

宮代シルバー通信

公益社団法人

宮代町シルバー人材センター

埼玉県南埼玉郡宮代町山崎3番地

☒ miyashiro-sjc@rondo.ocn.ne.jp

会員数183名(男128・女55)

令和5年度7月9月理事会だより

第2回7月開催決裁事項

1. 常務理事の選任

大友理事が常務理事として提案され、承認された

2. 役員利益相反取引について(地位を利用した仕事に就いていないことを年に1回理事会にて説明する)各役員の就業について説明し、確認された。

3. 会員の入会について

入会者3名が承認され、退会者は1名であった。

協議事項

1. 新理事の配置について

玉川理事は総務部会、水野理事は広報部会で活動することが確認された。

2. 退任編集委員の功労者表彰

6月の総会で長年シルバー通信編集委員会で活動された3名を特別功労者として表彰する事とした。

事業実績報告

会員178名、公共の仕事が少なく、民間の比率が高いとの報告があった。6月の事業実績が前年を下回っている。値上げの影響がチェックする。

専門部会報告事項

1. 事業部会・安全委員会

新たな事業開拓を行う

ンコイン事業など検討する。女性部会については継続検討する。今年度よりシルバー保険は1事故につき免責3万円の負担が発生するが、事故発生当事者の負担については、慎重に検討する。

2. 広報部会

- ・スマホ勉強会の実施
- ・3駅クリーン作戦の実施 11月11日(土)予定
- ・シルバー通信 8/10発行予定 理事会での決定事項の周知に活用検討
- ・バス旅行を企画 青木観光との打合せ予定

3. 総務部会

- ・総会のまとめ・事務局を中心に企画、運営 会場の利用時間に余裕を持つ
- ・地域班編成と見直し
- ・適正就業→見積書の運用徹底・履行確認書の見直し



第3回9月開催決裁事項

1. 最低賃金の改定に伴う配分金に係る検討委員会の設置について 10月3日13日の2日間14:00～センターにて開催することが承認された。会議は3役(理事長・副理事長・常務理事)と部会長で構成する。草取り



花言葉：調和

班の代表にも参加を呼びかける。町の予算作成の都合上、改訂案は10月中旬に確定する必要がある。

2. 会員の入会について

入会者2名が承認された。退会者は0名であった。

協議事項

1. 配分金単価について

埼玉県の最低賃金は10月より41円アップの1,028円になる見込み。配分金は最低賃金を下回らないよう改訂し、最低賃金を上回っている業種については委員会で討議する。

2. 功労表彰規程の変更案

現在の規程に「理事会が特に功労があったと認められた者」の項目を追加する。

3. 地域班運営要綱の変更案

現在の「地域班運営要綱」が現実にそぐわないため、実態に則して変更する。変更の内容は、要綱の簡素化と、現在の16班を6班に再編成する。

4. 役員選考規程の変更案

「役員選考規程」を実情に合わせて変更する。現在の規程は「理事任期中に80才を超えない」事が基準となっているが、会員の高齢化から実態

にそぐわない。他のセンターでは同様の規定がない事から、見直しを検討する。改定は「役員選考委員会」で討議し、理事会で決定する。

5. チェンソー受講料の一部補助について

昨年他センターでのチェンソーによる複数の死亡事故及び当センターでの物損事故を受け、安全就業の観点から、法定講習の未受講者に受講を促すべく、講習希望者には「1万円の補助金」を支給する。また、既に講習受講者にも同様の補助金を支給する。

6. 干し柿事業について

干し柿事業に長年携わった会員より事業継続が困難であるとし「干し柿事業の見直し」の提案を受けた。2016年から補助金をもらい新事業としてスタートしたが、事業としての利益も少なく、理事会としての関与も希薄となった。今後「干し柿事業」は売り上げには拘らず、小グループであっても希望者による技術の継承と共に「サークル活動」として継続する。

