

広島市シルバー人材センター (公益社団法人広島市シルバー・協同労働センター)



事務局だより

令和8年度

6月号

令和8年度 通常総会のご案内について

令和8年度の通常総会を下記の日程により開催いたします。

会員の皆様には、6月上旬にご案内を郵送しております。出欠表の提出がお済みでない方は、速やかにご返送願います。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8年6月22日(月) 13時30分～

場所：広島国際会議場 大会議室ダリア(中区中島町1-5)

※昨年度から会場を変更しています。ご注意ください。

議題

報告事項

- ・令和7年度事業報告
- ・令和8年度事業計画
- ・令和8年度収支予算

議決事項

- ・令和7年度決算報告
- ・役員(理事・監事)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。

表彰式のご案内

通常総会の開会前の13時20分から、同会場にて、次の対象者の表彰式を行います。

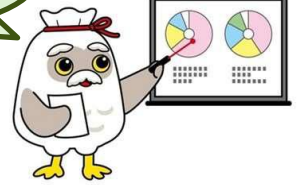
- 役員として、法人の発展に寄与された理事及び監事、専門部会委員
- 永年にわたり会員として在籍され、法人の発展に寄与された会員
- シルバー人材センターの会員拡大に多大な貢献をされた団体



講座のご案内

シルバー

参加無料なのじゃ!!



知恵ブクロ講座

7月のテーマは・・・「食と健康」

○講座名：朝食改革でパフォーマンスアップ
(講師：株式会社明治 管理栄養士)

○内 容：①管理栄養士によるお話
②明治製品の試飲会

○日 時：令和8年7月21日(火) 10:00～11:30

○場 所：広島市シルバー人材センター本部 4階 研修室
(広島市中区西白島町 23-9)

○定 員：40人

○申込先：シルバー人材センター本部 082(223)1156 (担当 企画係 中村)



明治製品の
試飲会もあるよ



～今後もゾクゾク開催予定!!～

| | 内容 | 開催区 | | 内容 | 開催区 |
|-----|------|------|----|-------|---------|
| 9月 | 防犯 | 安佐北区 | 1月 | 消費者被害 | 中区 |
| 10月 | デジタル | 中区 | 2月 | 認知症 | 東区、南区 |
| 11月 | 感染症 | 南区 | | | 西区、安佐南区 |
| 12月 | 火災予防 | 佐伯区 | 3月 | おたのしみ | 中区 |

※ 開催日が近づきましたら、内容や会場の詳細について、当センターのホームページやシルバーだより、事務局だより、Smile to Smile などでお知らせします。

※ 内容及び開催区は追加・変更となる場合があります。

会議開催報告

理事会専門部会 総務部会

5月21日（木）、令和8年度第1回総務部会を開催しました。令和8年度第1回理事会へ上程する議案について協議していただきました。

（下記参照）



理事会

5月22日（金）、令和8年度第1回理事会を開催しました。以下の内容について協議・検討し、審議事項については全会一致で承認されました。

（報告事項）

- 第1号 新入会員について（令和8年3月～4月）
- 第2号 傷害・賠償事故発生状況及び会員指導措置について（令和8年3月～4月）
- 第3号 令和7年度収支予算の流用について
- 第4号 役員（理事・監事）候補者について
- 第5号 第六次基本計画（案）について

（審議事項）

- 第1号 令和7年度事業報告（案）
- 第2号 令和7年度決算報告（案）
- 第3号 表彰について
- 第4号 令和8年度通常総会等日程及び招集について
- 第5号 令和8年度通常総会提出議案について
- 第6号 理事長に対する権限委任について



女性活躍推進部会準備委員会

5月27日（水）、第4回女性活躍推進部会準備委員会を開催しました。（6頁参照）

会員拡大の取組

市公衆衛生推進協議会理事会

活力ある地域社会の担い手となるシルバー会員の拡大に取り組むため、5月29日（金）に市公衆衛生推進協議会理事会へ出席し、区や地域の会議、行事等の機会にシルバー人材センターの会員募集パンフレットを配付する、または職員や会員が出席して説明させていただくなどの協力をお願いしました。



