

連合シルバーおかやま

会報



「いかしの舎(や)」

提供：早島町シルバー人材センター

目次

- ・新任理事長のご挨拶 2
- ・令和5年定時総会開催される 3
- ・令和4年度 シルバー人材センター事業実績（請負・委任） 4
- ・令和4年度 シルバー派遣事業の事業実績 5
- ・高齢者活躍人材確保育成事業 6~7
- ・連合会主催の会議・研修会等 8
- ・センタートピックス（笠岡市SC・真庭市SC・瀬戸内市SC） 9~11
- ・会員募集等 12



「安全は 無理せず 焦らず 油断せず」

令和5年から令和7年までの全国統一安全就業スローガン

公益社団法人 岡山県シルバー人材センター連合会

新任理事長のご挨拶



公益社団法人 井原市シルバー人材センター

理事長 森中 秀雄

前理事長の急逝により、令和4年10月11日の理事会において理事長に選任され、また、本年6月2日の理事会で理事長に再任されました。

私は40年間、行政関係の仕事に携わり、退職後シルバー人材センターでは、主に草刈り現場での仕事をしています。今まで培ってきた経験を活かし、センター発展のため微力ながら尽くしてまいりたいと思っております。

就業機会の拡充、会員の拡大など課題も多々ありますが、「自主・自立・共働・共助」の理念のもと、元気で明るく仕事ができ、市民の皆様から信頼されるシルバー人材センターを目指して、事業運営に取り組んでまいりたいと考えております。

●質問に対する回答

①趣味は?

ゴルフ

②今までの一番の思い出は?

中国 敦煌 莫高窟と壁画

③マイブームは?

蕎麦打ち 米作り



公益社団法人 里庄町シルバー人材センター

理事長 妹尾 瞳夫

本年、5月29日の総会後の理事会において、理事長に就任いたしました妹尾瞳夫でございます。微力ではございますが、会員皆様のご支援・ご協力の下、当シルバー人材センターの事業発展のために取り組んでまいる所存です。

さて、今私たちは「人生100年時代」を迎える、そして高齢者が働くことが当たり前になっている今日、シルバー人材センターに対し、地域社会での担い手としての期待は一層大きなものになっています。

一方、シルバー人材センターの現状は企業の雇用形態の変化（定年延長や雇用年齢の引き上げなど）の影響を受け、新規に入会される方は70歳を超える方が多く、会員の高齢化に拍車がかかることも、社会・経済の影響により事業実績の伸び悩みが見受けられます。

このような状況の中、シルバー人材センターとしては、十分な就業機会の確保と創出に取り組みながら、会員の皆さんのが「生きがい」と「働く喜び」を実感でき、さらに地域に根を下ろした自主的な団体組織として地域の活性化に貢献できる環境づくりに努めてまいりたいと考えています。

皆様方のご指導、ご鞭撻をよろしくお願ひいたします。

●質問に対する回答

①趣味は?

旅

②今までの一番の思い出は?

砂浜の走行（千里浜なぎさドライブウェイ）

③マイブームは?

家庭菜園



令和
5年
度

定時総会開催

令和5年6月21日（水）ピュアリティまきびにて、「令和5年度定時総会」が開催されました。

開会にあたって、信木会長の挨拶の後、来賓の岡山労働局 職業安定部長 横田亮平様、岡山県 産業労働部 労働雇用政策課 課長 奥岩健治様から、ご祝辞をいただきました。



