

シルバー流山

(1)

第 52 号 平成 18 年 10 月 15 日

発 行 社団法人 流山市シルバー人材センター

〒270-0114 流山市東初石 3-403-48

URL : <http://www.sjc.ne.jp/nagareyama/>

会 長 初野 正夫

T E L 04-7155-3669

E-mail : nagareyama@sjc.ne.jp

10

互助会 那須塩原温泉郷親睦の旅

数日前より、10月1日は雨模様との天気予報でしたが会員の皆様の普段の心掛け宜しく当日は青空が見える程の旅行日和になり、45名の会員を乗せた大型観光バスは午前9時過ぎに流山市を出発し一路塩原温泉郷に向かって走り出しました。さて、バスの中は互助会の浅野会長のパソコンによる手作りのパンフレットの観光案内が配布され、前会長の小池さんの名ガイドで楽しみが倍増しました。また、新聞に掲載された内容のクイズで楽しみ正解者には時計等の賞品が渡されバスの中は笑いが絶えることなく当地に着きました。

昼食後、観光案内に従い「もみじ谷大吊橋」「回顧(みかえり)の吊橋」と渡り、橋の中程では震度5以上の揺れを体験し歩きながら酔いを感じる面白さを経験しました。「回顧の滝」「竜化(りゅうか)の滝」など上り下りと大分歩きましたが、素晴らしい景色の滝をバックにカメラのシャッターが盛んに押されました。いよいよ楽しみの宴会は、シルバーセンター初野会長・浅野互助会長の挨拶に始まり加藤副会長の乾杯で開宴になりました。いやもう皆様の芸達者の方が多く、特に中村さんの「奴さん」の手踊りは本職踊、次に石野目さんの横笛に鉦の「阿波踊り」と皆々お見事。カラオケは、皆様次から次へと盛んなこと。大変楽しく盛り上がりました。

翌日は、生憎の雨でしたが昼頃には上がり「もみじライン」を通り「龍王峡」を見学し、日光杉並木を走り東北道から流山市へ無事帰宅し楽しい2日間を過ごしました。次回も、多数の方の参加をお願いいたします。

(狼 次郎・記)



安全は希望の明日(あした)もお約束

委員会



『事業運営推進委員会』

10月3日午後、第5回の委員会が開催され就業開拓・会員募集・事業普及活動等を計画し作業を実施しています。市内の法人65先宛に就業依頼文を郵送しました。シルバーの紹介とアンケートを同封し、回答をいただいた先に直接訪問して詳細の打ち合わせを行うこととしています。会員募集の一環として、自治会を通じて市内全域に回覧をしていただく方法ですすめています。事業普及活動として10月6日(当日雨天のため、下旬に延期)に植木剪定と除草講習会を一般市民を含めて予定しました。ボランティア活動として、10月29日(日)9時からシルバー会員で下花輪周辺の清掃を行うことにしました。皆さんも、ぜひご参加ください。指定管理者制度の動向について、流山市では平成19年度は公共施設の指定管理者制度を採用せず平成20年度を予定しているとのことです。

(加藤吉彦・記)

『安全就業対策委員会』 ヒヤリ ハット体験募集!!

昨年に続き「ヒヤリ、ハット体験」を募集します。安全は何よりも最優先です。作業中及び自転車・バイクなど出退勤時に、身近で起きたヒヤリ、ハットした時の体験を募集します。氏名・住所・地区を明記の上、10月31日までに事務局に提出してください。採用者を表彰し、応募者に記念品を贈呈します。11月の会報で、発表します。

(渡辺俊彦・記)

互助会

『運動会』開催迫る!! 10月22日(日)

- ・10月22日(日)は、運動会です。参加希望で申し込みが未了の方は、電話申し込みで結構です至急事務局にご連絡ください。準備の都合で10月16日(月)で締め切りとします。



『親睦旅行』

- ・10月1日~2日の親睦旅行は、当日不参加者もなく全員45名で和やかに親睦の旅を終えることができました。ありがとうございました。

『パソコン同好会』

9月25日定例会開催。四方田さんから、来年新発売のMicrosoft WinのVISTAとオフィス2007B版の説明を受け、実際にPCに搭載したテスト版ソフトを操作しました。ツールバーなど画面が大きく変わっていますが、使い始めると操作が簡略化されていて使いやすそうな印象です。これから、情報の収集が必要になります。

(加藤吉彦・記)

『囲碁同好会』

囲碁大会を開催します。日時：11月26日(日)午前10時~午後5時、場所：コミュニティプラザ、会費：500円、申込閉切：11月18日。ご参加をお待ちしています。

(問：小林 7154-8172)

(小林富二男・記)

職場紹介

西深井福祉会館

私達の職場は流山市の北端、運河に程近く樹木に囲まれた静かな田園の中の平屋の建物です。この自然環境を地域の自治会などと一緒に守って行くのが私共、管理員の一番の務めとなっております。我々管理員のモットーは利用者・勤務員の『安全第一』と『さりげない親切』で老人に限らず、学生若者もこの環境が好きな様でリピーターが殖えております。