協同労働学習会での説明

5月28日（木）、安芸区地域福祉センターで開催された「協同労働学習会」に参加し、シルバー人材センターと協同労働の違いなどについて説明しました。

今後も、各区で開催される学習会に参加し、シルバー人材センターのPRに力を入れていきます。



ハローワークシニア就職サポートセミナー

ハローワーク広島のシニア就職サポートセミナーに参加し、シルバー人材センターのPRを毎月行っています。

5月は11日（月）、25日（月）に開催され、合わせて95人の参加があり、説明後に5人の相談をお受けしました。

この場をきっかけに、入会説明会への参加や入会を検討される方もおられることから、引き続き参加し、シルバー人材センターのPRに力を入れていきます。



区老人クラブ連合会総会（佐伯区、安佐北区）

5月20日（水）に佐伯区、翌21日（木）に安佐北区で開催された区老人クラブ連合会総会へ出席しました。

シルバー人材センターの説明や、入会案内を行うとともに、今後の連携についても依頼しました。



女性限定入会説明会

5月15日（金）、㈱広島元気いっぱいプロジェクトの岩崎様による「いきいきストレッチ教室」を同時開催し、終始和やかな雰囲気となりました。

また、現役の女性会員から、シルバー人材センターで働きながら、いきいきと生活される様子を語っていただき、参加者にとって参考になったものと思います。

参加者27人のうち、16人もの方が入会されています。



ショッピングセンターでの出張入会相談会

5月19日（火）、イオンモール広島祇園にて出張入会相談会を開催しました。

今年度も、㈱ワーキングプランニング主催の「お仕事相談会」にブース出店する形での実施となりました。

15人の方から相談を受け、4人が入会されました。

多くの方が利用する商業施設でシルバー事業をPRすると同時に、会員拡大に取り組むことができました。



入会説明会を開催します

より多くの方に入会のきっかけを提供するため、下記日程により入会説明会を開催します。

- 対象 広島市在住で、60歳以上の働く意欲のある方
- 内容 シルバー人材センターでの仕事について説明します。
- 申込 シルバー人材センター本部 電話：082（223）1156

お知り合いに関心のある方がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。



入会説明会日程

入会初年度は年会費(1,800円)が無料!(再入会を除く)

| 開催日時 | 場 所 |
|-----------------|--------------------------|
| 6月18日(木) 14:00~ | 大塚公民館 3階 研修室2 |
| 6月19日(金) 14:00~ | 西区地域福祉センター 4階 ボランティア研修室 |
| 6月23日(火) 14:00~ | 安佐南区役所 3階 第7会議室 |
| 6月24日(水) 14:00~ | 安芸区地域福祉センター 3階 ボランティア研修室 |
| 6月25日(木) 14:00~ | 舟入公民館 2階 研修室1 |
| 6月26日(金) 14:00~ | 安佐北区役所 3階 入札室 |
| 6月29日(月) 14:00~ | 佐伯区地域福祉センター 5階 小会議室 |
| 6月30日(火) 14:00~ | 広島市シルバー人材センター本部 4階 研修室 |
| 7月 1日(水) 14:00~ | 東区役所 5階 研修室 |
| 7月 2日(木) 14:00~ | 南区地域福祉センター 3階 ボランティア研修室 |

※説明会(1時間程度)の後、引き続き入会受付を行います。次のものをご用意ください。

- ・写真2枚(最近撮影したもの 縦3cm×横2.5cm)(お持ちでない場合は、会場での撮影も可)

各日定員を設けておりますので、ご参加の際は本部事務所へお電話にて申込をお願いします。また、入会説明会に参加できないという方も、各事務所で随時、入会説明及び受付を行っておりますので、お近くの事務所にお立ち寄りください。

★オンラインでも入会できます!

24時間、入会の申込が可能です。

お申し込み後、センターからご連絡します。



女性限定入会説明会も開催します!

~健康運動指導士による「いきいきストレッチ教室」も同時開催~

女性会員の拡大を目指して、女性の方がお一人でも、またご友人と気軽に参加いただけるよう、『女性限定入会説明会』を開催いたします。入会後の就業イメージが掴みやすくなるよう、女性会員の体験談や女性が多く就業している仕事の説明を中心に行います。

開催日：7月24日(金) 13:30~

開催場所：シルバー人材センター本部 4階研修室

(対象・内容・申込は上記と同じ)



第4回女性活躍推進部会準備委員会を開催しました

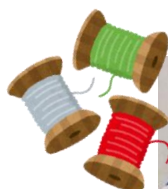
女性活躍推進部会準備委員会は、令和8年6月に設置予定の同部会の準備委員会として、昨年9月に立ち上げました。

10月には先進都市シルバーの小物販売の視察、今年2月には当センター発足以来初となるワークショップ・交流会の開催、また同じく2月に小物販売を試行実施するなど、さまざまな取り組みを進めてきました。

今回は、準備委員会として最後の委員会となり、主に「会員の手づくり作品の販売による新たな独自事業の立ち上げ」について、事業開始までのスケジュールや販売場所、販売作品などの協議を行いました。



試行実施は10月からを予定しています。



詳細が決まりましたら会員の皆様へお知らせいたしますので、ぜひショップへお立ち寄りください。小物やアクセサリ、洋服など、素敵な作品が並び予定です。どうぞ楽しみに。



『会員の皆様が高齢になっても無理なく働き続けることができ、やりがいや生きがいを感じながら活躍できる機会の拡大』に努めるとともに、『様々な技能や経験を持つ会員の皆様が、その能力や技術を発揮できる機会を広げていけるよう』新たな就業環境づくりに取り組んでまいります。



傷害事故、賠償事故の発生状況

(各年度 5 月末現在)

| 区分 | 令和 8 年度 | 令和 7 年度 | 差 |
|------|---------|---------|-----|
| 傷害事故 | 4件 | 2件 | 2件 |
| 賠償事故 | 2件 | 3件 | ▲1件 |
| 計 | 6件 | 5件 | 1件 |

★6月の安全スローガン

危険予知
安全確保の
第一歩

令和8年度になり、2か月が過ぎました。4月からの累計で、傷害事故が4件（うち、転倒2件）、賠償事故が2件、合計6件発生し、残念ながら昨年の件数を上回っています。

賠償事故2件は、いずれも草刈り作業中の飛び石による車両への物損事故です。飛散防止ネットを適正に設置するとともに、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。

これから夏に向けて草刈りの依頼が多くなることから、より一層の注意が必要です。

また、本格的な「夏」に向け、真夏日や猛暑日の日も増える見通しです。暑さによる体力や注意力の低下により、事故が発生しやすくなりますので、事故を起こさないよう細心の注意を払いましょう。