定時総会の様子



信木会長の挨拶



労働局 横田部長 来賓挨拶



岡山県 奥岩課長 来賓挨拶

続いて、信木会長の議事進行により報告事項2件、決議事項2件が審議され、全て原案どおり承認されました。

報告事項

- 監査報告
- 令和4年度事業報告

決議事項

- 第1号議案 令和4年度計算書類等の承認の件
- 第2号議案 「定款」の一部改正の件



理事長会議開催

定時総会の後、理事長会議が開催され、会員の拡大や、事業開拓等について、活発な意見交換がされました。



理事長会議の様子

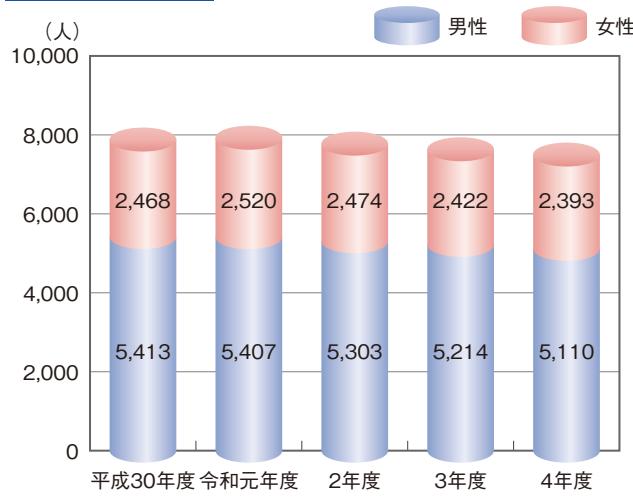


県下シルバーパートナーセンターの事業実績集計表

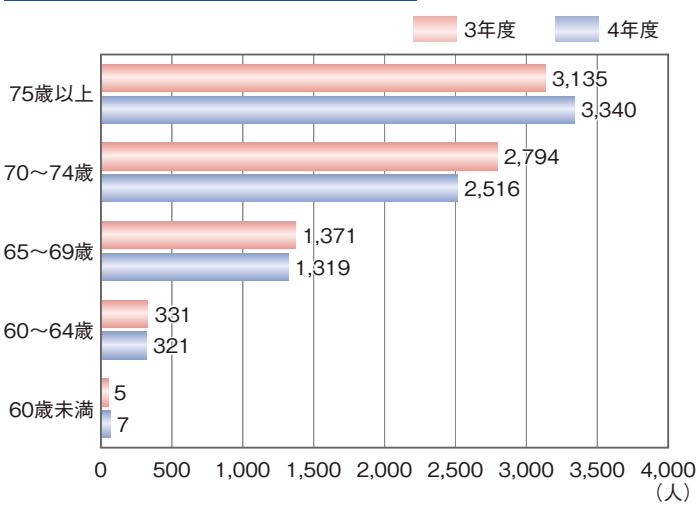
【請負・委任】

団体名	会員数(人)			受注件数(件)			契約金額(円)			就業 実人員 (人)(B)	就業 延人員 (人日)	就業率 (%) (B/A)
	男	女	計(A)	公共	民間	計	公共	民間	計			
岡山市	968	483	1,451	648	14,437	15,085	253,486,474	440,420,405	693,906,879	1,069	128,730	73.7
倉敷市	968	412	1,380	232	10,592	10,824	183,503,421	295,006,479	478,509,900	1,131	108,161	82.0
玉野市	149	65	214	150	3,355	3,505	15,247,290	79,796,976	95,044,266	177	16,898	82.7
総社市	434	163	597	320	4,322	4,642	92,516,215	235,626,722	328,142,937	461	60,257	77.2
津山市	312	162	474	354	3,810	4,164	88,679,100	93,595,490	182,274,590	352	34,102	74.3
笠岡市	186	81	267	119	2,653	2,772	39,784,338	122,967,692	162,752,030	215	34,228	80.5
井原市	224	185	409	264	3,993	4,257	60,093,932	97,357,294	157,451,226	347	38,008	84.8
赤磐市	270	73	343	658	3,096	3,754	84,035,881	91,244,961	175,280,842	300	40,067	87.5
和気町	96	54	150	127	1,168	1,295	22,486,300	30,177,947	52,664,247	123	11,739	82.0
浅口市	276	140	416	198	2,595	2,793	74,459,197	91,097,517	165,556,714	370	29,914	88.9
新見市	107	37	144	107	1,798	1,905	12,895,687	32,267,061	45,162,748	124	8,866	86.1
真庭市	324	146	470	373	3,336	3,709	50,953,382	83,734,145	134,687,527	386	30,778	82.1
早島町	79	48	127	41	643	684	7,869,013	17,871,460	25,740,473	77	5,888	60.6
備前市	89	45	134	149	2,168	2,317	13,956,724	54,939,363	68,896,087	125	13,465	93.3
瀬戸内市	107	62	169	147	1,907	2,054	26,628,170	53,954,622	80,582,792	139	14,934	82.2
美作市	188	89	277	250	2,362	2,612	23,083,108	74,066,509	97,149,617	230	14,689	83.0
里庄町	89	54	143	170	612	782	12,067,080	11,758,961	23,826,041	109	8,007	76.2
高梁市	157	64	221	119	1,404	1,523	7,737,283	52,705,796	60,443,079	200	12,757	90.5
美咲町	41	10	51	72	852	924	8,071,171	21,791,995	29,863,166	52	4,806	100.0
矢掛町	46	20	66	279	772	1,051	15,051,954	17,477,125	32,529,079	63	8,003	95.5
合 計	5,110	2,393	7,503	4,777	65,875	70,652	1,092,605,720	1,997,858,520	3,090,464,240	6,050	624,297	80.6
前年度合計	5,214	2,422	7,636	4,745	67,901	72,646	1,059,657,305	2,056,770,977	3,116,428,282	6,127	631,005	80.2
対前年度増減率	▲1.99	▲1.20	▲1.74	0.67	▲2.98	▲2.74		3.11	▲2.86	▲0.83	▲1.26	▲1.06
												0.4

