

シルバーえにわ

平成31年
3月号



美と健康セミナー(1/29)

公益社団法人 恵庭市シルバー人材センター 第265号 平成31年3月1日発行

☆ 会員登録の継続と会費の納入について 〈皆様にお願い〉

平成31年度の会員登録と年会費納入の時期になりました。この手続きのため班長さんのご協力をいただいて会員の皆様のお宅を訪問させていただきます。

現在会員で継続を希望される方は継続登録となります。会費は互助会費と併せ年額3,000円で、納入は現金でお支払いいただく方法と、本年5月～9月の間に相当額以上の配分金を受ける会員は、配分金からの控除による方法(ただし、派遣就労による給与収入からは控除できません)があります。現金でお支払いの際は極力お釣りの発生がないようご協力願います。

皆様ご承知の通り、現在センターでは会員拡大運動を展開中です。是非とも会員を継続されますようお願いいたします。

なお、退会される方は「退会届」の提出が必要です。班長さんにその旨お申し出ください。

☆「特別入会登録説明会」を開催 〈知人・友人等にお誘いの一声お願いいたします〉

積極的な会員拡大を目指して、次の日程で出前説明会を開催します。ご近所にお住いの知人・友人等に是非とも一声参加の呼びかけをお願いいたします。

- ・ 3月11日(月) 13:30～ 恵庭市民会館(2階会議室)
- ・ 3月12日(火) 13:30～ 島松公民館(2階視聴覚室)
- ・ 3月13日(水) 13:30～ 恵み野会館(2階集会室)

このほかセンターの開催日程は次の通りです。

- ・ 3月19日(火) 13:00～ (定例開催日：毎月第3火曜日 13:00～)



☆屋根からの落雪や転落事故に気をつけましょう

雪解けの季節が到来しています。屋根からの落雪や転落事故が多発しておりその被害者の多くが高齢者です。屋根や道路の除雪時は十分注意しましょう。屋根からひとたび落ちると自力では這い上がれません。見つけるのも困難です。車の往来に気を配り、次の事項を守って除雪・落雪事故を無くしましょう。

- ・ハシゴを固定し、命綱をつける
- ・電線や電話線の切断や接触に注意
- ・単独作業は極力避ける
- ・気温が上昇しているときは落雪に特に注意

☆『安全運転講習会』開催

2月18日、千歳警察署から講師を招いて講義とドライブシュミレーターを使った実技からなる講習会が開催され、運転関連業務に就業している会員を中心に21名が参加した。

プロジェクターを活用した講義では、千歳警察署管内で最近発生した生々しい事故現場を動画や画像で発生原因なども詳しく解説した。

「車を運転している以上交通事故の危険性は常に存在しています。

自身が当事者とならないよう安全運転を常に心がけましょう」と呼び掛けた。

シートベルト全席着用を守ってください。JAFの調査によると前席の着用率は98～99%に及んでいるが、後部座席では30～40%に留まっており、もし着用していたら助かっていたらとされる事例もある。

また、飲酒運転周辺3罪(①車両等の提供禁止②酒類の提供禁止③同乗の禁止)にはそれぞれ罰則や過料があること。アルコールの代謝時間はビール0.5ℓで3～4時間、1.0ℓで6～7時間、1.5ℓで9～10時間かかるので充分注意してほしい。『飲んだら乗れんジャー』を肝に銘じてください。

そして最後に、車の運転では ①危険性を予測した防御運転 ②高齢者・歩行者・自転車への配慮 ③法定・指定速度の遵守を呼び掛けた。

一方、ドライブシュミレーターを使って右の写真のように実技が行われたが、使い慣れない機器のため苦戦する姿も見られたが次第にペースに乗って6～7分に及ぶ路上走行で各種の危機に遭遇し一時の油断も出来ない本番そのものの緊張の場面を乗り切った。

この実技の後各受講者は個人別に講評と今後の運転上気をつけるべき点などの指導を受けた。

講習会終了後受講者から「受講して非常に良かった」、「ほぼ毎日運転しているが、また気持ちを改めて安全運転に徹していきたい」とする声が聞かれた。また、昨年引き続き受講された会員I氏は「ドライブシュミレーターによる運転技術の評価点は昨年に比べて悪化、年のせいか運転技術の低下を自覚した。今年も受けてよかった」と語られた。



☆『美と健康セミナー〈手軽にできるリンパマッサージ〉』開催 【表紙の写真】

1月29日、当センター事業のPRと市民サービス並びに女性会員増強を目的に、初めての試みとなる女性向けセミナーを市民会館ホールで開催した。

講師は各地でセミナー講師としてご活躍の勝瀬美沙氏(エステティックサロン たちばな)、参加対象は、センター女性会員や市内在住の55歳以上の女性で35名が参加した。

セミナーは、はじめに講師による簡単にできるリンパマッサージは、リンパの流れを良くすることで体内にたまった老廃物の排泄を促進するので血流もよくなって肩こり、首、足のむくみを防止する効果があるなどの講義があった。

