

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 8月号

会員部会「農園育成事業(サツマイモつる返し)」

今年も安芸区の「中野ふれあい農園」において、広島市立中野小学校の2年生児童のみなさんとともに、農園育成事業を実施しています。

5月に植えたサツマイモの「つる」が成長したので、7月20日(木)に「つる返し」を実施しました。

「つる返し」とは、つるの根を土からはがすという、サツマイモを大きく育てるための大切な作業です。

子どもたちは、植えたサツマイモのつるの成長の早さにびっくりしていました。



昨年はサツマイモの生育の遅れにより、つる返しを行いませんでしたが、今年は晴天のもとで例年通り、子どもたちと一緒に実施することができ、みんな一生懸命に取り組んでいました。



これからも猛暑が続きますが、会員の皆さんは力を合わせて畑の水やりや雑草の処理を日々丹念に行い、秋には大きなサツマイモが収穫できることを楽しみにしています。



会議開催報告

理事会専門部会 広報部会

7月11日（火）、第2回広報部会を開催しました。
「ひろしまシルバーだより 126号の編集」について事務局から説明し、委員の皆様にご協議いただきました。

誌面構成（会員のひろば、お仕事紹介、秋の行事告知など10ページ）と担当者を決定し、8月上旬をめどに原稿を作成することになりました。

シルバーだよりは、9月下旬に発行する予定です。



理事会専門部会 会員部会

7月11日（火）、第1回会員部会を開催しました。

「会員研修見学会」及び「健康増進事業」について事務局から説明し、委員の皆様にご協議いただきました。

会員研修見学会は、行程等について意見交換を行った結果、柳井広域シルバー人材センターが管理している「やない西蔵」を視察することになりました。

健康増進事業は、昨年と同じ「ボウリング大会」に決定しました。

また、農園事業、同好会、交流カフェの実施状況について報告し、意見交換を行いました。

会員研修見学会・健康増進事業ともに、参加者の募集については、9月発行のシルバーだよりでお知らせいたします。皆様のご参加をお待ちしております。



理事会専門部会 業務推進部会

8月3日（木）、第1回業務推進部会を開催しました。

「令和5年度主要事業の実施状況」、「令和5年度シルバー活性化検討会議」について事務局から説明し、委員の皆様にご協議いただきました。

女性会員の活躍やデジタル化の推進など、幅広い議題に熱心に協議していただき、特にデジタル化の推進に関しては、就業時におけるスマートフォンの活用方法など、積極的に意見を出していただくことが出来ました。

業務推進部会では、今後も会員の確保や就業機会の拡大に努めていきます。



会員拡大の取組

広島市消防職員 OB 会

7月27日（木）、リーガロイヤルホテル広島で開催された広島市消防職員 OB 会の総会に出席し、シルバー事業の説明をさせていただき、会員の拡大についての協力を依頼しました。

説明の中では、センターの概要や事業内容の紹介に加えて、消防局 OB の会員さんの活躍もご紹介させていただきました。



広島市消防局OB職員から一言

シルバー人材センターで働いています!! 元気で頑張るあんなは、是非、一緒に!!

除染等

福井県との除染管理業務は、シルバー人材センターで業務委託で受ける他、私が所属する所の自主業務も受託業務（8時～17時）です。これ以外にも平野町や広島市の除染業務も受託しています。休日は、新居浜署で災害対応と機材点検です。暇を持て余しているOBの皆さん、シルバーワークを始めて一緒に楽しみたいと思います。

案内業務

私は認知症防止と歩行補助の為に、シルバー人材センターで働いて3年になります。この間、東京出張、出張から12泊まで、2人組で会社で警備業務担当（急病・トイレ等の準備業務を行っています。社員の代わりに、いつまでもいい笑顔で質問に対して丁寧な対応を心がけています。敬請の御声は、とてもありがたいです。仕事のない日は、いろいろと楽しく、趣味に励んでいます。

自転車貸出し

私はシルバー人材センター受託業務の中で、令和5年より月から又ツツのミニスクーター、ミニバイクを3台稼働、8時30分から17時15分まで働いています。お知らせ、夏は涼しいので「おしんこ乗車」の貸出し業務も、乗客の安全確保を行っています。お声がけが来たら、「おしんこ乗車」にお気軽にお声かけください。よろしくお願いいたします。