会員数の推移



年齢別構成の昨年度との比較





令和4年度

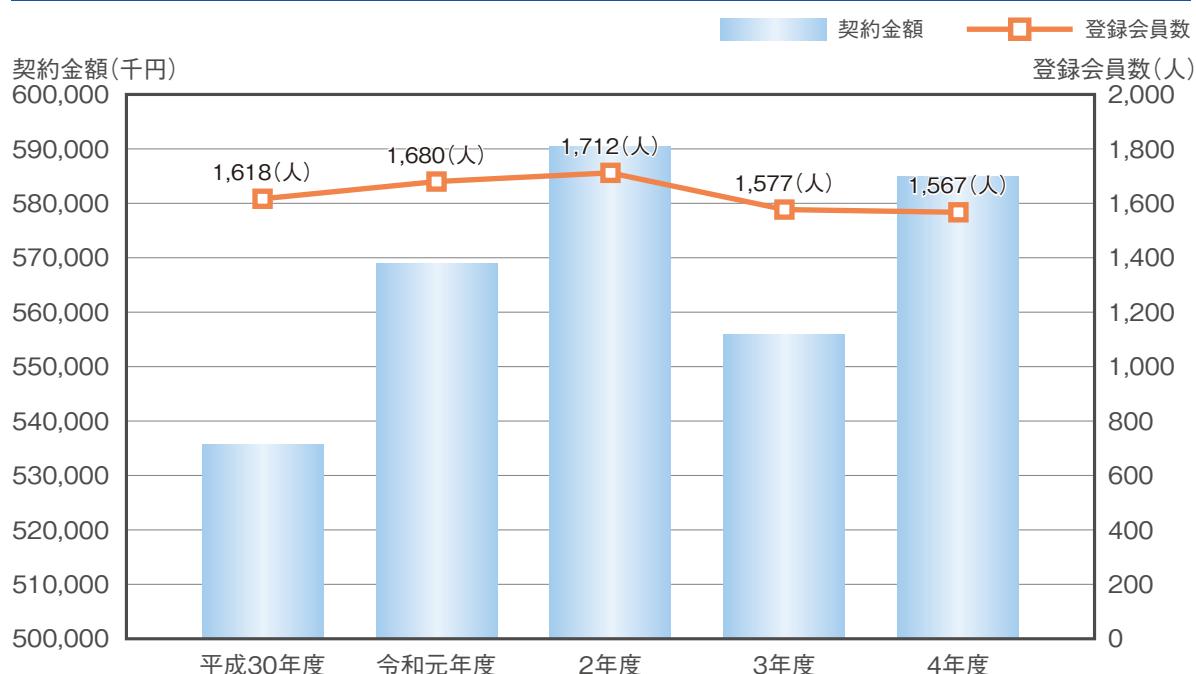


県下シルバー人材センターの事業実績集計表

(派 遣)