講師を含む3人のスタッフによる実技指導では、手の甲のマッサージ、皮膚の摩擦を軽減させるためクリームでパックしてのマッサージ手法、次いで顔のマッサージと続いた。そして最後に肌年齢の診断など個別指導も行われた。



セミナーは、午後2時に始まり2時間に満たない短時間で終了したが、会場は笑い合いながらの和気あいあいとした雰囲気の中で進められ、参加者からは次のような感想が聞かれた。

会員Aさん『リフレッシュできた。エステの方に手を揉んでもらって気持ちよかった』

会員Bさん『講義だけでなく手もマッサージしてくれてよかった。家でも簡単にできるし、暇をみながら続けていきたい』

市民Cさん『家で手軽にできるので参加してよかった。高齢の会員さんが元気だったのでびっくりした』

**ルルマップ
市民農園利用者募集**

50㎡ 6,000円 締切日：3月29日(金)
100㎡ 10,000円 照会先：センター/道見

☆就業先紹介コーナー

NO.20 派遣就業

(仕事先)
ロバパン(株) 恵庭工場

(仕事内容)
従業員送迎バス運転等

(仕事時間)
6:15 ~ 12:00 就業は1週間に3日

(就業会員)
久井孝史氏(恵み野地区)

(仕事歴)
1年6ヶ月

(仕事のモットーは?)
常に安全運転に努めること

(あなたにとって生きがいとは?)

健康管理に留意しつつ、仕事や日常生活を大切にしています。



腐葉土

まもなくお庭の手入れや花壇・家庭菜園の季節が到来!
公園や街路樹の落ち葉を腐葉土にした100%恵庭産です。
1袋20㍓ 400円・配送料~1袋20円、5袋以上無料
お承り：センター/小森



3 月 の 主 要 行 事



日 時	項 目	対 象	場 所
7日(木)15:00～	全道理事長会議	理事長	札幌市
11日(月)13:30～	特別入会登録説明会	入会希望者	恵庭市民会館
12日(火)13:30～	特別入会登録説明会	入会希望者	島松公民館
13日(水)13:30～	特別入会登録説明会	入会希望者	恵み野会館
15日(金)13:00～16:00	接 遇 研 修	会 員	市民会館2F大会議室
19日(火)13:00～	入 会 登 録 説 明 会	入会希望者	センター会議室
20日(水)10:00～11:00	地区長・班長会議	地区長・班長	センター会議室
20日(水)	就 業 等 相 談 日	会 員	センター会議室
22日(金)13:30～	広 報 委 員 会	広報委員	センター会議室
27日(水)13:30～15:00	安全就業推進委員会	安全委員	センター会議室
29日(金)13:30～	第 8 回 理 事 会	理事・監事	センター会議室

☆就業希望者募集〈申し込み・問合せ先/事務局・締め切り:決まり次第〉

○「指定職種」

1. 森林公園管理補助業務(盤尻) 男1名【締切日:3月20日】

○「一般職種」

1. マックスバリュ恵庭店(恵央町)品出し業務ほか 男女1名
2. ウイズハウス(駒場町)施設内清掃業務 男女若干名
3. 総合体育館(黄金中央)屋内清掃業務 男女若干名
4. ジケイ・スペース(株)(恵み野西5)厨房作業 男女若干名
5. (株)エア・ウォーター農園(千歳市釜加)トマトの袋詰め 男女10名
6. 市広報紙配布業務(各戸配布)～中島町2、3丁目～ 男女1名
7. 岡田建具製作所(黄金南)木材加工・清掃業務 男女2名
8. ジケイ・スペース(株)(恵み野駅前～里美側)厨房作業 女若干名
9. 集草業務(シルバーセンター作業班) 男4名



安全第一

○どんな仕事なの? 貴方のため就業現場見学会を行います～問い合わせなど/センター

☆配分金振込日のお知らせ:2月分は3月20日

☆事業実績状況

31年1月実績	前年同月比	30年度4～1月累計	前年同期比
17,921千円	+10.3%	241,607千円	+3.3%

☆会員登録状況(人)

区 分	2/1 現在	入 会	退 会	3/1 現在	前年 3/1	目 標
男	462	6	1	467	439	30年度末 642 あと10
女	163	2	0	165	160	
計	625	8	1	632	599	



訃 報 謹んでお悔やみ申し上げます

● 島松地区 鎌田尚彦さん 平成31年2月20日ご逝去

公益社団法人 恵庭市シルバー人材センター 〒061-1416 恵庭市桜町3丁目8番18号
 ☎0123-34-0311 [FAX] 0123-34-0142 [HP] <http://eniwa-silver.hs.plala.or.jp/>
 *お願い: 電話でのお問い合わせ・照会等は 8時45分～17時15分(土日・祝日を除く)

この広報紙は地区長・班長さんのご協力で会員の皆さんに配布されています