は、福祉・家事援助業務を希望する会員に向けたもので、おそうじのプロである「サニクリーン中国」から講師をお招きし、床掃除に焦点を当て、スキルアップを図りました。

「掃除の基本とコツ」について、分かりやすく解説していただいた後、2班に分かれて、ペーパーモップ、掃除機、化学モップ、水モップの実技体験をし、最後にカーペットのシミ取り・畳掃除についての講義を受けました。

質問も多く飛び交い、大変活気のある研修となりました。これからのお仕事に活かしていただきたいと思います。



あさきた元気フェスタに参加しました（北支部）

11月20日(日)、安佐北区役所において開催された「第8回あさきた元気フェスタ」に参加しました。

この日は屋外のブースだったのですが、好天に恵まれ、昼間には汗ばむほどの陽気でした。

このイベントは、よさこいやフラダンス等の様々なステージ発表があったり、区内の飲食店の出店があるなど、かなりにぎやかなお祭りで、当センターも負けないようにチエブクローの大きなぬいぐるみを配置して、来場者にPRを行いました。

午後にはたくさん用意した啓発物品も底をつき、かなりの数の来場者にセンター活動をアピールできました。

これからもあらゆる機会を活用し、当センターのPR活動に努めていきます。



交流カフェ

日時 : 2023年1月4日(水)
9:30~11:30

場所 : 広島市シルバー人材センター
本部4階会議室
(広島市中区西白島町23-9)

ソーシャルディスタンスに配慮して実施します。
ぜひお越しください!

佐伯出張所でも交流カフェを始めました!!

日時 : 2022年12月16日(金)
9:30~11:30

場所 : 佐伯出張所内会議室



寒さは日々厳しくなり、冬本番はすぐそこまで来ています。

冬の寒さは、高齢者にとって、体への負担が大きだけでなく、感染症や脱水症のリスクも上がります。

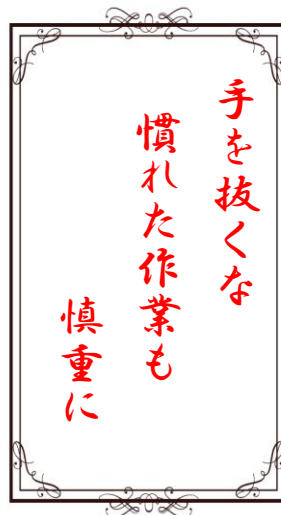
体温管理や栄養管理とともに室温湿度、日光に当たる工夫など予防対策を万全にしましょう。

発熱や風邪症状など気になる体調の変化が見られたときには、早めにかかりつけ医に相談するようにしましょう。



「安全スローガン」・「ヒヤリ・ハット体験記」

募集
します



令和5年度の

【令和4年度『安全スローガン』 最優秀作品】

「安全スローガン」と「ヒヤリ・ハット体験記」を募集します。

応募資格 広島市シルバー人材センターの会員

募集期間 令和5年1月4日(水)～令和5年2月3日(金)

応募方法 専用の応募用紙などに、住所・氏名・電話番号・会員番号を明記し、郵便、ファックス等で応募してください。

(「安全スローガン」は、ひとり3点以内

「ヒヤリ・ハット体験記」は、就業中及び就業途上で体験した事例をひとり1点)

あて先 広島市シルバー人材センター 企画係
〒730-0005 広島市中区西白島町23番9号
☎ (082) 223-1156 Fax (082) 223-8528

応募上の注意

- ・自身で創作した未発表作品に限ります。応募作品は返却しません。
- ・「ヒヤリ・ハット体験記」は、シルバー事業（就業中及び就業途上）での体験事例を400字以内で、タイトルをつけてください。
- ・最優秀作品は、会報誌「ひろしまシルバーだより（令和5年5月号）」で発表するとともに、令和5年度の通常総会で表彰します。
- ・安全スローガンの作品は、安全就業の啓発などで活用させていただきます。

応募者全員に
記念品進呈

令和4年度 『ヒヤリ・ハット体験記』 最優秀作品タイトル 『**一歩間違えば**』

交通安全講習会

参加費
無料



*講習会へ参加される方へお願い

当日は、新型コロナ対策として、マスクの着用をお願いします。また、37.5℃以上の熱がある場合は、入場をお断りする場合があります。

なお、過去10日以内に、発熱や咳・咽頭痛などの症状があった方は、参加を控えてください。

安全グッズ
進呈

お申込み 電話 (082) 223-1156

広島市シルバー人材センター 本部

お申込み締切り

令和5年1月13日(金)

令和5年

◎シルバー会員のほか、ご家族・知人などの参加も可能です！

1	1月19日(木) 14:00~15:30	佐伯区地域福祉センター 6階大会議室1・2 (佐伯区海老園一丁目4-5)	定員30名
2	1月23日(月) 14:00~15:30	安佐南区地域福祉センター 6階大会議室1・2・3 (安佐南区中須1丁目38-13)	定員50名
3	1月26日(木) 14:00~15:30	船越公民館 2階研修室1 (安芸区船越五丁目22-23)	定員30名
4	1月31日(火) 14:00~15:30	広島市シルバー人材センター 本部 4階研修室 (中区西白島町23-9)	定員40名

※ 公共交通機関をご利用下さい。

主催 広島市シルバー人材センター

協力 広島市道路管理課安全対策係

健康 ぷらざ

たい じょう ほう しん 帯状疱疹

— 症状の特徴を知っておこう —

愛知医科大学皮膚科 教授 渡邊 大輔

企画：
日本医師会

No. 560

帯状疱疹ってなに？

帯状疱疹は、水ぼうそうと同じウイルスで起こる皮膚の病気です。体の左右どちらかの神経に沿って痛みを伴う赤い斑点と水ぶくれが帯状に生じます。顔面や、目の周りにも現れることがあります。痛みは人によって違いますが、夜も眠れないほど激しい場合もあります。多くの場合は、皮膚症状が治ると痛みも消えますが、その後も痛みが続くことがあり、帯状疱疹後神経痛と呼ばれます。また、帯状疱疹が現れる部位によって、角膜炎、顔面神経麻痺、難聴などの合併症を引き起こすことがあります。

どんな人になるの？

水ぼうそうになったことのある人なら誰でも帯状疱疹になる可能性があります。加齢、疲労、ストレスなどによる免疫力の低下が発症の原因となります。50歳代から発症率が高くなり、80歳までに約3人に1人が帯状疱疹を発症するといわれています。また、糖尿病やがんなどの免疫力が低下する病気が原因になることもあります。



80歳までに
約3人に1人が
発症？



予防法はあるの？

日頃から十分な休息をとりながら免疫力の維持を心がけ、免疫力を低下させる疲労やストレスのない規則正しい生活を送りましょう。また、最大の予防法はワクチン接種です。帯状疱疹ワクチンには生ワクチンと不活化ワクチンの2種類があり、自治体によっては公費助成も受けられます。それぞれ接種方法や回数が異なり、接種できない方もいますので、接種にあたっては医師と相談してください。

日本医師会ホームページでは、健康ぷらざのバックナンバーがご覧いただけます。



日医
バーコード読み取り機能付き
携帯電話もしくはスマートフォン
でご利用になれます。