団体名	派遣登録会員数(人)			受注件数(件)			契約金額(円)			就業 実人員 (人)(B)	就業 延人員 (人日)	就業率 (%) (B/A)
	男	女	計(A)	公共	民間	計	公共	民間	計			
岡山市	322	175	497	10	182	192	9,546,363	127,464,264	137,010,627	277	23,812	55.7
倉敷市	86	30	116	2	112	114	30,598,880	57,748,839	88,347,719	141	15,629	100.0
玉野市	24	20	44	3	5	8	5,233,314	8,220,702	13,454,016	33	2,358	75.0
総社市	46	2	48	10	8	18	17,268,346	13,679,213	30,947,559	46	4,434	95.8
津山市	21	20	41	0	24	24	0	27,498,494	27,498,494	49	5,444	100.0
笠岡市	38	1	39	23	0	23	2,584,615	0	2,584,615	3	412	7.7
井原市	116	100	216	36	42	78	24,299,842	34,494,566	58,794,408	131	10,925	60.6
赤磐市	43	5	48	2	53	55	28,659,041	20,225,248	48,884,289	78	6,114	100.0
和気町	37	23	60	7	20	27	6,916,216	20,341,053	27,257,269	47	3,779	78.3
浅口市	112	59	171	6	49	55	13,891,591	33,112,810	47,004,401	124	8,213	72.5
新見市	1	5	6	1	2	3	1,562,530	1,567,349	3,129,879	7	822	100.0
真庭市	106	46	152	29	4	33	47,819,155	3,615,942	51,435,097	132	9,019	86.8
早島町	29	17	46	4	42	46	3,686,357	9,550,659	13,237,016	39	2,606	84.8
備前市	12	2	14	1	13	14	2,466,436	7,343,612	9,810,048	14	1,277	100.0
瀬戸内市	20	1	21	1	4	5	436,392	6,405,523	6,841,915	20	798	95.2
美作市	20	11	31	2	9	11	2,887,020	6,106,204	8,993,224	24	2,223	77.4
里庄町	13	4	17	5	0	5	8,868,679	812,827	9,681,506	17	2,668	100.0
合 計	1,046	521	1,567	142	569	711	206,724,777	378,187,305	584,912,082	1,182	100,533	75.4
前年度合計	1,080	497	1,577	131	571	702	191,172,545	364,765,704	555,938,249	1,183	97,284	75.0
対前年度増減率	▲3.15	4.83	▲0.63	8.40	▲0.35	1.28	8.14	3.68	5.21	▲0.08	3.34	0.4

派遣契約金額と派遣登録会員数の推移(平成30年度～令和4年度)



令和5年度
受講料
無料

岡山労働局委託事業 高齢者活躍人材 技能講習の会

シルバー人材センターの会員となり、自信をもって新たな分野で活躍するために、就業体験を県内各地で実施します!! 各講習・セミナーの会場についてはお問い合わせください。

講習名	開催地域	申込締切日	講習期間	講習回数	受講定員
暮らしを整える整理収納講習	岡山市	1月5日(金)	1月22日(月)	1日	15人
わくわく清掃講習	総社市	9月11日(月)	9月25日(月)	1日	10人
楽ピカ！ハウスクリーニング講習	真庭市	10月6日(金)	10月23日(月)	1日	10人
らくらく♪お掃除セミナー	井原市	10月6日(金)	10月20日(金)	1日	10人
仕事に必要なコミュニケーション講習	岡山市	9月20日(水)	10月4日(水)	1日	15人
デジタル社会に対応! 便利に使うスマートフォン講習	玉野市	10月5日(木)	10月19日(木)	1日	10人
	総社市	10月19日(木)	11月2日(木)	1日	10人
介護送迎運転者講習	高梁市	8月7日(月)	8月21日(月)～8月22日(火)	2日	10人
	真庭市	9月21日(木)	10月5日(木)～10月6日(金)	2日	10人
	津山市	11月2日(木)	11月16日(木)～11月17日(金)	2日	10人
知っておきたい応急手当講習	井原市	11月8日(水)	11月22日(水)	1日	10人
刈払機取扱者安全衛生教育	備前市	8月4日(金)	8月25日(金)	1日	10人
	真庭市	8月21日(月)	9月11日(月)	1日	10人
	笠岡市	9月20日(水)	10月11日(水)	1日	10人
	井原市	9月22日(金)	10月13日(金)	1日	10人
	岡山市	10月16日(月)	11月6日(月)	1日	10人
	津山市	10月30日(月)	11月20日(月)	1日	10人
	高梁市	11月22日(水)	12月13日(水)	1日	10人