熱中症予防のお知らせを 15 頁～18 頁に掲載しておりますので、ご覧ください。

せん定作業用の SKY シートを作成しました

当センターにおけるせん定業務では、毎年、傷害事故や賠償事故が頻発しており、安全対策の徹底が重要な課題となっています。そこで、事故を未然に防ぐための取り組みとして、「せん定業務シルバー危険予知 (SKY)」を作成し、令和8年度から運用しています。

SKY シートとは、作業前に危険を予測し、対策をとるためのチェックシートです。せん定作業をする場合は、このシートを活用し、事故やトラブルをなくし、安全な作業を目指しまししょう。

せん定作業に従事する皆様へ

作業前に必ず確認しまししょう！

送付に別冊したる。～せん定業務「シルバー危険予知 (SKY)」～

1. 依頼者とのコミュニケーションを丁寧に行いましょう

■ あいさつをしまししょう

- 作業を始める前に依頼者に全員であいさつし、名前を伝えてから現場に入るようにしまししょう。
- 明るく、相手を見て声をかけまししょう。

■ 依頼者に「作業内容」を再確認しまししょう

- 依頼者に作業内容を再度確認し、正しい読みで作業しないようにしまししょう。
- 依頼者から「少しだけ」、「あとこまで」等の要望を受けたときは、仕上がりイメージや具体的な範囲を確認した後に作業を始まししょう。



実際に作業をする前に

2. シルバー危険予知 (SKY) を実施しまししょう

■ 周囲の状況をよく確認しまししょう

- せん定場所の周囲にケーブル (電話線等) がはいか確認しまししょう。
作業の支障となるケーブルは、リボン等の目印をつけまししょう。
- 周囲の状況をよく確認して、作業者全員で共有しまししょう。
狭い場所では、三角巾はしご等の大きな道具を移動させる通路を確認しまししょう。
鉄の重ならないか確認しまししょう。
作業の支障となる物は安全な場所へ移動させまししょう。
- 樹下の安全確認をしまししょう。
根元の切り落としの際は、周囲に人がいないか、車等の財物に接触しないか確認しまししょう。
- 作業する足元が安全か確認しまししょう。
三脚、はしご等を安定した場所に正しく設置し、ロープ等で固定しまししょう。
- 脚立を使用する場合は、次のことにも注意しまししょう。
① 天窓には乗らない ② 脚立から降り出さない
③ トリマー等の道具は脚立の上で使わない

アンケート調査へのご協力をお願いします

ただいま、当センターと広島大学との共同による転倒防止に向けた調査研究の一環として、「就業高齢者における就労状況や生活習慣と転倒に関するアンケート調査」を実施することとし、準備を進めています。

このアンケートの調査対象は、**現在、就業している会員（シルバー以外で紹介された仕事を含む）の皆さん**で、就業している高齢者の仕事の状況や生活習慣、ストレスなどと、転倒や転倒への不安との関連を明らかにしたり、会員の皆さんの転倒防止に役立てたりすることを目的としております。

また、アンケート調査の結果については、今年度中にとりまとめ、会員の皆さんにも報告させていただきます。

なお、**広島市だけでなく、広く県域内のシルバー会員を対象**とする予定です。

アンケートが完成しましたら、改めて Smile to Smile や SNS などでご連絡させていただきますので、ご協力いただきますようお願い



交流カフェ

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

ボードゲームやニュースポーツ、切り絵同好会などのイベントも実施しておりますので、皆様ぜひお気軽にご参加ください。
（佐伯支部は第3金曜日にカフェのみ開催）



次回開催日

本部4階研修室

日時: **7** 月 **1** 日(水) 9:30~11:30

佐伯支部

日時: **6** 月 **19** 日(金) 9:30~11:30



「月刊シルバー人材センター」に掲載されました

シルバー人材センターの情報誌「月刊シルバー人材センター」6月号の特集「センターの会員拡大策」に当センターが取り上げられました。

当センターでは、女性会員の拡大と就業機会の開拓に重点的に取り組んでいます。

女性限定入会説明会やショッピングセンターでの入会相談会の開催、地域団体との提携による周知活動を進めるとともに、放課後児童クラブや平和関連業務など新たな就業分野の開拓を行ってきました。

その結果、新型コロナウイルスの感染拡大の影響もあり減少傾向にあった会員数は、令和4年度から増加に転じ、令和7年度には前年度比で324人増となりました。

今後も会員の皆様が生きがいとやりがいを持って活躍できるよう、会員拡大と就業機会の充実に努めてまいります。



センターの会員拡大策

全シ協では「第2次会員100万人達成計画」(平成30年度～令和6年度)の下、会員拡大を最重点課題として取り組んできたが、令和2年度以降はコロナ禍の影響もあり会員数の減少が続いている。令和7年度以降は「新たな仲間づくり計画」を指針として掲げ、改めて会員数の持続的な拡大に向けた取り組みを推進することとして、会員数の減少に歯止めをかけ、令和12年度までに会員数10万人超の増加を達成できるよう、効果が見込める施策を積極的に展開する方針を打ち出している。そこで、本号では会員増に注力している先進4センターの会員拡大策を取材した。

