

公益社団法人 広島市シルバー人材センター

令和5年度



# 事務局だより 5月号

## 令和5年度 通常総会の開催について

令和5年度の通常総会を下記の日程により開催いたします。

5月下旬に会員の皆様にご案内いたしますので、案内が届きましたら、速やかに出欠の回答をご返送願います。ご欠席される方は、書面による「議決権行使」または「委任状」を提出してください。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

日時：令和5年6月16日(金) 午後1時30分～

場所：西区民文化センター ホール（西区横川新町6-1）

### 議題

#### 報告事項

- 第1号 令和4年度事業報告
- 第2号 令和5年度事業計画
- 第3号 令和5年度収支予算

#### 議決事項

- 第1号議案 令和4年度決算報告
- 第2号議案 新入会員の会費の取り扱い
- 第3号議案 役員（理事）の選任



駐車場は用意しておりませんので、公共交通機関をご利用ください。

### 会員表彰のご案内

通常総会の開会前の午後1時20分から、同会場にて、シルバー事業の推進に顕著な功績があった会員、安全スローガン及びヒヤリ・ハット体験記最優秀作品入選者の表彰式を行います。



## 職群リーダーの紹介

今年度の各班のリーダー及びサブリーダーを紹介します。

| 除草班 | リーダー   | サブリーダー |
|-----|--------|--------|
| 本 部 | 岡野 照治  | 本多 正則  |
|     |        | 澤田 壽   |
|     | 谷口 節男  | 沖光 忠行  |
|     | 高橋 弘治  | 下田 義時  |
|     | 上田 明   | 河上 康司  |
|     | 山口 義昭  | (空欄)   |
| 北支部 | 背戸 千恵光 | 上谷 信夫  |
|     |        | 峠前 正春  |
|     | 粉岡 勝義  | 相川 敏彦  |
| 安 芸 | 杉浦 義紀  | 桑村 義文  |
|     |        | 奥作 一彌  |
| 佐 伯 | 城西 孝荘  | 相良 光均  |

| 剪定班 | リーダー  | サブリーダー |
|-----|-------|--------|
| 北支部 | 富田 修  | 岩本 直吉  |
|     | 高原 英治 | 山手 千之  |
| 佐 伯 | 東 富 均 |        |
|     | 船本 順一 |        |
|     | 林 敬 介 |        |
|     | 淵本 康夫 |        |

| ソーイング班 | リーダー |
|--------|------|
| (空欄)   | 池田 和 |

(敬称略)

## 会員拡大の取組

活力ある地域社会の担い手となるシルバー会員の拡大、特に女性会員の加入促進に取り組むため、各種団体を訪問し、シルバー人材センターのPRを行いました。

### 市老人クラブ連合会との連携

#### 市老人クラブ連合会

4月20日（木）、市老人クラブ連合会を訪問し、市会報への記事掲載など、シルバー事業及び会員の拡大について、今年度も引き続き協力していただくよう依頼しました。

#### 区老人クラブ連合会長・事務局長会議

4月24日（月）、区老人クラブ連合会長・事務局長会議へ参加し、今年度も引き続き会報への記事掲載やチラシ配付、会議への出席などで連携し、協力していただくよう依頼しました。



区老連連合会長・事務局長会議

### 市地域女性団体連絡協議会との連携

#### 市地域女性団体連絡協議会役員会

4月12日（水）、市地域女性団体連絡協議会役員会に参加し、今年度も引き続きシルバー事業及び会員の拡大に協力していただくよう依頼しました。

#### 佐伯区女性会総会

4月26日（水）、佐伯区女性会総会に参加し、女性会員から就業の様子を説明した後、シルバー事業の説明及び会員の拡大についての協力を依頼しました。



### 市社会福祉協議会との連携

#### 区社会福祉協議会事務局長会議

4月12日（水）、区社会福祉協議会事務局長会議に参加し、「てごサポ」についての説明を行い、シルバー事業の活用について周知していただくよう依頼しました。



## 就業機会拡大の取組

「積極的な就業機会の拡大の取組」として、次の各種団体へ当センターの活用について検討していただくよう依頼しました。

**広島市老人福祉施設連盟** 【4月12日（水）】

**広島市私立保育園協会・広島市保育連盟** 【4月12日（水）】

**広島市私立幼稚園協会** 【4月12日（水）】

**梅林学区復興まちづくり協議会（豪雨災害伝承館）** 【4月13日（木）】

# 傷害事故、賠償事故の発生状況

(各年度4月末現在)