令和5年度 高齢者活躍人材確保育成事業

女性限定入会セミナー

セミナー名	開催地域	申込締切日	日程	受講定員
ハンドメイド雑貨教室	玉野市	9月28日(木)	10月12日(木)	10人
デコパージュ教室	総社市	8月10日(木)	8月24日(木)	10人
ヘッドマッサージ &アロマクラフト教室	津山市	11月1日(水)	11月15日(水)	10人
ハンドメイド雑貨教室	笠岡市	11月17日(金)	12月1日(金)	10人

セミナー名	開催地域	申込締切日
SDGsハンドメイド教室	井原市	10月16日
メディカルアロマ&健康体操教室	井原市	11月15日
パリスタイルのお正月飾り教室	赤磐市	12月1日
こけ玉教室	和気町	9月6日
水引リース教室	美作市	11月16日

パンフレットのお申込み
受講のお問い合わせ先

月曜日～金曜日
午前8:30
▼
午後5:00

公益社団法人 岡山県シルバー
〒703-8258 岡山市中区西川原251-1 おかやま西川

確保育成事業 案内

知識・技能が習得できる技能講習・
わせください。

受講対象者

- シルバー人材センターへ入会し就業を希望する60歳以上の方
- 職種転換を希望するシルバー会員
- 昨年度1年間就業していないシルバー会員

受講の一般的な流れ



講習名	開催地域	申込締切日	講習期間	講習回数	受講定員
樹木剪定講習	総社市	8月23日(水)	9月6日(水)～9月8日(金)	3日	15人
	瀬戸内市	9月13日(水)	9月27日(水)～9月29日(金)	3日	10人
	美作市	10月2日(月)	10月16日(月)～10月18日(水)	3日	10人
	笠岡市	10月11日(水)	10月25日(水)～10月27日(金)	3日	10人
	高梁市	10月25日(水)	11月8日(水)～11月10日(金)	3日	10人
	赤磐市	1月10日(水)	1月24日(水)～1月26日(金)	3日	10人
果樹剪定講習	総社市	11月27日(月)	12月11日(月)	1日	10人
襖・障子・網戸張替講習	笠岡市	8月3日(木)	8月17日(木)～8月18日(金)	2日	10人
	瀬戸内市	8月31日(木)	9月14日(木)～9月15日(金)	2日	10人
	玉野市	9月7日(木)	9月21日(木)～9月22日(金)	2日	10人
ドローン講習	真庭市	8月17日(木)	8月31日(木)	1日	10人
	和気町	8月21日(月)	9月4日(月)	1日	15人
	笠岡市	8月30日(水)	9月13日(水)	1日	10人
刃物研ぎ講習	真庭市	1月5日(金)	1月17日(水)	1日	10人
生きるための生前整理講習	津山市	8月18日(金)	9月1日(金)	1日	10人
	井原市	10月30日(月)	11月13日(月)	1日	10人

令和5年度 高齢者活躍人材確保育成事業

就業体験

日	日程	受講定員
(月)	10月30日(月)	10人
(水)	11月29日(水)	10人
(金)	12月15日(金)	10人
(水)	9月20日(水)	15人
(木)	11月30日(木)	10人

シルバー人材センターで「働いてみたいけどできるか不安」と思っている方のために、シルバー人材センターでのお仕事を「お試し」いただけます。日時や体験(見学)先などの詳細は、応募者と相談の上、決定します。お気軽にご相談ください。

