

流山シルバー

第 155 号 平成 27 年 5 月 15 日

発 行 公益社団法人 流山市シルバー人材センター TEL 04-7155-3669

〒270-0114 流山市東初石 3-103-18 FAX 04-7154-1839

URL : <http://www.sjc.ne.jp/nagareyama/> E-mail : nagareyama@sjc.ne.jp

5

高齢者の健康

『あなたのお口は健康ですか?』

何でもおいしく食べられる幸せは健康なお口があってこそ。ところで、何でもおいしく食べられるために最低限必要な歯の本数は何本とされているか、ご存知ですか? 答えは 20 本です。厚生労働省が推進する「8020 運動」これは 80 歳で 20 本以上の歯を残せば、健康で豊かな生活をおくることができるとされています。一度、ご自分のお口の中をよく観察して次の質問（セルフチェック）にひとつでも該当するようでしたら、歯科医院への受診をおすすめします。

- ① 疲れた時、体調不良の時に歯ぐきが腫れる。
- ② 歯みがきをすると必ず歯ぐきから出血する。
- ③ 歯がグラグラ動く。
- ④ たばこを吸っている。
- ⑤ 歯の抜けたところをそのまま放置している。
- ⑥ 合わない入れ歯をそのまま使用している。
- ⑦ かかりつけの歯科医院が無い。



質問①から③は日本人の歯を失う原因第 1 位の歯周病の症状です。歯周病は 20 代で既に約 7 割の人がかかっているといわれ、長い年数を経て歯を支えている骨を徐々に溶かします。①から③のような症状が出ている場合は歯周病が進行しています。④のたばこは歯周病の症状を悪化させ、歯と歯ぐきの着色、口臭がひどくなります。

⑤は抜けた歯の周囲が傾き、かみ合わせが変わってしまいます。⑥は合わない入れ歯を使い続けると支えている歯ぐきが急激にやせてしまい残っている歯に負担をかけてしまいます。⑦は今後、ご家族を含め往診が必要となった場合にかかりつけの歯科医院があると安心です。

セルフチェックの結果はいかがでしたか? 皆様がいつまでも、元気でお仕事をする秘訣は歯を大切にすることです。

【歯を大切にポイント】

- 歯ブラシ以外にも歯間ブラシや糸ようじ等を使いましょう。
- かかりつけ歯科医をもち、定期的に歯科健診やメンテナンスを受けましょう。
- 鏡でご自分の歯や歯ぐきの状態を観察する習慣をつけましょう。
- 唾液がよく出るように、よく噛んで食べましょう。

よく噛んで
食べましょう



流山市では平成 26 年 7 月 1 日に『流山市歯と口腔の健康づくり推進条例』を施行しました。市民の皆様には、歯と口腔の健康づくりに関する正しい知識及び理解を深め、自らの歯と口腔の健康づくりに積極的に取り組むよう努めることが条例に定められています。皆様には流山市歯周病検診などの歯科保健サービスをご利用いただき、歯と口腔の健康の保持に努めていただきたいと思います。

資料提供: 流山市役所健康増進課(保健センター)

流山市から平成 27 年度の「流山市保健だより」が各家庭に配布されています。
定期的に健康診断を受けましょう。

高めよう自主・自立・共働・共助の基本理念

理事会

活動報告

『平成 27 年度第 1 回理事会』 4 月 6 日 (月)

【報告事項】

- ① シルバー事務局職員の新任（飯泉貞雄）・異動（栗田徹）の報告がありました。
- ② 2 月のシルバーの運営状況は、順調に推移しています。受注件数・契約金額ともに、前年同期の実績を上回りました。
- ③ 安全就業対策委員会より、3 月 6 日に植栽作業中の安全パトロール、3 月 14 日に植栽で使用する器具の点検を実施したことの報告がありました。
- ④ 広報編集委員会より、全面改訂された「会員のしおり」を、会報 4 月号と一緒に全会員に配布する旨、報告がありました。
- ⑤ 市役所の封筒と自治会の回覧板に、シルバーの広告を掲載しました。

【協議事項】

- ① 3 月の新入会員 4 名（男性 2 名・女性 2 名）の承認と退会会員 33 名の報告がありました。3 月 31 日現在の会員数は、727 名（男性 593 名・女性 134 名）です。
- ② 6 月 7 日に開催される平成 27 年度定時総会に向けての準備スケジュールについて説明があり、問題点を協議しました。総会の議案書は、会報 5 月号と一緒に、会員に配布することになりました。
- ③ 班長 2 名の委嘱について提案があり、承認されました。
- ④ 新規事業について、事業運営推進委員会で協議することになりました。
- ⑤ 成年後見人制度についてのプロジェクトチームを立ち上げることを協議しました。
- ⑥ シルバーの仕事紹介と会員募集の案内が記載されたチラシが出来上がり、イベントや施設などで積極的に配布することにしました。
(今野 弘志・記)