7. 理事会の決定事項をシルバー通信へ掲載する

事業実績報告

- ・順調に推移している。6月の前年割れは単月のみの傾向
- ・退任編集委員の功労者表彰を行った。

専門部会報告事項

1. 事業部会・安全委員会

- ・役場関連の仕事の拡大は継続して検討する。
- ・空家管理は地域自治会にもアピールする。

・女性会員の開拓については、パンフレットを全戸配布するなどの施策を実施する。

・適正就業 過重労働・長時間労働を軽減する方策を検討する。

・安全パトロール・剪定班の2現場で実施 ブロアーの購入、安全ベストの購入 チェンソー講習では補助金を設定する。

・三脚の開き防止チェーンを追加できるよう検討する。

2. 総務部会

・地域班運営要綱の見直し→現在の16ブロックを6ブロックへの変更案。

・適正就業の徹底（就業基準の明確化）見積書・請書の流れを徹底する。

・会員への公平な就業紹介には事務局機能の強化が必要。現在の「履行確認書」は適正就業の観点から変更する。

・最低賃金変更への対応
・組織の拡大→入会案内の全戸配布

・運営基盤の強化→事務局に営業担当を設置する必要がある。

・「コンプライアンスの遵守」→安全だよりの活用で意識向上。

3. 広報部会

・広報みやしろの記事拡大は難しいので、独自チラシを町ルートでの配布を検討する。

・10月6日スマホ勉強会を実施。好評につき継続開催。

・3駅クリーン作戦11月11日実施

・バス旅行を企画 茨城、栃木の2案で青木観光と計画をつめる。

夏の疲れをリセット！
猛暑を乗り切った体を労り
冬に向け整え
ましょう！



夏の疲れの主な原因は3つ、

- ①体温調節で疲れる
- ②胃腸が冷えて疲れる
- ③眠りの質が低下して頭の中まで疲れが取れない

こんな状態を放置して秋に入ると、体温の調節がうまくできず、エネルギー不足による低体温になってしまいます。体温が低いと免疫力低下や血行不良のほか、代謝が下がり、太りやすくなることも考えられます。また、食欲不振や睡眠不足の状態が続くと、疲れをリセットできずさらに不調を悪化させてしまうかもしれません。今のうちに対策して、寒い冬に備えたいところですね。



①ホットドリンクで冷え防止

飲み物は常温以上に。胃腸を冷やさない、疲れさせないことに気をを使うだけでも、疲れを軽減できます。

②良い汗をかいて体温調節機能を鍛える

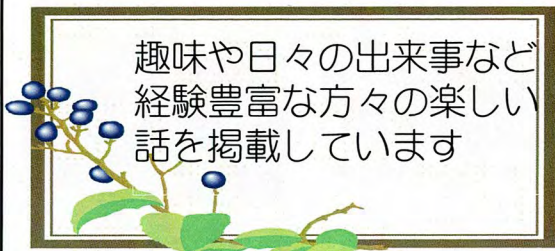
軽めの運動をしたり、湯舟で体を温めて汗を流すことは、良い汗をかくのにも最適な方法です。

③しっかり睡眠をとる

タオルケットや薄い掛け布団を足元にかけてみましょう。

心と体をしっかり休めることで、疲れを次の日に持ち越さないよう心がけましょう。





秀間 君子

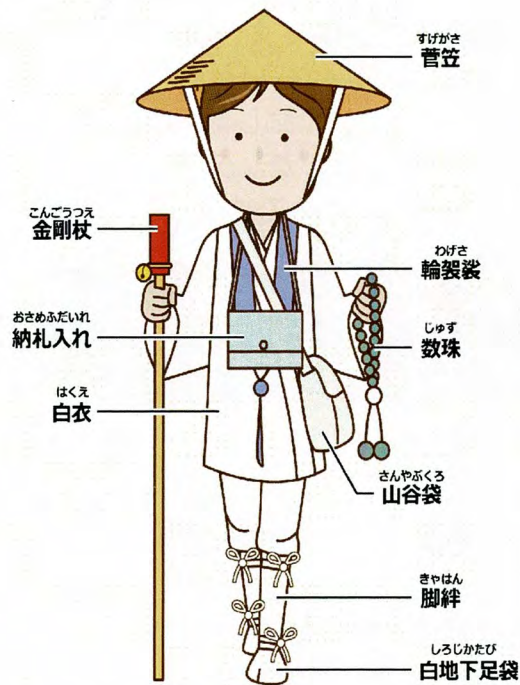
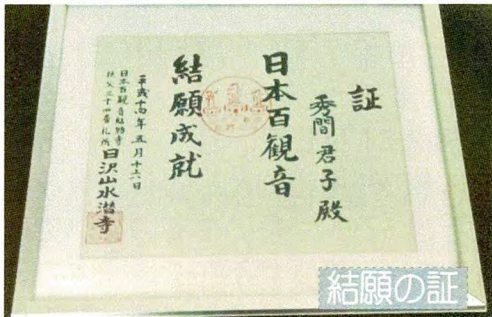