人材センター連合会 ☎ 086-201-7250

原プラザ別館 FAX.086-201-7251

岡山県シルバー 検索

コチラからも
お申込みいただけます→





連合会主催の会議・研修会等

◆安全・適正就業推進大会

●日時：令和5年7月7日 ●場所：おかやま西川原プラザ会議室

第1部は下記の講演がありました。

○演題：「高年齢労働者のための安全衛生」

講師：横溝 浩氏（一般社団法人日本労働安全コンサルタント会）



講師 横溝 浩氏

熱中症は気温が高い時、特に湿度が高い時には気を付ける必要がある。体調を確認するとともに、水分と塩分をこまめに摂取するように心掛けてほしい。

第2部では、第1回安全・適正就業委員会委員、推進員合同会議を行いました。7月の全シ協の「安全就業強化月間」に合わせ、県内のシルバー人材センターが講習会の開催や安全パトロール等の独自の取組みを発表しました。

最後に無災害・無事故就業のため「安全の誓い」を参加者全員で唱和しました。



安全の誓い唱和

—全国統一安全就業入口一ヶ所で決まる—

(令和5年～令和7年)



最優秀作品

「安全は 無理せず 焦らず 油断せず」

福岡県 公益社団法人柳川市シルバー人材センター 会員 熊丸宣俊

佳作

「お互いを 守る声掛け 大事な仲間」

岡山県 公益社団法人浅口市シルバー人材センター 職員 藤野孝子

◆新規採用職員等研修会

●日時：令和5年4月28日 ●場所：おかやま西川原プラザ会議室

午前の部では、連合会清田事務局長によるシルバー人材センターの理念・概要の説明後、先輩職員の岡山市シルバー人材センター山吹所長代理に、「シルバー人材センターの職員として求められること」というテーマで、仕事を円滑に進めるための工夫や体験談を交えてのお話を頂きました。



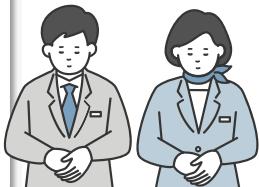
山吹 所長代理

午後の部では、ビジネスマナー講師の田辺邦江先生による「接遇・マナー講習」を行いました。

特に、クレーム対応では、「謝罪」ではなく、「お詫び」の言葉を最初に伝えることが重要だと学びました。



講師 田辺 邦江先生



公益社団法人 笠岡市シルバー人材センター

笠岡市は、岡山県の南西部に位置し、西は広島県福山市と隣接した人口約45,000人のまちです。観光面においては、風光明媚な笠岡諸島を有しており、夏は海水浴客で賑わっております。また世界でひとつしかないカブトガニ博物館では、カブトガニに関する展示はもちろん、その研究も行われています。

笠岡市シルバー人材センターは平成2年に設立されました。現在は会員262名が、草刈り、剪定、除草作業、家事援助、会社関係の事務所清掃を主な仕事として頑張っております。

笠岡市からの委託を受け行っている水道検針作業についてご紹介いたします。



【水道検針業務】

2ヶ月に1回、2週間程度の時間をかけて各家庭の水道メーターの検針業務を行っております。

仕事内容は①各家庭を訪問、②水道メーターの数値を確認、③専用端末に数値を入力、④出力された検針票をポストへ投函、となっております。作業自体はそれほど複雑な事ではありませんが、水道管の破損・老朽化によって生じた水漏れや水量の過剰使用など、過去の利用データやエラー内容を確認し、都度対応する必要があります。また水道メーターは各家庭で設置場所も異なる為、初めの内は検針ルートの確認、水道メーターの設置場所の把握など、覚える事も多く大変な面も多いです。夏場などは空き家の庭が草で覆われてしまい、水道メーターの数値を確認するのに苦労する事もあります。

気を使わなければならぬ面も多いですが、検針時に訪問した家の方に「ご苦労様です」「ありがとう」と声をかけて頂く事もあり、「より一層頑張ろう」と感じてモチベーションアップにも繋がっております。

