



月刊

～会員と事務局をつなぐハートフル通信～

Communication 8月号

Vol. 87

令和7年度「第31回三好いいじゃんまつり」に参加します

今年もシルバー人材センターは会員・職員で有志を募り、「シルバー人材センター踊り連」を結成し、8月23日（土）開催の三好いいじゃんまつりに参加します。

7月から本番までの間、暑い中、練習に励んでいます。

応援よろしくお願いします。



ケーブルテレビで生中継されます



●放送予定：8月23日（土）18：15～21：00

●チャンネル：ひまわり(地上11ch)



防災訓練会開催のお知らせ

日時：令和7年9月4日（木）午後1時30分から午後3時30分まで

場所：三好公園総合体育館2階柔道場

●AEDによる救命講習を予定しています。
就業中のいざという時に、即座にAEDを使うことができるようになるために是非ご参加ください。

●参加者には3ポイントを付与します。



注意

作業中の事故に注意！

熱中症

- 草刈作業中の飛び石事故や物損事故、熱中症など、作業中の事故が多発しています。
- 草刈作業においては、飛び石の危険性や斜面などの危険個所について、作業前に作業する会員全員で情報共有を行うとともに、飛び石防護ネットを必ず使用してください。
- シルバーの就業に限り、センター事務局では、飛び石を軽減するためのカルマー（飛び石防止草刈機）の貸出しをしておりますので、ぜひご活用ください。
- また、作業中は自身を守るため、必ずヘルメットの着用を、状況によっては安全ベルトの着用をお願いします。
- 今年は日本の歴代最高気温が更新されるなど、近年と比べさらに暑い日が続いており、屋内屋外問わず熱中症への注意が必要です。

【熱中症予防のポイント】

- ①定期的に水分を摂ることで、のどが渇く前に水分を摂取する
- ②少量ずつこまめに飲む
- ③水分だけでなく塩分やミネラルも補給する
- ④定期的に休憩を挟む
- ⑤朝食は必ず食べる



といったことが効果的とされています。

万が一「呼びかけに反応しない」「手足がガクガク震える」「自力で立てない」といった症状が現れた場合は迷わず救急車を呼んでください。

秋の市内清掃ボランティア

令和7年9月23日（火・祝日）
午前8時から互助会清掃美化活動を行います。（雨天中止）

今回は福谷三好線沿道の清掃活動を一斉に行います。

参加者は3ポイント付与され、活動後はかき氷がふるまわれます。軍手、草刈鎌（お持ちの方は）を持参し、汚れてもいい服装でご参加ください。

※詳しくは同封した資料をご覧ください。



会員募集

草刈、清掃、内職作業の依頼が多く、会員が不足しております。

「働きたいが、仕事が見つからない」といった市内在住の60歳以上の方が身近にいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。

紹介した会員には、2ポイント付与します。

編集後記

健康の第一歩は食事から、という言葉があるように、食事は長寿の根幹を支えるものとなっています。

暑いからと言って疎かにせず、必ず3食しっかり食べるよう心がけましょう。

【編集・校正】事務局 原田