伊勢崎市SCは、会員増強に向けて「5本柱」の施策を展開し、入会者数を加速度的に増加させる大きな成果を上げた。横浜市SCは、会員の希望に沿った仕事開拓を軸に、会員獲得と退会抑制の両立を図っている。広島市SCは、女性会員の拡大と就業先開拓の両面から施策を展開、減少傾向にあった会員数が増加に転じた。熊本市SCでは、企業と合同の就業相談会を開催し、マッチングの場を広げることで新入会員を獲得している。



※「月刊シルバー人材センター」は本部、支部、出張所でご覧いただけます。

「月刊シルバー人材センター」は、シルバー人材センター等の活動・運営状況の紹介や、事業関係資料の提供、情報交換・交流を促進するための記事のほか、高齢者の暮らし、健康、趣味、投稿(作文、短歌、俳句)等を幅広く掲載しています。

スマイル トゥ スマイル 会員専用サイト「Smile to Smile」 スマートフォン・パソコンへの登録をお願いします!!

当センターでは、会員の皆様の仕事の内容などの就業条件は、原則として会員専用サイト「Smile to Smile」でお知らせしています。

- 「Smile to Smile」を利用するには、あらかじめ会員の皆様ご自身での登録が必要です。登録をすると、センターから依頼した仕事の内容をいつでもスマホ等で確認ができるうえ、配分金の明細や、センターからのお知らせなどをご覧いただけます。
- 未登録の場合は、書面での郵送や手渡しとなり、時間や来所の手間がかかりますので、できるだけ早く「Smile to Smile」の登録をお願いします。

「Smile to Smile」の便利な機能

- ① **センターからのお知らせ**
センターからの最新情報や会報「シルバーだより」を確認できます。
- ② **就業情報の確認**
募集しているお仕事に申込ができます。
- ③ **配分金明細の確認**
毎月の配分金明細を確認できます。（※派遣の給与は除きます。）
- ④ **就業条件明示の確認**
仕事の内容など就業条件が確認できます。

登録について

登録に必要なログイン情報等の関係資料をお渡ししますので、事務所へ来所又はお電話にてご連絡をお願いいたします。

新規入会の方には、**会員証に同封する**形で、資料をお送りしています。

未登録であっても、就業などの会員活動ができなくなるわけではありませんが、登録すればセンターからのお知らせや就業情報、配分金明細書等を確認することができますので、是非この機会に登録をご検討ください。

登録方法や使い方が
分からない方は次頁へ

「Smile to Smile」相談会のご案内です



「Smile to Smile」
未登録の方へ

スマイル トゥ スマイル

会員専用サイト「Smile to Smile」 相談会を開催しています!!



《その場ですぐ登録できます》

登録方法や使い方が分からない方は、ぜひご参加ください

- 「Smile to Smile」の登録や使用方法を支援する**会員サポーター**が懇切丁寧に対応します。
- 相談会は、以下のとおり各事務所で開催します。来所される場合は、事前にご連絡いただくとスムーズにご案内できます。

※ 令和8年5月～

| 開催場所 | 開催日 | 時間 |
|-------|-------------|---------|
| 本部 | 6月11日、7月9日 | 14時～16時 |
| 北支部 | 6月10日、7月8日 | 14時～16時 |
| 佐伯支部 | 6月17日、7月15日 | 9時～12時 |
| 安芸出張所 | 6月10日、7月8日 | 14時～16時 |

※ 上記開催日については、新人研修の日程により追加、変更となる場合があります。

《会員サポーターが登録を支援します》

本部および各支部・出張所で、令和7年2月から令和8年5月まで合わせて142回開催し、**440人**の会員さんに対し、登録や使い方のサポートを行いました。



受講生募集

会員が講師となって開催している文化教室では、7月～9月の受講生を募集しています。

夏号

シルバー人材センター 文化教室受講生募集

7～9月 令和8年

新 設 講 座

臨床死生学

～名誉教授と考える よき生・よき死との向き合い方～

第2・4金曜
13:00～15:00
8,940円/6回



初心者さんの夏糸でかぎ針編み

～鎖編み・細編み・長編みに挑戦～

第1・3木曜
10:00～12:00
8,940円/6回



ギター入門

～あの頃のフォークソングを演奏しよう～

第1・3金曜
13:00～14:30
8,940円/6回



今こそ！大正琴入門

～みんなで童謡・歌謡曲を奏でましょう～

第2・4水曜13:00～14:30
8,940円/6回



クラフトテープ

～3回で作る籠バッグ～

7/11.7/25.8/8 (土)
10:00～12:00
4,470円/3回



絵 と 書 に 親 し む

楽しいハガキ絵

第1金曜
13:30～15:30
4,470円/3回



植物画

第2・4木曜
10:00～12:00
8,940円/6回



楽しい水彩画

第1・3金曜
10:00～12:00
13:30～15:30
各8,940円/6回



水彩色鉛筆で小さな絵を描こう

第1・3木曜
14:30～16:00
8,940円/6回



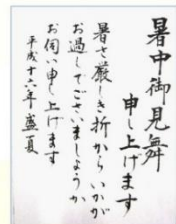
書道

第1・3木曜 13:00～15:00
第2・4木曜 13:00～15:00
各8,940円/6回



実用書道

第2・4土曜
10:00～12:00
8,940円/6回



【講師】 経験豊富なシルバー人材センターの会員 【対象】 16歳以上
【見学・体験】 無料（一部講座を除く） 【材料費】 別途必要な講座あり

場所 中区西白島町24-36 広島市中央老人福祉センター（中央公民館）2階
申込み・お問合せ シルバー人材センター TEL 082(223)1156 FAX 082(223)8528
E-mail hirosima@sjc.ne.jp



