

事務局だより

第160号 平成30年5月14日発行
(公社) 下松市シルバー人材センター
電話 44-2600
FAX 44-2602

☆ 平成30年度が始まりました

平成30年度が始まりましたが、ゆっくりと季節の変化を楽しむ間もないまま、桜が散り、新緑の季節となりました。

今年は、春先より気温の高い日が続いたり、日中と夜間の温度差の大きい日があったりで、体が対応できないことがありました。

これから梅雨や夏を迎えることとなりますが、私たちが思い描いていた季節感や気温の変化とは異なる季節が生まれてきているような気がしています。

会員の皆様には、健康に十分気を付けていただき、家族全員お元気でお過ごしください。

☆ 定時総会の開催について(お知らせ)

○ 日 時 5月29日(火) 10時00分～
定時総会

○ 場 所 下松市勤労者総合福祉センター
※ 9時50分までに受付を済ませて下さい。

上記日程で、今年度の定時総会を開催しますので、ご出席くださいますようご案内します。

なお、事前に「議案書」を送付しますので、総会当日必ずご持参ください。

また、ご案内の期日までに、全員「出欠届」を提出してください。

総会当日、欠席される会員の方は、「出欠届」と併せて「委任状」に署名・押印の上、提出してください。

☆ 会費の納入について(お願い)

「平成30年度会費(年額2,400円)」を、4月1日から5月31日の期間に、納入していただくようお願いしています。

会費の納入が、まだお済みでない会員の方は、期間内に納入いただきますよう、重ねてお願いします。

定時総会の当日も、会費の受領をしますので、納入されていない方は、お忘れなく納入をお願いします。

お知らせ

☆ 「安全・適正就業推進大会」開催のご案内

本年度も、安全及び適正就業の推進を図るため、「安全・適正就業推進大会」を下記日程で開催します。

日 時 平成 30 年 7 月 14 日（土）午前 10:00～
場 所 市民交流拠点施設「ほしらんどくだまつ」（下松中央公民館）
詳細については、改めてご案内します。
会員の皆さんは、是非参加してください。

☆ 会員募集について

私たちシルバー人材センターが、地域社会の様々なニーズに応じて役割を果たしていくためには、会員の増強が不可欠です。

会員の獲得については、市広報やマスメディア等を活用して入会の推進を図ることで、毎年一定の成果を得ています。

しかし、会員本人より「高齢になってきた」、「家族の病気や介護が必要になってきた」という理由により、退会を申し出る数も増加してきています。

このような現状を変え、就業できる会員を増やしていくために、現会員の皆さんの協力が必要となっています。

「会員一人一会員獲得運動」に、ご協力をお願いします。

☆ 交通安全について

本格的な高齢社会を迎える中、近年、歩行中あるいは自転車乗用中の事故を中心に高齢者の交通事故が多発してきており、高齢者の交通事故の防止が重要な課題となっています。

会員の皆さんも、日常生活の中や就業先への行き帰り等、交通事故に気をつけていただきたいと思います。

夜間・薄暮時は、特に次の事に気をつけましょう

- ◆ 明るい色の服装をし、反射材をつけましょう
- ◆ 道路の横断は、明るい場所を選んでわたりましょう

☆ 朝ごはんを食べましょう

脳の活動エネルギーは主にブドウ糖の働きによるものですが、ブドウ糖は体内に大量に貯蔵しておくことができないので、すぐ不足してしまいます。

朝起きた時の脳は、エネルギーが欠乏した状態になっているので、朝ごはんを抜くと、脳のエネルギーが不足したままとなり、集中力や記憶力の低下などにつながります。

朝はしっかりご飯を食べ、脳のエネルギー不足、集中力や記憶力の低下を招かないようにしましょう。また、いろいろな食品を食べ、必要とされる様々な栄養素を十分取るようにしましょう。