交流カフェ

日時：2023年 **9**月 **1**日（金）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 **8**月 **18**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

会員交流の場です。ぜひお越しください！

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



就業現場視察を実施しました！

7月が安全・適正就業強化月間であることから、理事長及び安全・適正就業部会の委員等が就業現場を巡回しました。今回は、草刈り作業の現場3か所を巡回し、安全な就業や熱中症予防など健康管理に努めるよう注意を呼びかけました。

(西区内太田川河岸緑地：草刈り業務)



(中区内西部河岸緑地：草刈り業務)



(南区内東部河岸緑地：草刈り業務)



作業現場の近くは通行する人や車両が多いため、常に周囲の状況を見ながら、呼び笛を活用して作業を停止したり、飛散防止ネットを張るなどの対策を行っていました。また、夏場の暑い時期には、就業開始時刻を早くしたり、こまめな休憩と水分補給を取るなどの熱中症対策を取っていました。

事故発生状況



安全はすべてにおいて優先する

(各年度7月末現在)

区分	令和5年度	令和4年度	差
傷害事故	8件	10件	△2件
賠償事故	10件	14件	△4件
計	18件	24件	△6件



今年度の7月末現在の事故発生件数は、昨年度の同時期と比較して6件（傷害事故2件、賠償事故4件）減少しています。

しかし、賠償事故10件のうち、草刈り作業での飛び石事故が6件発生しており、賠償事故の過半数を占めています。草刈り作業では必ず飛散防止ネットを張りましょう。

また、作業前には、メンバー全員で危険個所をチェックし事故防止に努めましょう！



熱中症を防止しましょう



暑い日が続いていますので、熱中症にご注意ください。

熱中症は予防が大切です。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、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

厚生労働省では、簡単にセルフチェックする方法を紹介しています。

熱中症を防止しよう！！

熱中症予備軍の隠れ脱水症の見つけ方

・爪を押してセルフチェック・

- ①手の親指の爪を逆の指でつまみます。
- ②つまんだ指を離した時、白かった爪の色がピンクに戻るのに3秒以上かかれば、脱水症を起している可能性があります！！



爪を押してセルフチェックする方法で手順はたった2つで、簡単にできます。

- (1) 手の親指の爪を逆の指でつまみます。
- (2) つまんだ指を離した時、白かった爪の色がピンクに戻るのに3秒以上かかれば、脱水症状を起している可能性があります。

このほかにも、尿の色で確認する方法もあります。詳しくは、厚生労働省ホームページ「[熱中症予備軍の隠れ脱水症の見つけ方](#)」をご覧ください。

出展：厚生労働省ホームページ

健康 ぷらざ

水分補給を忘れずに

— 熱中症の予防 —

神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科 教授 谷口 英喜
神奈川県立がんセンター麻酔科 非常勤医師

企画：
日本医師会

No. 390

いつでも、どこでも、誰でも、 かかる可能性があります

熱中症は、暑いところにおいて、汗により体の中の水分や塩分が減ってしまったり、体温があがりすぎてしまうことで起こります。健康な人でも、部屋や車の中においても、夜でも、湿度が高いだけでも、かかる可能性のある病気です。

はじめはめまいや立ちくらみがして、しだいに頭痛や吐き気と症状が進み、ひどくなると意識がもうろうとし、命にもかかわる怖い病気です。

特に、子どもや中高年は注意！

体の中で水分をたくさん蓄えておくことができる筋肉の量が少なく、体温を調節する力もまだ発達していない子どもや、筋肉が衰え、のどの渇きに対する感覚もにぶくなる中高年では、体の水分が不足しやすくなります。暑い季節、子どもや中高年はこまめに水分をとるように心がけましょう。そして、普段から運動して、熱中症の予防に努めましょう。

熱中症の症状の分類



「経口補水液」って？

熱中症になったときは、水だけではなく塩分なども補わなければなりません。スポーツドリンクでは塩分が足りないことがあります。たくさん汗をかいたときのためにバランスよく調整された「経口補水液」を常備しておくといでしょう。薬局で入手できます。



熱中症は早く気が付いて、早く対応することがなによりも大切です。水分をとっても頭痛や吐き気がなくなるときは、病院に行くか、救急車を呼ぶことを考えましょう。