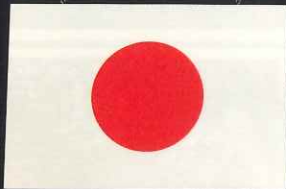


各戸1部ずつお取りください

シルバー人材センター広報誌 はなみずき



令和7年度
公益社団法人陸前高田市シルバー人材センター定時総会



定時総会表彰者の皆さん



ホームページ



Facebook

2025 文月
夏号
2025.7.16 発行

主な内容

- P 2, 3 トピックス
- P 4, 5 活動通信
- P 6 お知らせ



シルバーの達人「民謡」
竹駒班 中居テル子

健康マージャン講習会



4月23日、講師をたまご村村長太田明成様をお願いして、健康マージャン（賭けない・飲まない・吸わない）を開催しました。会員12人が3グループに分かれ、初心者は太田様からゲームについての説明を受けながら行いました。今後はサークルとして活動しますので、興味のある方は見学にいらしてください。

写真撮影勉強会



4月22日、講師を東海新報社鈴木英里様をお願いし、当センター広報委員8人が受講しました。写真を撮る時の注意点（逆光にならないよう光の場所の確認をする。キレイに見せる構図など）を教えていただき、広報誌に掲載する写真の撮り方を学習しました。



春の寄せ植え講習会



5月2日、大船渡市の大畑園芸様に講師をお願いし、寄せ植え講習会を開催しました。大畑様に指導を受けながら、綺麗な寄せ植えが完成しました。お花を長持ちさせるためのアドバイスや、肥料を追加する時期などを教えて頂きました。

刈払い機・チェーンソー取扱講習会



5月8日、やまびこジャパン(株)白井俊輔様と南佐々木農機紺野初五郎様に講師をお願いし、一般と会員合わせて21人が受講しました。座学では安全な機械の取り扱いについて学びました。実技では実際に刈払い機による草刈りと、チェーンソーでの丸太を切る実習を行いました。

安全運転講習会



5月19日から3日間就業途上の安全確保のため、陸前高田ドライビングスクールにて安全運転講習を受けました。座学では運転適性検査を、実地ではオブジェというシステムを使用して路上走行の検査を行いました。

定時総会



5月29日、出席者数280人(本人出席122人、委任状158人)で総会を開催しました。来賓に陸前高田市長様、陸前高田市議会議長様、大船渡公共職業安定所所長様、岩手県シルバー人材センター連合会会長様にご臨席を賜り、祝辞を頂戴しました。また、本席で会員8人が表彰されました。

活動通信

【地域班交流会】

4月6日、竹駒班では市コミュニティホールにおいて「お花見とカラオケ大会」を開催しました。参加した14人の会員は、ご馳走を食べながらカラオケを楽しみ、今年度の活動について語りました。



4月6日竹駒班お花見交流会

【健康管理講習会】

5月14日、講師をNPO法人さんりくWELLNESの熊谷侑希様をお願いし、健康管理講習会を開催しました。生きたい健康づくりのための軽体操を行い、受講者から「足のストレッチに役立ったと思う。家でもやってみたい」とコメントを頂きました。



【民謡サークルお花見交流会】

4月9日、会員9人で唄と懇談を交えた交流会を楽しみました。



【地域班ボランティア活動】

日頃の地域への恩返しとして、各地でボランティア活動を実施しています。



5月18日 気仙班



6月11日 高田2班

【安全パトロール】

就業場所を巡回し、事故の無い明るい就業を確保して行くため、今年度も安全・適正就業委員会の安全パトロール隊が始動しています。このほか、安全のための講習会や配付物の発行などを行っています。



【各委員会会議】

センターを構成する各組織（安全・適正就業委員会、総務委員会、就業委員会、広報委員会）では、それぞれ会議を開催して、令和7年度の活動について話し合いました。



4月22日広報委員会



6月9日就業委員会



6月11日総務委員会

〔令和6年度第5回理事会（3月24日）〕

●報告事項

理事長、副理事長の職務執行状況
入会したものの報告
次年度受託事業に関する報告
除草作業見積シート

●議決事項

令和7年度事業計画
令和7年度予算編成方針
令和7年度収支予算
令和7年度資金調達及び設備投資見込み
公益法人事業計画書等の提出
法人法に規定する利益相反取引規制に該当する理事の就業事前承認

