

生きがい常総

発行／公益社団法人 常総市シルバー人材センター

令和 8 年 夏季号
第35号
常総市大輪町 386-1
TEL 0297-38-5808
FAX 0297-21-2128

ホームページをご利用ください。(常総市シルバー人材センターで検索)



令和 8 年度総会を開催



総会に参加された会員功労表彰者と神達理事長

6月18日、生涯学習センターを会場に、令和8年度定時総会を開催しました。総会では、今年度の事業計画及び総事業費59,275千円の収支予算、前年度の事業報告並びに収支決算が承認されました。

総会開催に合わせて、会員功労者表彰が行われ7名の方が表彰されました。長きにわたり就業を通じ、センターの振興と発展に寄与されました。これからも、ますますのご活躍をお祈りいたします。

会員功労表彰者名

荒木正治氏 (豊岡町)
岡野せつ氏 (坂手町)

古谷 裕氏 (豊岡町)
佐々木章氏 (菅生町)

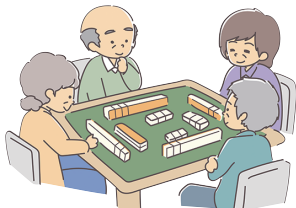
長妻幸子氏 (大塚戸町)
椿きみ子氏 (本石下)

船張 稔氏 (三坂町)

シルバー人材センター会員間の交流のご案内

今年度から、会員同士のつながりを仕事だけではなく、趣味やスポーツを通じて、楽しみながら交流を深めていただく事業です。市内在住のお友達もお誘いのうえ、ぜひご参加ください。

麻雀



- 事前に希望の日付と時間を4名でご予約ください。

卓球(準備中)



- 詳細が決まり次第、改めてご案内します。お楽しみに！

カラオケ



- カラオケ大会を予定しています。詳細が決まり次第改めてご案内します。

ボウリング



- ボウリング大会を予定しています。詳細が決まり次第改めてご案内します。

会員の皆さまへ ボランティア活動の予定

水海道地区の清掃

「常総きぬ川花火大会」翌日の清掃奉仕作業を行います。

日 時 令和8年9月13日(日)午前6時から
※雨天決行
(花火大会順延の場合は、大会の翌日となります)
集合場所 橋本運動公園、八間堀川水門付近

石下地区の清掃

常総市役所石下庁舎～石下駅付近の清掃奉仕作業を行います。

日 時 令和8年10月25日(日)午前9時から
※雨天決行
集合場所 常総市役所石下庁舎駐車場

会員の皆さまには後日通知を送ります。できるだけ多くの会員の方々の参加をお願いします。



健康チェックシートの集計結果

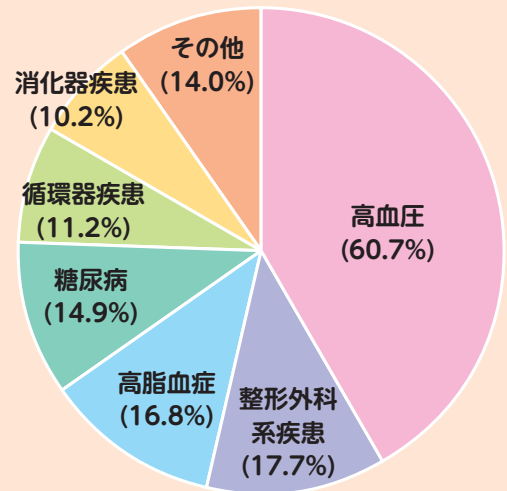
～いつまでも元気に、安全に働くために～

令和8年度実施した健康チェックシートの回答を集計をしました。

回答者158名のうち51名(32.2%)で多くの方が健康を維持されていることがわかりました。

一方で、通院されている方107名のうち、高血圧が65名(60.7%)と最も多く、次いで整形外科系疾患19名(17.7%)、高脂血症18名(16.8%)、糖尿病16名(14.9%)、循環器疾患12名(11.2%)、消化器疾患11名(10.2%)、その他15名(14.0%)となりました。※疾患は複数回答あり

定期的な健康診断、適度な運動、十分な睡眠、バランスの良い食事を心がけることが大切です。また、体調の変化を感じたら無理せず、早めに医療機関へ相談しましょう。



暑さは命にかかわります!

熱中症は、適切な対策で防ぐことができます。
自分の体を守り、仲間の安全も守りましょう。

**毎日の対策が、
あなたの命を守ります**

- ◎十分な睡眠と食事を取り、体調を整えましょう
- ◎無理せず、こまめに休憩をとりましょう
- ◎暑さに負けない体づくりをこころがけましょう
- ◎声をかけあい、みんなで熱中症を予防しましょう

①こまめに
水分・塩分補給



のどが渇くに前に、
コップ1杯の水分

②エアコンを
我慢しない



設定温度を28℃を
目安に

③外出・外作業は
暑い時間を避ける



午前10～午後3時
頃は特に暑い

④涼しい服装・
帽子を着用



通気性の良い
明るい色を選ぶ

⑤体調の変化に
気をつける

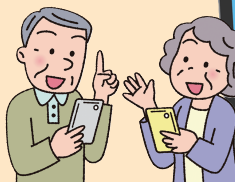


体調に異変を感じ
たらすぐに涼しい所へ

会員向けクラウドサービス利用のお願い

「便利な仕組みを活用して、もっと身近なセンターへ」

スマートフォンの操作に不安がある方も、職員がサポートいたしますので安心ください。センターの運営をより便利で効率的なものにするため、ぜひクラウドサービスへの登録・活用にご協力をお願いいたします。



- ✓ 給料(報酬)の内容が詳しくわかる
- ✓ 就業情報がいつでも確認できる
- ✓ センターからのお知らせを受取れる
- ✓ 書類の受け渡しや確認ができる

会員募集! 新しい仲間づくり。 あなたの経験を活かしませんか!

今後の入会説明会予定日

7月	8月	9月	10月	11月
31日	28日	29日	30日	30日
金曜日	金曜日	火曜日	金曜日	月曜日

入会条件 ◎市内在住
◎60歳以上の方

◆参加ご希望の方は、事前に事務局へご連絡ください。聞くだけでもいいので気軽にご参加ください。

〈ご持参いただくもの〉
・身分を確認できるもの
・筆記用具