徳島県徳島市(阿波)に生をうけ 四国八十八ヶ寺 一番札所の有る霊山寺へ幼少の頃より父母と共にことある毎にお寺に詣でておりました。

親元を離れいつの日か遠のいていましたが、第二の人生で馬頭院のご住職に巡礼のお誘いを受け、お檀家様と共に 秩父三十四ヶ寺、坂東(関東)三十三ヶ寺、西国(関西)三十三ヶ寺の、百ヶ寺を満願し、三十四番札所水潜寺に御報告結願*の証を戴きました。

我が故郷 四国八十八ヶ寺へ満願し、高野山へ参拝、百ヶ寺を結願。再度秩父三十四ヶ寺を訪れ、善光寺(長野)に参拝致しました。のどかな山村を同行二人*。

秩父神社の近く(秩父の宮様ゆかり縁の地)に第一番札所、曹洞宗四満部寺(本尊 聖観世音菩薩)へ行き、古式ゆたかな山門を潜り、手水で身を清め、本堂で灯明、線香を供へ、お題目を唱えました。



「春は桜、夏は森林浴 長瀬での水遊び遊覧、
秋には七草寺、紅葉狩り、冬は寒桜、蝉梅」
時には何も考えず心の癒の旅も宜しいのでは

合掌



*結願：日数を定めて仏に願をかけたり、修法をしたりするときの、最終の日。また、その日の作法。

*同業二人：遍路修行をしているとき、常にお大師様(弘報大師)と共にいるということです。四国遍路の場合は、その象徴として、金剛杖がお大師様そのものとされています。遍路修行者は複数人であっても、個人とお大師さまの同行二人であります。



干し柿事業について

今年度より、新規事業としての扱いではなく、ボランティアサークルとして活動をはじめの事となりました。作業時間に対する配分金等は発生しません。

第2回スマホ勉強会

日時：令和5年10月6日(金)

場所：すてっぴ宮代

内容：LINE使い方



スマホの利用目的としてLINEを使いたいと考えている人は多いのではないのでしょうか。通話ですと、相手が不在の場合はコミュニケーションが取りにくいのですが、LINEはメッセージの送信なので、記録性があり何度も見返す事ができますし、利用する時間を問いません。勉強会では文字やスタンプ入力から始まり、音声入力(マイクで話した内容が文字に変換される)を教わりました。文字入力が苦手な方は音声入力がお勧めです。



秋の香りごはん

作り方

1. 米(うるち米)・もち米はといでから合わせ、30分以上浸水しておく。
2. しめじは一口大に切り、その他のきのこはうす切りにする。人参・うす揚げは千切りにする。
3. さつまいもは皮ごと1cm角に切って、素揚げしておく。
4. (1)・(2)と、だし昆布10cm、醤油大3、酒大1を混ぜ合わせ、普通の水かげんで炊きあげる。
5. (4)に(3)を加えて、底のほうから混ぜ合わせて出来上がり！

**インフルエンザ流行中！
今年度は流行時期が早くなっています！
新型コロナ対策も忘れずに！**



感染予防のためには、人混みを避け、外出後の手洗いの習慣を付けましょう。また、空気が乾燥するとインフルエンザにかかりやすくなります。外出時にマスクをつけたり、人混みを避け、外出後の手洗いの習慣を付けましょう。室内では加湿器などを使って適度な湿度を保ちましょう。日頃から、バランスのとれた栄養や十分な休息をとり、抵抗力をつけておくことも大切です。特に高齢者、病気療養中の方など、重症化しやすい方は注意が必要です。また、症状があつて医療機関を受診する際には、他の方にうつしてしまうことのないよう忘れずにマスクを着用しましょう。



事務局からのお知らせ

8月から11月入会者名

菊地作治さん 谷川真一さん
関根京子さん

以上の3名です。

冬季休業について

12月30日から1月3日の
5日間休業となります。

配分金の支払いについて

11月分	12月20日(水)
12月分	1月20日(金)
1月分	2月20日(月)

編集の小徑

暑さの記録を全国、いや世界中で更新した猛暑の夏がやっと去り、スポーツ、芸術、読書、食欲と、楽しみな秋になりました。夕暮れが早くなり静かな夜長をゆっくり楽しもうと思いつつも、新聞やTVのニュースは、なかなか穏やかな気持ちにさせてくれない事が多いこの頃ですが、小紙を手今日を振り返り、同僚会員と交わした気軽な会話を思い出してもらえれば嬉しいですね！(S)