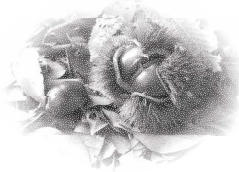
例えば街中では苦情が出たりしてとって出来ない太鼓の練習も、此处では心おきなく出来るメリットもあります、又私共の事務室にそっとお花を活けて下さる心温まる交流が生甲斐でしょうか.....理想は困った時の西深井福祉会館です。

日頃、何かと疎遠気味の私達ですので名前を列挙しますので宜しくご交誼をお願い申し上げます。写真左から中澤三郎・嶋口 実・上野雅司・溝上 勝・松田 明です。

(松田 明・記)



トピックス



知ってよかった！！ 「睡眠時無呼吸症候群は万病のもと」

健康講座 3

睡眠中に 10 秒以上の無呼吸が一晩（7 時間以上の睡眠中）に 30 回以上生じる病態を S A S（睡眠時無呼吸症候群）と定義付けされています。次の 3 タイプがあります。

1. 閉鎖型

S A S の中で最も多く睡眠中に上気道がふさがって呼吸ができなくなるタイプです。

2. 中枢型

脳の中枢部分の働きに異常があり閉鎖型に比べると、いびきも少なく、夜中によく目がさめてしまい不眠を訴えるケース。

3. 混合型

閉鎖型と中枢型が混在しているタイプです。

いびきをかく人には、肥満の人が多いというイメージがありますが、事実肥満の男性に多くみられます。

S A S の病状には、

睡眠中に呼吸が止まる 肥満 熟睡感がなく、だるさを感じる 疲労感や集中力が低下する 勃起機能不全
 大きないびきをかく 口やのどが乾いて口臭がある
 日中、強い眠気を感じる 朝頭痛がする 不眠症

S A S と診断される病状としては、

上記の他に（頻繁に目がさめる、頻繁にトイレに立つ、寝汗をかくことが多い）があげられます。成人病の合併症を起こす原因にもなりますのでご注意ください。

(浅野正勝・記)



安全で笑顔で働く明るい職場

事務局だより

10月の予定			11月の予定		
日	曜	行事予定	日	曜	行事予定
15	日	PC教室	1	水	会員互助会親睦旅行2日まで
16	月	幹部会 登録説明会 理事会 広報10月号発行	2	木	
17	火	ちばシルバーフェア2006 22日まで	3	金	
18	水		4	土	PC教室 学習教室
19	木	県シ連設立10周年講演 役職員交流研修会	5	日	PC教室
20	金	配分金支払い 県シ連事務局長会議	6	月	安全・適正合同委員会
21	土	PC教室 学習教室	7	火	安全パトロール 視障子講習会
22	日	会員互助会運動会PC教室	8	水	視障子講習会
23	月	PC同好会9時30分シルバー2F	9	木	書道教室 視障子講習会
24	火	植木・草刈講習会9時卸センター	10	金	視障子講習会
25	水	鎌ヶ谷市シルバー人材センター記念式典	11	土	PC教室 学習教室
26	木	書道教室	12	日	PC教室
27	金		13	月	幹部会 登録説明会 理事会 グランドゴルフ
28	土	PC教室 学習教室	14	火	
29	日	環境美化活動(下花輪福祉会館付近) PC教室	15	水	広報11月号発行
30	月	福祉会館館長会議14:00 俳句同好会16:00			
31	火				

新会員の紹介 内数字は地区名「敬称略」

小谷六一 吉岡邦夫 高村忠男 岸良敦夫 佐藤和平 花野韶 清水正治 堀越昇 土田善正
就業情報 詳細は事務局田村まで 電話 7155-3669

ヨーカ堂の清掃及び商品品出し作業 ヨークマート平和台店の商品運搬 資源物の分別作業

18年度会費未納の方は納入をお願いします。会費2,400円(会員互助会費1,200円含む)です。

SP講習会のお知らせ

視・障子・網戸張替え講習会 日時:11月7日～10日 9時～13時 場所:シルバー人材センター

福祉家事援助サービス講習会 日時:11月24日10時～13時 場所:シルバー人材センター

一般家庭の清掃を中心に訪問清掃のポイントを講習します。

ちばシルバーフェア2006の開催

日程:10月17日～22日 会場:千葉市美術館市民ギャラリー 乞うご来場!!

環境美化ボランティア(清掃)活動にご協力ください!!

シルバーセンターでは、ボランティア活動として「市の環境美化運動」に下記により参加します。

期日:10月29日(日) 午前9時より 現地集合 小雨決行・雨天中止

場所:下花輪福祉会館「ほっとプラザ下花輪」の周辺地域の清掃 多数の参加をお願いします。

編集後記

安倍政権が動きだしましたが、早くも週刊誌等は批判記事でいっぱいです。批判に惑わされずに、実をあげていただきたいと思います。今月号は旅行記事を一面にしました。秋の行事、運動会は10月22日に開催されますがこの模様は次号でご報告します。

<編集委員>

浅野正勝 小林富二男
藤野 格 小竹信子
狼 次郎 加藤吉彦
塚田正信

安全をいつも心に言い聞かせ