委員会

『事業運営推進委員会』 5 月 7 日 (木)

- ①センター事業運営状況 ②会員の状況（新入会員及び退会会員）③各委員会の活動状況 ④平成 27 年度定時総会提出議案の検討 ⑤総会当日までの準備・体制と役割分担 ⑥事務所の改修工事の現況報告 ⑦植栽グループの配分金変更について 協議しました。
(平澤 正征・記)

『安全就業対策委員会』 4 月 3 日 (金)

松田、工藤、三浦の 3 委員で安全パトロールを実施しました。今回は、駅前自転車駐車場の整理業務を対象とし、運河駅では小宮会員、江戸川台駅では山田会員、初石駅では関会員と面談しました。

各職場に対しては、会員の健康管理、自転車移動の際の破損防止、利用者とのトラブルを避けるための対応に心がけるようお願いをしました。
(三浦 春夫・記)

『適正就業委員会』 4 月 17 日 (金)

新年度の活動方針の確認を行い、特に安全就業対策委員会との合同の活動を盛り込みました。いわゆるガイドライン（就業時間）の遵守の実情が事務局から報告され、就業会員の安全、健康の観点から必要であることを再確認しました。お客様との契約条件の見直しを行い、適正化を進めることで法人の社会的責任を果たせることとなります。今後とも委員会活動の内容をシルバーの会報を通じて解りやすくお知らせしていきます。
(岡野 三雄・記)

『福祉会館等館長会議』 4 月 13 日 (月)

新年度第 1 回会議は、流山市役所健康福祉部次長の矢口氏、社会福祉課福祉会館長の野口氏出席のもと開催し、平成 27 年度の事業計画、予算、自主事業について、またリレー電話（連絡網）の周知、各施設の課題等について協議しました。さらに 5 つの福祉会館については、27 年度が指定管理期間の最終年度となることから、新たな受注に向けてプロジェクトチームを立ち上げる方向であることを確認しました。
(海老原 廣雄・記)

【職群班長委嘱】

5 人以上就業している職場の班長に、4 月 7 日付けで下記のとおり追加委嘱しました。

就業場所 イトーヨーカドー おおたかの森店 班 長 平松伸二郎
エコセンター 班 長 牧 道郎

(海老原 廣雄・記)

一寸まで 安全確認 家族の笑顔

流シ会だより

ウォーキング・5月22日・参加費 300円 (保険料・菓子代他)
江戸川台駅東口午前10時集合 ⇒ 東大キャンパス ⇒ 柏の葉公園

会員募集中 (年会費 1200円) 旅行等の行事をお楽しみください。

『平成27年度第1回役員会』 4月3日(金)

- ① ウォーキング (行先: 柏の葉公園) 実施手順の詳細について検討しました。
- ② 役員の仕事分担業務について協議し各役員の仕事分担業務を決定しました。 (上 辰男・記)

『ゴルフ同好会』 (開催コース: 野田市PGひばりコース、次回5/21(木))



第27回コンペを桜咲く3/26(木)開催、参加者22名で、優勝はグロス87、ネット70の小口雅弘さんでした。

第28回コンペを絶好の日和のなか4/23(木)開催、参加者は15名で優勝はグロス83、ネット71の山田邦夫さんでした。野田市PGひばりコースは昨夏より全日スループレーになりスムーズな運営となっています。プレー代も4,500円(夏と冬は4,000円)と良心的で更に70歳以上は利用税350円が免税となります。全ホール乗用カート乗り入れ可能なので我々シルバーには最適です。新規に参加希望の方は、

Tel: 04-7152-7217 加藤まで連絡ください。 (中川 吉郎・記)

同好会名	行事予定	会場
ゴルフ	5月21日(木) 8:45 スタート	野田市PG・ひばりコース
パソコン	5月19日(火) 13:00~ (総会)	平和台福祉会館
写真	5月26日(火) 13:30~	コミュニティプラザ