継 続 講 座

| 講座名 | 曜日/時間 | 受講料/回数 | | 講座名 | 曜日/時間 | 受講料/回数 | |
|----------------------------|-------------|---------------|--|--|-------------|---------------|--|
| まったく初めての川柳 | 第2・4金 | 8,940円 | | 日常英語を楽しむ | 第1・3水 | 8,940円 | |
| | 13:30~15:30 | 全6回 | | | 10:00~11:30 | 全6回 | |
| 英字新聞に親しもう | 第2・4金 | 8,940円 全6回 | | 学び直し英語 | 第2・4水 | 8,940円 | |
| | 10:30~12:00 | 全6回 | | | 10:00~11:30 | 全6回 | |
| 英語で広島ガイドにトライ! ~ヒロシマの復興~ | 第2・4水 | 8,940円 | | 韓国語入門 | 第2・4月 | 8,940円 | |
| | 10:30~12:00 | 全6回 | | | 13:00~15:00 | 全6回 | |
| 英語で平和公園の ガイドにトライ! | 第2・4水 | 8,940円 | | 韓国語中級 | 第2・4月 | 8,940円 | |
| | 13:30~15:00 | 全6回 | | | 10:00~12:00 | 全6回 | |
| ジュリーさんの ネイティブ英会話入門 | 第1・3土 | 8,940円 | | ~元ラジオパーソナリティが伝授~ 人前での話し方・声に自信が ない方対象レッスン | 第1・3土 | 8,940円 | |
| | 13:00~14:30 | 全6回 | | | 10:30~12:00 | 全6回 | |
| いすで茶の湯 裏千家 | 第2・4月 | 8,940円 | | いすで茶の湯 入門 | 第2・4月 | 8,940円 | |
| | 10:00~12:00 | 全6回 | | | 13:30~15:00 | 全6回 | |
| 布ぞうりを編む | 第1・3金 | 8,940円 | | 着物着付け | 第1・3木 | 8,940円 全6回 | |
| | 10:00~12:00 | 全6回 | | | 13:00~15:00 | 全6回 | |
| 夢誘う灯 ステンドグラス ~小物・アクセサリ~ | 第2・4木 | 8,940円 | | フラワーアレンジ | 第2・4土 | 8,940円 | |
| | 10:00~12:00 | 全6回 | | | 13:00~14:30 | 全6回 | |
| ハーダンガー刺繍 | 第2・4金 | 8,940円 | | 楽しいウクレレ教室 | 第2・4木 | 8,940円 | |
| | 13:00~15:00 | 全6回 | | | 10:00~12:00 | 全6回 | |
| シニアのための 健康フラ | 第2・4月 | 8,940円 | | フラダンス | 第1・3土 | 7,450円 | |
| | 13:30~15:30 | 全6回 | | | 10:00~12:00 | 全5回 | |
| リフォーム洋裁 | 第1・3水 | 8,940円 全6回 | | 大人のピアノ | 第1・3水 | 8,940円 全6回 | |
| | 13:00~15:00 | 全6回 | | | 10:00~12:00 | 全6回 | |
| | 第2・4水 | 8,940円 全6回 | | | 10:00~12:00 | 全6回 | |
| 歌声広場 | 第1・3土 | 8,940円 全6回 | | | 第2・4金 | 8,940円 全6回 | |
| | 10:00~12:00 | 全6回 | | 10:00~12:00 | 全6回 | | |
| | 第1・3水 | 8,940円 | | | 第2・4土 | 8,940円 全6回 | |
| | 13:30~15:00 | 全6回 | | | 10:00~12:00 | 全6回 | |

夏の一日講座



朗読～声に出して楽しむ童話～

6/17 (水)13:30～15:00

情景やリズムを大切に、朗読のポイントをおさえ、作品の世界を広げてみませんか？



水彩色鉛筆～にじみ・ぼかしを体験～

6/18 (木)14:30～16:00

水彩色鉛筆の魅力、『にじませ方』『ぼかし方』を体験してみましよう。
※材料費/500円



大正琴に挑戦～『きらきら星』～

6/24 (水)13:00～14:30 



初めてでも、久しぶりな方も、一緒に演奏しましょう。楽器をお持ちでない方には貸出があります。

植物画～バラを描く～

6/25 (木)
10:00～12:00

透明水彩絵の具を使って、バラを精密に描きます。
※材料費/500円



シニア世代の初めてのメロディー作り

6/26 (金)10:30～12:00



楽譜の読み書きができなくても大丈夫！短い言葉にメロディーを付けて楽しみましよう。

着物地で作るティッシュBOXカバー

7/4 (土)
13:00～15:00



卓上用、吊り下げ用の2種類を作ります。布は講師が準備します。※材料費/600円

柿崎不二子の料理教室

7/8 (水)10:00～12:00



様々な料理に使える簡単万能ドレッシングを作ります。
※材料費/1,000円

親子料理教室

7/29 (水)10:00～12:00



サクほろ食感のスノーポールと香ばしいプロヴァンスクッキーを作ります。
※材料費/1,000円(1組)