| 区分   | 令和5年度 | 令和4年度 | 差  |
|------|-------|-------|----|
| 傷害事故 | 3件    | 3件    | 0件 |
| 賠償事故 | 3件    | 2件    | 1件 |
| 計    | 6件    | 5件    | 1件 |

安全はすべてにおいて優先する



令和5年度も1か月が過ぎましたが、すでに傷害事故が3件、賠償事故が3件発生しており、昨年を上回っています。傷害事故では、転倒、激突、切れ・こすれが1件で、賠償事故では、草刈り作業の刈払機による飛び石事故が2件、剪定作業で物を破損させた事故が1件となっています。

草刈り作業においては、飛散防止ネットを設置するとともに、周辺の通行車両や歩行者に注意しながら作業を行いましょう。

「安全はすべてにおいて優先する」を合言葉に、無事故を目指しましょう！

## 本格的な暑さを迎える前に早めの熱中症対策を！

これから、本格的な暑さがやってきます。一般財団法人 日本気象協会が推進する「熱中症ゼロへ」プロジェクトは、盛夏だけでなくその前から体を慣れさせること（暑熱順化：しょねつじゅんか）の大切さを広く知ってもらうために「暑熱順化前線」を公開しています。

これは、軽い運動や湯船につかる入浴で意識して汗をかくなど、体を暑さに慣れさせる暑熱順化を始めるタイミングの目安を示しています。ちなみに、広島は「5月上旬」となっています。暑熱順化ができていないと体の熱をうまく外に逃がすことができず、熱中症になる危険性が高まりますので、徐々に体を慣らしていきましょう。暑熱順化には個人差もありますが、数日から2週間程度といわれています。





## 会員部会「農園育成事業(サツマイモ苗植え付け)」



今年度も安芸区にある「中野ふれあい農園」にて、農園育成事業が実施されました。

広島市中野小学校の2年生60名の児童とともにサツマイモの苗の植え付け作業を行いました。天気にも恵まれ、子どもたちは「楽しかった」「早く大きなサツマイモが見たい」と元気よく取り組んでいました。この日は、会員部会を中心とした11名のシルバー会員が参加し、子どもたちに丁寧に植え付け方法を指導しました。

秋の収穫に向けて、学校と連携を図りながら除草や水やりの手入れを行って、サツマイモの成長を見守っていきます。



今年度の予定・・・

- 7月 つる返し
- 10月 芋ほり
- 12月 おいもパーティ



## 第24期植木スクールが開校しました

5月8日（月）、本部4階研修室で第24期植木スクール開校式が行われ、前期後期合わせて50日間の植木スクールがスタートしました。講師は例年どおり樹木医の堀口力先生です。受講生11名は2日間の座学の後、5月10日（水）から実技講習に入ります。研修現場は例年どおり市内の小・中学校等や植物公園を使わせていただきます。

植木スクールでは、樹木の名前、道具の使い方など、植木せん定の技術的な面はもちろんのこと、仕事に対する心構え、施主との接し方、安全確保など、スクール修了後に剪定業務に就業するために必要なあらゆることを習得していただく予定です。



開 校 式



堀口講師の講義

## 福祉家事援助初級研修会を開催しました

4月19日（水）、本部4階研修室において、令和5年度最初の福祉家事援助初級研修会を開催し、9名の会員が受講されました。

福祉家事援助業務（家事援助、介護、子育て支援）に就業するにあたっての注意事項や報告書の書き方などを研修した後、個別面談も行いました。

福祉家事援助業務は、個人のお宅に入っていく仕事のため、特に気を付けなければならないことが多くあり、参加された会員は熱心に説明に耳を傾けていました。

この研修は、福祉家事援助業務の就業を希望して入会された会員を対象に、毎月1回原則として第3水曜日に本部で行っています。この研修を受講されないと福祉家事援助業務については紹介を行うことができませんので、必ず一度受講いただくようお願いします。