福祉会館3館合同(南流山・平和台・名都借)バスハイク ひたち海浜公園から那珂湊お魚市場へ

4月23日(木)、福祉会館をご利用の方44名を乗せて南流山福祉会館を出発。お天気に恵まれ、常磐道を約60分のドライブ。

チューリップとネモフィラが見事に咲き競う「ひたち海浜公園」に到着。国内最大級の広さには彩鮮やかな花々が咲き乱れ、園内を約90分散策。

花々に癒され、次の目的地「那珂湊お魚市場」へ移動。まずは食事処でお魚料理を満喫後、新鮮でお手頃価格の海産物が並ぶお魚市場で買い物を楽しみました。

高速道路の渋滞もなく、参加者全員が満足の笑顔で、無事バスハイクを終えました。



(南流山福祉会館 高橋 敏雄・記)

『南流山福祉会館で「新米ママ講座」開催』 3月10日(火)・17日(火)



南流山福祉会館とNPO法人Nakocco(なこっこ)が共同主催。生後6か月までの赤ちゃんを連れてお母さんが来館し、助産師と管理栄養士による育児アドバイスを受講。育児の悩みを話し合うなど、母親どうしの交流も活発に行われました。毎回、定員(25組)いっぱいの参加者があり、好評の講座。今年も3回、開催予定。 (今野 弘志・記)

安全は お金で買えない すぐれもの

事務局だより

TEL 7155-3669
FAX 7154-1839

会員数：平成27年4月30日現在

計 731 男性 593 女性 138

5月の予定

日	曜	行事予定
16	土	学習教室
17	日	
18	月	
19	火	入会登録説明会(南流山C)
20	水	配分金支払日
21	木	学習教室
22	金	生活支援サービス研修
23	土	学習教室
24	日	
25	月	生活支援サービス研修
26	火	
27	水	
28	木	学習教室
29	金	平成27年度定時総会出欠届提出期限日
30	土	学習教室
31	日	

6月の予定

日	曜	行事予定
1	月	
2	火	
3	水	事業運営推進委員会
4	木	学習教室
5	金	広報編集委員会 安全パトロール
6	土	学習教室
7	日	平成27年度定時総会
8	月	理事会 指定管理者PT 入会登録説明会(初石C)
9	火	
10	水	
11	木	学習教室
12	金	適正就業委員会
13	土	学習教室
14	日	
15	月	「シルバー流山」発行 接遇・新入会員研修 入会登録説明会(南流山C)

◎新会員のご紹介 (敬称略) ○数字は地区名

②長谷川治江 ③木戸正文・小林勝彦・小林美恵子 ⑤鬼頭知子 ⑥堤 祐準 ⑦八塚聖子・荒木市子・洞下 清 ⑧玉根義隆 ⑨清水清喜・渡辺幸治・北澤藤治・鈴木利巳・後藤茂春 ⑩戸村辰蔵

◎シルバー人材センター団体傷害保険のあらまし

※けがをした場合 ① 医師の治療を受けてください。この場合、各自の健康保険証を使っていただくことになります。 ② けがの状態、けがをした時の様子などをセンターへ報告してください。自ら報告できないときは、班長やそばにいる人に依頼してください。 ③ 傷害保険の手続きは、センターで行います。

※保険金が支払われる場合 ①センターから提供された仕事に従事中に被った傷害(仕事に従事する場所から他の仕事に従事する場所への移動中を含む。ただし、自宅で仕事に従事している間は除く) ②センターから提供された仕事に従事するため、センターの指定する場所と被保険者の住居との間の通常の経路の往復中に被った傷害 ③その他センターが主催する就業の一環である活動中の傷害(詳細はセンターへ問合せください)

◎平成27年度定時総会は6月7日(日)午後2時から初石公民館で開催します。

◎新事務局職員紹介



飯泉貞雄事務局次長 4月1日に事務局次長として着任した飯泉です。私の趣味は健康が一番をモットーにスポーツジムで汗をかくことです(汗をかいた後の一杯、これがたまらない)。これからも健康を第一にしながらセンター業務に携わっていきたいと考えていますので、よろしくお願いします。



矢吹尚美臨時職員 シルバー人材センターで働き始めてあっという間に1か月が経ちました。いろいろな業務に関わり、やりがいを感じています。センターの皆様や周りの方には優しくしていただいています。それに甘えずぎず頑張っていきますので、よろしくお願いします。(私も毎晩のお酒が楽しみです。)

編集後記

6月7日(日)に総会が開催されます。公益社団法人に移行後、総会は年1回になりました。26年度の決算状況と27年度の活動方針の疑問点を質す絶好の機会です。ぜひ出席してシルバーの方針を理解し、積極的な事業の推進にご協力をお願いします。

<編集委員>

加藤吉彦 西村貞男
神田英子 今野弘志
小林富二男 海老原廣雄

事故ゼロで ゴールド目指す シルバー会員