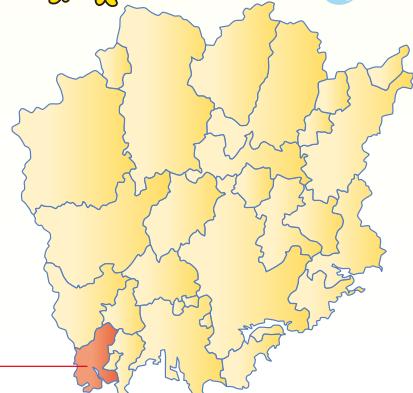
現在、水道検針を行う会員も高齢化が進んでおり、若手育成・引継ぎが今後の課題となっております。



検針前打合せ



水道検針作業



笠岡市シルバー人材センターとしてさらに会員数を増やし、水道検針業務をはじめとした、人手不足の分野を解消し、より一層シルバー事業の拡大を行っていきたいと思っております。

笠岡市

セントピックス

公益社団法人 真庭市シルバー人材センター

【大学生から学ぶ 食育講座】

令和4年12月、美作大学食物学科の学生を講師に、延べ6回クッキング講座を開催しました。今回は「免疫力を高めるお弁当」をテーマに、調理手順やポイントを教えてもらいながら一緒に調理しました。食事と免疫力の関係や免疫とは何か、なぜ大切なのかの講話を聴き、食生活の見直しをする良い機会となりました。



食育講座

【地域通貨「まにこいん」を学ぶ】

令和5年1月より真庭市地域通貨「まにこいん」が始まりました。アプリのインストール、QRコードを読み取る、現金チャージ、市内登録店舗でのキャッシュレス決済などの利用方法について学びました。これからはスマホの活用が必要なデジタル社会を迎えています。まにこいん利用者の拡大、地域内経済環境の推進にシルバー人材センターも貢献しています。



スマホ講座

【創作マジックに挑戦】

岡山県奇術連盟会会長 小川浩先生を迎えて、マジック講座を開催。参加した会員は、目の前で繰り広げられる先生のマジックに興味津々。披露されたマジックは5つで、それぞれやり方やコツを教えていただきました。先生は「上手なマジックよりも楽しいマジックを」と言われ、童心に戻ったようなワクワク感あふれる楽しいひと時でした。



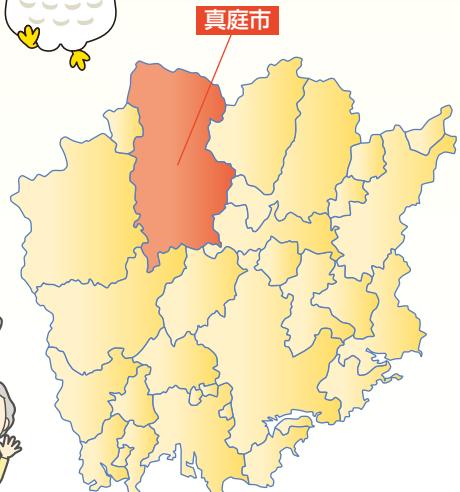
創作マジック講座

【令和5年度事務局職員】

魅力あるシルバー人材センターを目指して、明るく楽しく仕事をしています。今後ともご指導を宜しくお願いいたします。



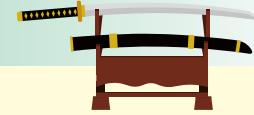
事務局職員



真庭市



公益社団法人 濑戸内市シルバー人材センター



瀬戸内市シルバー人材センターは、平成24年に公益法人の認可を受け、今年で11年目になります。

瀬戸内市は、自然に恵まれた地形で、北部には、上杉謙信の愛刀で、備前刀の最高峰である「山鳥毛」をはじめ数多くの日本刀・太刀を展示し、刀の鍛錬の実演も実施している「備前おさふね刀剣博物館」、中央には「千町平野」が広がり、南部には、風光明媚な島々が連なり「日本のエーゲ海」と称される観光スポットを有しています。