# 交流カフェ

日時：2023年6月1日(木) 9:30~11:30

場所：広島市シルバー人材センター 本部4階研修室

女子会・ニュースポーツ・切り絵同好会などのイベント実施予定

日時：2023年5月19日(金) 9:30~11:30

場所：広島市シルバー人材センター 佐伯支部

会員相互の交流・情報交換

高齢者いきいき活動ポイント対象事業(1ポイント)

いきいき



## 交流カフェ の様子



フロアカーリング



ストラックアウト



佐伯支部交流カフェ



女子会



切り絵同好会



# 脈拍で何がわかるの？

—3月9日は、<sup>み</sup>3と<sup>く</sup>9で脈の日—

指導：弘前大学大学院医学研究科 循環器腎臓内科学 教授 奥村 謙

企画：  
日本医師会

No. 455

しん ぼう さい どう

## 心房細動を知っていますか？

心房細動は、心臓が正常なリズムではなく、速く不規則に拍動してしまう状態です。高齢者に多く、重症の脳梗塞(心原性脳塞栓症)の原因となります。重症の脳梗塞では、一度かかると約半数の方が歩けなくなったり、寝たきりになったり、亡くなったりしています。心房細動があり、65歳以上、高血圧、糖尿病、心不全のある方、以前に脳梗塞を起こしたことのある方は、重症の脳梗塞を起こす危険性が高まるので、特に注意が必要です。

## 自覚症状のない人も

心房細動には、いくつかの種類があります。

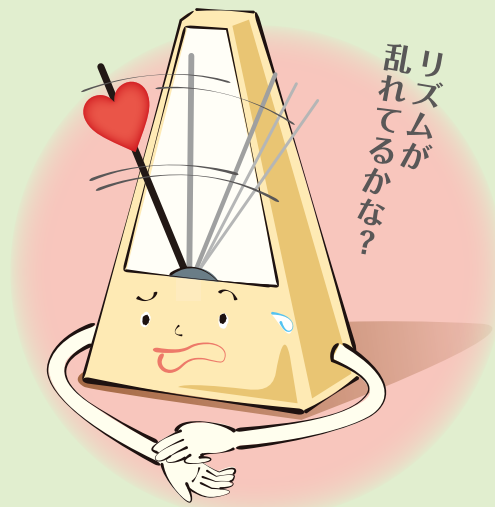
心房細動が自然に止まるタイプの「発作性心房細動」では、動悸やめまい、胸の違和感が出現しますが、全く症状がない方も多くいます。心房細動が自然には止まらず心房細動が続く「持続性心房細動」は、自覚症状がない方が多いと言われています。

ただし、症状がなくても脳梗塞を起こす危険性があることには変わりはありません。心房細動は脈拍でわかるので、早く発見をして治療を開始するためにも、自分で脈拍をとる習慣をつけましょう。

## 毎日、脈拍をとりましょう

下の写真のように手首の親指の付け根の部分に3本の指を押し当て、脈を感知します。心臓が正常に動いている時は、トン、トン、トン、と規則正しいリズムです(下記A)。心房細動ではリズムが乱れ、しばしば速くなります(下記B)。

血圧を測るように、毎日決まった時間に脈拍をとり、自分の脈が正常なリズムかどうか調べましょう。もし異常がある時は、早めにかかりつけ医に相談しましょう。

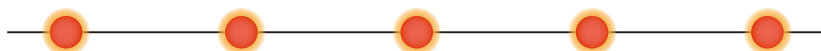


リズムが乱れてるかな？



脈拍のとり方とリズム

A 正常の脈拍



B 心房細動の脈拍