※対象：小学生以上のお子様と保護者

■参加費：各1,490円（教材費別途必要な講座あり）

■講師：シルバー会員 ■受講場所：中央公民館2F

【お申込み・お問い合わせ】広島市シルバー人材センター

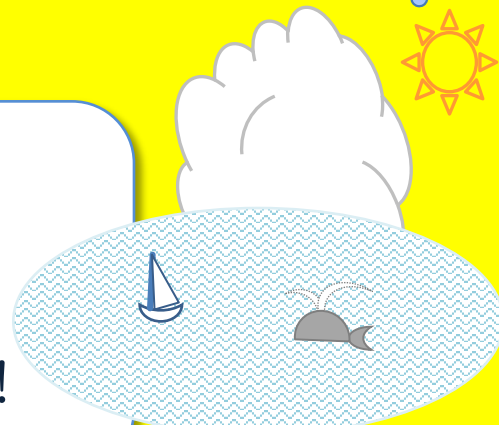
☎082-223-1156 FAX: 082-223-8528 ✉ hirosima@sjc.ne.jp



熱中症を予防して元気な夏を！



夏に向けて、熱中症になる人が増えてきます。
熱中症を知って、しっかり予防し、楽しい夏を過ごしましょう！



このリーフレットでは、熱中症の症状や応急手当を紹介しています。



体調に異変を感じた場合は、無理せず**119番通報**をしてください。

※消防庁が作成した全国版救急受診アプリ「Q助」や「救急車利用リーフレット」も合わせてご覧ください。

(下記のQRコードをスマートフォンなどで読み取ることで、簡単に接続できます)



Q助サイト



救急車利用リーフレット



熱中症とは？

温度や湿度が高い中で、体内の水分や塩分（ナトリウムなど）のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識の異常など、様々な障害をおこす症状のことです。

家の中でじっとしていても室温や湿度が高いため、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

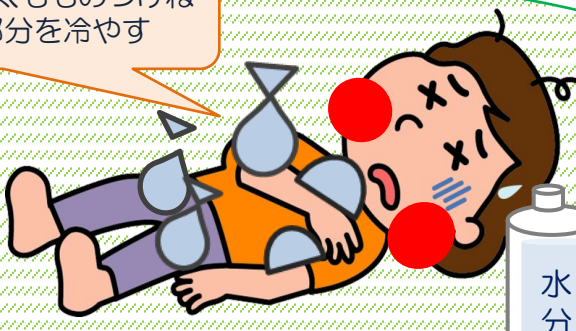
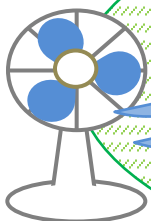
熱中症の分類と対処方法

| 重症度 | 症状 | 対処 | 医療機関への受診 |
|-----|--|--|---|
| ↓ | <ul style="list-style-type: none"> めまい 立ちくらみ こむら返り 手足のしびれ | <ul style="list-style-type: none"> 涼しい場所へ移動 安静 冷やした水分、塩分補給 | <ul style="list-style-type: none"> 症状が改善すれば受診の必要なし |
| | <ul style="list-style-type: none"> 頭痛 吐き気・吐いた 体がだるい 集中力や判断力の低下 | <ul style="list-style-type: none"> 涼しい場所へ移動 安静 衣類をゆるめ体を冷やす 十分な水分と塩分の補給 | <ul style="list-style-type: none"> 口から飲めない場合や、症状の改善が見られない場合は、受診が必要 |
| | <ul style="list-style-type: none"> 意識障害（受答えや会話がおかしい） けいれん 運動障害（普段通りに歩けないなど） 体が熱い | <ul style="list-style-type: none"> 涼しい場所へ移動 安静 衣類をゆるめ保冷剤などで冷やす | <ul style="list-style-type: none"> 急いで救急車を要請 |

熱中症の応急手当

- + 涼しい場所や日陰のある場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる
- + エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体を冷やす

首の周り・脇の下・太もものつけねなど太い血管の部分冷やす



飲めるようであれば水分をこまめに取らせる



持病をお持ちの方やお子さんは、かかりつけの医師とあらかじめ相談し、熱中症対策についてアドバイスをもらっておきましょう

熱中症は予防が大切です



熱中症は正しい知識を身につけることで、適切に予防することが可能です。

熱中症予防行動のポイントとして、以下の項目を心がけてください。



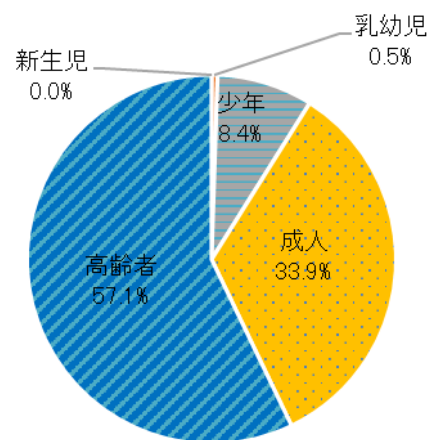
- 部屋の温度に注意し、エアコンや扇風機を上手に使いましょう。また、こまめに換気をしましょう。
- のどが渴いていなくてもこまめに水分補給をしましょう。
- 涼しい服装、日傘や帽子で暑さを避けましょう。
- 熱中症警戒アラート発表時は外出をできるだけ控え、暑さを避けましょう。