日本のエーゲ海



山鳥毛



刀の鍛錬

【ボランティア活動】

毎年10月には、日頃の感謝と普及啓発を兼ねて、3事業所の会員さんに呼び掛け、公共施設の草取りや剪定のボランティア活動を実施しています。



牛窓事業所



邑久事業所



長船事業所

【講習会の開催】

当センターにおきましては、就業途上・就業場所への往復時に交通事故は発生しておりますが、何時加害者や被害者になる可能性があるか分かりませんので、会員さんの交通安全に対する意識改革・注意喚起を目的に、毎年瀬戸内警察署交通課、瀬戸内市交通安全協会より職員の方を講師にお招きし、「交通安全講習会」を開催し、会員さんの交通安全に力をいれています。

また、就業中の傷害事故、特に「重篤事故」防止の目的で、交通安全講習会と合せて「安全就業推進大会」の開催、「三脚脚立の正しい使用」などの講習会を開催し、会員さんの安全就業への意識改革、注意喚起にも力をいれています。

これからも、役職員・会員が共に協力して、地域の皆様のご要望・ご期待に添えるように頑張ってまいりますので、今後ともご指導賜りますよう、よろしくお願ひいたします。



安全推進大会



脚立講習会



瀬戸内市



集まれ!! 元気な**60歳以上の方**



会員募集集中!!

シルバー人材センターで楽しく働きませんか?
あなたの経験がきっと役に立つ!
いろいろな分野の仕事に就業しています。
お問い合わせ・お申し込みは



あなたの街のシルバー人材センターへ

公益財団法人 岡山市シルバー人材センター	TEL 086-226-3100	公益社団法人 新見市シルバー人材センター	TEL 0867-71-2134
公益社団法人 倉敷市シルバー人材センター	TEL 086-426-3318	公益社団法人 真庭市シルバー人材センター	TEL 0867-52-4140
公益社団法人 玉野市シルバー人材センター	TEL 0863-21-4510	公益社団法人 早島町シルバー人材センター	TEL 086-480-0335
公益社団法人 総社市シルバー人材センター	TEL 0866-93-9110	公益社団法人 備前市シルバー人材センター	TEL 0869-64-3038
公益社団法人 津市シルバー人材センター	TEL 0868-23-5378	公益社団法人 瀬戸内市シルバー人材センター	TEL 0869-24-0467
公益社団法人 笠岡市シルバー人材センター	TEL 0865-62-2100	公益社団法人 美作市シルバー人材センター	TEL 0868-72-8711
公益社団法人 井原市シルバー人材センター	TEL 0866-62-8562	公益社団法人 里庄町シルバー人材センター	TEL 0865-64-5901
公益社団法人 赤磐市シルバー人材センター	TEL 086-955-6466	高梁市シルバー人材センター	TEL 0866-22-7243
公益社団法人 和気町シルバー人材センター	TEL 0869-92-9161	美咲町シルバー人材センター	TEL 0868-66-1336
公益社団法人 浅口市シルバー人材センター	TEL 0865-42-9778	矢掛町シルバー人材センター	TEL 0866-82-0848

表紙の説明



提供：公益社団法人 早島町シルバー人材センター

「いかしの舎(や)」

表紙の写真の「いかしの舎(や)」は、い草の町として栄えた早島町の代表的町家寺山家(畠表・経糸問屋、明治末期建築)を改修した建物で、早島に受け継がれた遺産を保存しながら、新しい文化を創造する拠点として今によみがえらせた観光施設です。風格ある母屋など、当時の栄えた早島をしのばせる建物が自由に見学できます。庭をみながらゆっくりお茶を飲み、ぐつろぐのもおすすめです。



編集後記

今年の夏も暑い日が続いている。熱中症は普段から気を付けることで、予防ができます。

高齢者は暑さやのどの渴きに対する感覚が鈍くなっています。のどの渴きを感じた時は、すでに体内の水分量は不足しているので、こまめに水分補給する習慣をつけましょう。

今号も理事長様、各センターの皆様には、ご多忙の中、原稿をお寄せいただき心より感謝いたしております。



第70号

会報 連シルバーおかやま

□編集発行 公益社団法人
岡山県シルバー人材センター連合会
住所／岡山市中区西川原251-1
おかやま西川原プラザ別館
TEL／086-201-7250
□ホームページ <http://www.okayama-ksjc.or.jp/>
□発行日 2023年7月31日