〔令和7年度第1回理事会（4月28日）〕

●報告事項

令和6年度監査報告
入会したものの報告
職員給与規程一部改正

●議決事項

令和6年度事業報告及び決算報告承認
令和6年度収支補正予算（第3号）
令和7年度収支補正予算（第1号）
令和7年度定時総会招集
令和7年度定時総会被表彰者
定款の一部変更

〔地域班会議〕

●議決事項（地域班共通）

・令和6年度事業及び会計報告
・令和7年度事業計画



3月18日 高田1班



3月23日 気仙班



3月23日 米崎班



3月26日 高田2班



4月5日 小友班



〔第2回理事会（5月28日）〕

●報告事項

入会したものの報告

●議決事項

公益法人事業報告書等提出

〔定時総会（5月28日）〕

●報告事項

令和6年度収支補正予算
令和7年度事業計画・収支予算
令和7年度収支補正予算
令和7年度資金調達・設備投資の見込み

●議決事項

令和6年度事業報告
令和6年度決算報告
定款の一部変更
法人の公告方法変更
役員の報酬等及び費用に関する規程の一部改正



お知らせ コーナー

●介護職員初任者研修

介護に必要な知識・技術を学ぶことができます。

講習期間 8月20日～9月24日

(土日祝日を除く平日24日間)

対象者 市内の介護事業所に就業を希望する方。現在就業中の方。

※受講者の年齢制限はありません。

申込締切 8月12日 17時まで

●ハローワーク個別相談会

センター事業についての個別相談会を開催します。ハローワークにお越しの際は、気軽にお立ちください。

【ふるさとハローワーク】

期日 8月6日、20日、

9月3日、17日、

10月1日、15日

時間 13時30分～15時30分

【ハローワーク大船渡】

期日 7月28日、

8月12日、8月25日、

9月8日、9月22日、

10月14日、9月22日

時間 9時30分～11時30分

●入会説明会

期日 7月24日、8月13日、

8月28日、9月11日、

9月25日、10月9日

時間 いずれも13時30分～

場所 シルバー人材センタープラザ

<ちょいたし！で元気なゴールド世代への挑戦！>

高寿園 管理栄養士 菅原由紀枝さん

【夏のフレイル予防策】夏は気温や湿度が高くなり、汗をかくと水分と一緒に体内のミネラルが排出され、脱水症状や熱中症のリスクを高め、食欲不振や睡眠不足を引き起こします。夏によく飲まれている麦茶の原料には、体を冷やす性質の大麦が入っています。一気に飲まず、ゆっくりと、一日に何回も飲むのがおすすめです。

<麦茶にちょいたし！レモン麦茶>

レモンには疲労回復に効果的なクエン酸が入っています。コップ1杯の麦茶を飲む寸前に切りレモン1枚、またはレモン果汁大さじ1～2杯を入れましょう。更にはちみつを加えるとエネルギーチャージ、塩を一つまみ加えると手作りのイオン飲料になります。



はちみつ入り レモン麦茶	金 額	エネルギー	カリウム	カルシウム	塩分相当量
	約 10 円	55kcal	19 mg	2 mg	0 g

表紙 シルバーの達人

私が入会後に民謡サークルが結成され、20年になります。昔は私が太鼓を持ち、音楽はテープを流して皆で唄ったりもしましたが、今では太鼓、三味線が出来る方々もあり、初心者の方でも楽しく唄い活動しています。興味のある方はぜひお越しください。鐘を鳴らしてお待ちしております。

(竹駒班 中居テル子)

あとがき

トピックスにも紹介された写真勉強会に参加しました。地元でもなかなか足を運ばないでいた箱根山は、野にも山にも桜が一齐に咲き誇り、福島県の三春滝桜の子孫も元気に咲いており感激しました。先生のお話や知識の豊富さに感服し、勉強になりました。

桜はもう青々とした葉になっている夏の「はなみずき」もよろしく願います。

(広報委員会T・K)



【ハナミズキ】