

# あじさいだより

第28号 平成29年9月15日発行  
(公社)下松市シルバー人材センター  
家事援助班

猛暑の夏が過ぎ、朝夕は気温の下がる日も増え秋の気配を感じるようになりました。

この度、家事援助の担当になりました難波です。入社してあっという間に3カ月が過ぎましたが、「初めまして・・・」の会員さんも沢山いらっしゃると思います。まだまだ慣れないことばかりですが、早く会員さんの顔と名前を覚え、明るく・楽しく・元気に皆さんと共に頑張っていきたいと思っています。これからお願いをする事も多々あると思いますが、今後ともご協力の程宜しくお願い致します。

(事務局 難波)

※ **就業関係で行き詰った事やトラブル、就業の依頼がない等の悩みがありましたらお気軽に事務局にご相談ください。**

《事務局 ☎ 44-2600》



## 健康教室・小物づくり教室のご案内



健康一番! どなたでもお気軽に、ふるってご参加下さい!

**健康教室** 毎月第1木曜日9時30分~10時45分 下松市勤労者総合福祉センター

開催日時	講習内容	開催日時	講習内容
H29・10/5(木)	脳トレリズム体操	H30・1/11(木)	腰痛改善予防体操
H29・11/2(木)	体幹を意識して体を動かそう	H30・2/1(木)	姿勢を良くして元気な体
H29・12/7(木)	肩こり改善予防体操	H30・3/1(木)	毎日続けていきいき楽しい生活

**小物づくり教室** 毎月第2水曜日13時~15時 下松市勤労者総合福祉センター

開催日時	講習内容	開催日時	講習内容
H29・10/11(水)	羽子板	H30・1/10(水)	さげもん
H29・11/8(水)	クリスマスリース	H30・2/14(水)	桃の節句
H29・12/13(水)	干支 いぬ	H30・3/14(水)	動物のポーチ



## 行事のご案内



平成29年度 第3回 明るく・楽しく・元気に交流会!!

開催日時	平成29年11月29日(水) 10時~12時
講習内容	リズム体操 講師 田引佳子先生 (運動のできる服装でご参加ください)
場所	下松市勤労者総合福祉センター 体育室

※お申し込みは、電話でも受け付けます。【ご連絡先】シルバー事務局 ☎44-2600

# 会員の声

(敬称略)



**原 尚子** 家事援助班

この度、総会に於いて入会 10 年目の表彰をしていただきました。10 年ひと昔と言われていますが、シルバーに入会して家事援助班に加わり、色々な仕事に声をかけてもらい、皆さんの中に入って働きながら、沢山の仲間と出会い、とても充実した日々を過ごしてきたように思います。最近は年齢を意識してか、以前のように動けない自分に「ハッ・・・！」とすることが多くなりました。

大勢の人の中で協調することの難しさ、一緒になって遊べる楽しさを共に経験できたことも私の糧になりました。まだまだ大丈夫！！もう少し頑張ってみようと思っています。

今後共、皆様よろしくお付き合いくださいますように・・・お願いします。



**永富 友子** 家事援助班

65歳を過ぎ、家でボーッと過ごす毎日・・・そんな時、知人からシルバー人材センターの話を知りました。すぐに入会を決め、「布俱樂部」に入りました。子どもの頃から好きだった小物づくりで、出来上がった物を友人にプレゼントするのが今は楽しみの一つです。今まで人付き合いが苦手だった私でしたが、今では毎週水曜日の「布俱樂部」を楽しみにしています。不器用だからと思う必要はありません。一度見学に来て賑やかな様子を見て下さい。先生・会員の皆様、これからもよろしくお願いします。

また仕事では、夏の海水浴場の掃除を請けました。作業していると、「毎日きれいですね」とお客さんからの言葉に思わずニコッ(^\_^)♪ 暑い中の作業も頑張れました！！



**曾田 八重子** 家事援助班

勤総センター内の掃除をしています。お昼までの一週間交替なのですが、なんと一週間の早いこと。気が付けば土曜日・・・あと 1 日です。シルバーの会員さん、お客様と顔なじみになり、何気ない会話の中で元気をもらったり考えさせられたり、人生の勉強です。

体育室・トレーニング室を利用される方々、皆さん元気に生き生きと楽しんでおられます。仲間と笑って、叫んで過ごせること幸せですね。私は年数回の、明るく・楽しく・元気に交流会、毎月の小物づくり教室、年 1 回の親睦旅行等、シルバーの行事にはなるべく参加するようにしています。楽しいですよ！！まだの方、ぜひ一度参加してみませんか・・・色々な人との出会い！！それもこうして仕事をしているからでしょう。

まだまだシルバーでは若い方！？！先輩方に教を請うて、何事にも挑戦して日々元気で楽しく生きたいと思います。