- ・熱中症による救急搬送人員の年齢区分別では、高齢者が半数以上を占めています。また、傷病程度別では、全体の3割以上の方は入院（重症・中等症）が必要でした。
 - ・発生場所別では、住居（敷地内全ての場所を含む）での発生が約4割を占めています。
- ※仕事場①：道路工事現場、工場、作業所等 仕事場②：田畑・森林、海・川等（農・林・畜・水産作業を行っている場合のみ）
 公衆(屋内)：不特定者が出入りする場所の屋内部分 公衆(屋外)：不特定者が出入りする場所の屋外部分

熱中症による救急搬送人員の内訳（令和7年）※5～9月の調査集計

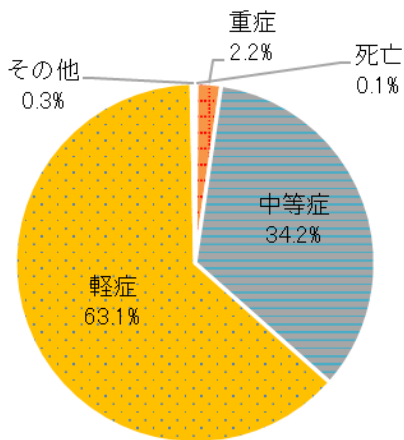
【年齢区分別】

高齢者が半数以上を占めています。



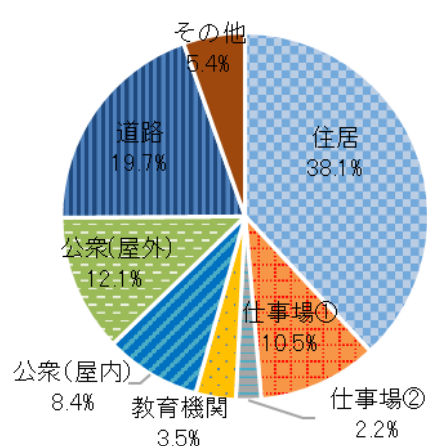
【初診時における傷病程度別】

全体の3割以上の方は入院（重症・中等症）が必要でした。



【発生場所別】

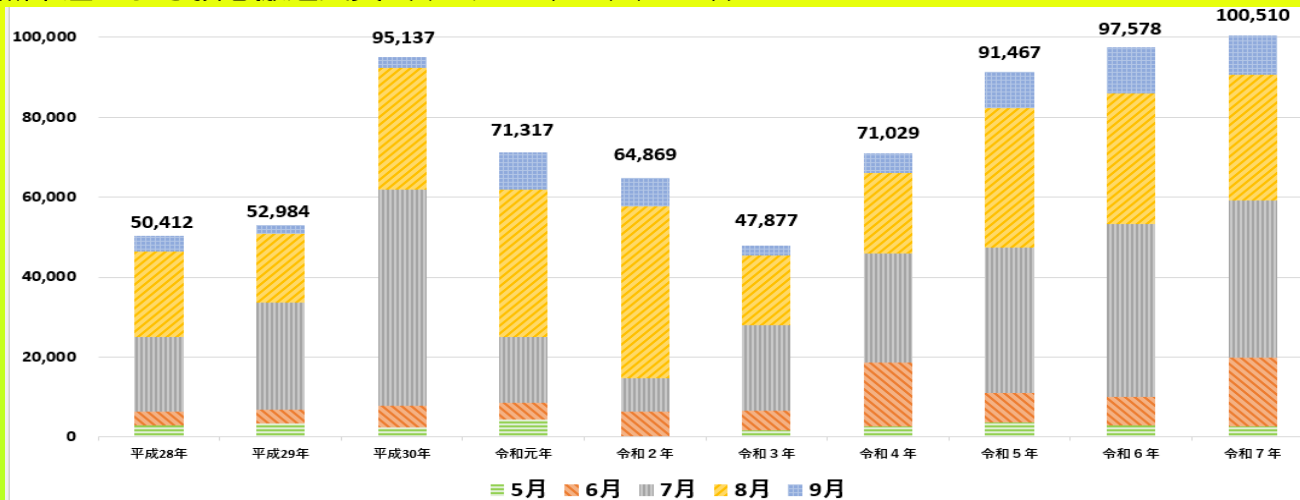
住居（敷地内全てを含む）での発生が約4割を占めています。



(注)端数処理(四捨五入)のため、割合・構成比の合計は100%にならない場合がある。

令和7年も非常に厳しい暑さが続き、救急搬送人員の累計は、調査を開始した平成20年以降で最も多い100,510人でした。特に6月は過去最多の搬送人員だったことから、早めの予防が重要であるといえます。

熱中症による救急搬送人員（平成28年～令和7年）※5～9月の調査集計（R2年は5月集計なし）



◆ 消防庁では「夏期における熱中症による救急搬送人員の調査」の速報を週ごとに公表しています。
 URL： <https://www.fdma.go.jp/disaster/heatstroke/post3.html#heatstroke01>

参考：環境省「熱中症環境保健マニュアル」

http://www.wbgt.env.go.jp/heatstroke_manual.php



消防庁

FDMA
 住民とともに

<https://www.fdma.go.jp/>

健康 ぷらざ

大人のあせも

— 広範囲なあせもは熱中症のリスクも —

長崎大学大学院医歯薬学総合研究科皮膚病態学 教授 室田 浩之

企画：
日本医師会

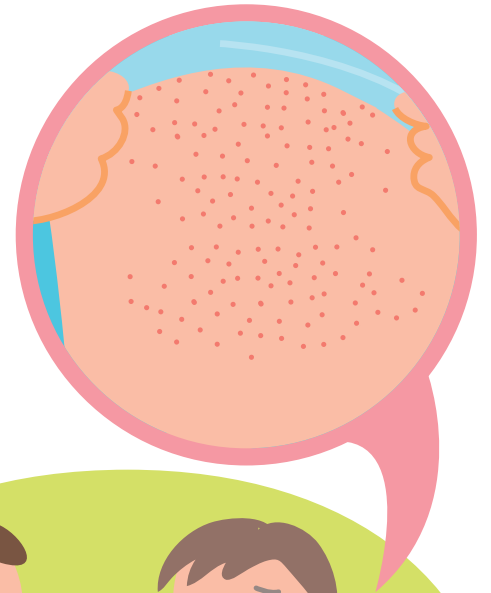
No. 602

原因

あせも(汗疹)は子どもに多い皮膚トラブルと思われがちですが、大人にもよく見られます。あせもは、汗の出口や通り道が詰まり、汗が皮膚の中に溜まることで起こります。高温多湿の環境や、通気性の悪い衣類を着ていること、かいた汗を長時間放置することなどが引き金になります。汗の通り道の詰まりが改善するまでには数週間かかることもあり、その間、一時的に汗が出にくくなることがあります。

症状と注意点

主な症状は、赤みを伴うぶつぶつや小さな水ぶくれと、かゆみです。特に夏場に、胸や背中など蒸れやすい場所によくできます。強く掻くと細菌感染を起こし、症状が悪化することがあります。また、広い範囲で汗が出にくくなると体温調節がうまくいかず、熱中症のリスクが高まる点にも注意が必要です。



セルフケアと治療

基本は皮膚を清潔に保ち、かいた汗を長時間放置しないことです。「汗をかいたらシャワーや流水で早めに洗い流す」「おしぼりなどで汗を拭き取る」「通気性の良い衣類に替える」といった対策が有効です。炎症やかゆみが強い場合には、外用薬による治療を行います。

かゆみを伴う赤いぶつぶつや水ぶくれが広範囲に及ぶ場合や、セルフケアを数日行っても改善しない時、「痛みがある」「じゅくじゅくしてきた」などの異常がある際は、皮膚科専門医を受診しましょう。

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。



健康ぷらざ
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。

協同労働学習会(東区)のご案内

協同労働学習会を、令和8年6月30日(火)10時から東区地域福祉センターで開催します。

今回は、東区牛田で困りごと支援を行っている協同労働団体『牛田サポートネット「ほおずき」』の活動内容の紹介などがあります。

地域課題の解決に向けて仲間と取り組む働き方について、一緒に学んでみませんか。
ホームページ：<https://kyodo-rodo.jp/news/453/>



ゲストスピーカー

「牛田サポートネット

『ほおずき』」

代表

木原 政弘さん

東区牛田で、学区社協や町内会と連携して、住民の皆さんの困りごと支援を行っています。

高齢化により単身世帯が多くなって、安心して暮らし続けることができるまちづくりに取り組んでいます。

参加費：無料

※ 参加をご希望の方は、広島市協同労働支援センターまでお申し込みください。

協同労働学習会(安芸区)を開催しました

5月28日(木)、安芸区地域福祉センターで協同労働学習会を開催し、約30人の皆さまにご参加いただきました。

今回は、安芸区の協同労働団体「おひさまSUN」の妹尾直美代表と妹尾亨事務局長をお迎えして、設立の経緯や活動内容についてご紹介いただきました。参加者からは、「団体の熱意が伝わった」「自分も何かできるのではないかと感じた」などの意見が聞かれ、協同労働について理解を深めていただくよい機会となりました。

学習会の最後には、シルバー人材センターの事業紹介も行いました。



協同労働団体紹介コーナー

真正面

活動地域: 東区福田

設立年度: 平成29年度



団体名の「真正面」(ましようめん)の由来は、東区福田地区にある活動拠点の地名です。

人口の減少や高齢化で増えた耕作放棄地を活用し、緑豊かな景観を守っています。ブルーベリーなどの農産物を生産して地元住民に向けて販売しています。地域のオレンジカフェ(認知症カフェ)運営にも協力しています。



大芝サポート隊

活動地域: 西区大芝

設立年度: 令和5年度



西区大芝で、地元を助け合いのある魅力いっぱいの地域にしていきたいとの思いで設立されました。

メンバーが経験や技能を活かし、困りごと支援を通じて住民が孤立しない地域づくりに取り組んでいます。

エルモ大芝とも連携し、地域から新庄之宮神社や公園の清掃も請け負っています。



協同労働団体イベントスケジュール

t o m o - n i

「ふくめぐり【服の交換会】～春夏服～」

6/13(土)、6/14(日) 10時~16時 ※15時30分受付終了

会場 LECT 1階イベントスペース

tomo-niさんの服の無料交換会「ふくめぐり」がLECTで開催されます!!

ぜひこの機会にお越しください。

※服の持ち込みをご希望の場合、受付にて持ち込み品のチェックがあります。

広島市協同労働支援センター

〒730-0005 広島市中区西白島町23-9

電話番号 082(554)4400

(土日祝を除く 8:30~17:15)

FAX 082(554)4401

E-mail kyodo-shien@sjc.ne.jp



ホームページ



Facebook



Instagram