

<第146号>

事務局だより

平成27年6月10日発行

現在の会員数

合計 248名

(男性 166名)

(女性 82名)

□刈払機等操作講習(黒石会場)

就業分野の拡大をはかり派遣就業につなげるための講習を開催します。経験のない方、経験はあるがもっと知識を付け働きたい方などは是非受講してください。

シルバー人材センターに入会していない方でも参加できますのでお問い合わせのうえお願いします。

1. 日時 6月29日(月) 午前10時～午後12時
6月30日(火) 午前10時～午後5時30分
2. 場所 黒石市シルバーワークプラザ 研修室(2階)
3. 内容 「刈払機の知識と実技」・「接遇」など
4. 申込先 (公社)青森県シルバー人材センター連合会
電話 017-732-5757
5. 問い合わせ (公社)黒石市シルバー人材センターまで

□平成27年配分金支払日

会員のみなさんが就業した配分金の支払日は次のとおりです。

6月分	7月22日(水)	11月分	12月22日(火)
7月分	8月24日(月)	12月分	1月22日(金)
8月分	9月25日(金)	1月分	2月22日(月)
9月分	10月22日(木)	2月分	3月22日(火)
10月分	11月25日(水)		

※ 上記の支払日の午後1時から各郵便局で受け取ることができます。

※ 派遣就業の場合は、毎月27日が振り込み日です。(当日休みの時は前日)

□熱中症に気を付けましょう!

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態をいいます。屋外だけでなく屋内で何もしていなくても発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもありますので、体調の変化に気をつけましょう。

対策として、暑さを避けてのどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液などを補給すること。

□会費割引制度は今月末まで

3月号の事務局だよりと一緒にお知らせした、会費割引制度の利用は、今月末までとなっています。

5月27日の定時総会で報告したとおり、シルバー人材センターでは、農作業、草刈り、草取りなど、屋外の仕事ができる会員が少ないため、仕事の依頼が来ても断っている状況です。

ぜひ、あなたのお友達で、屋外の仕事ができそうな方がいたら、シルバー人材センターへご紹介ください。お友達が入会した場合、紹介した方・された方双方の会費が千円割引となります。

□理事長のつぶやき ～少しポッチャリで長生きを～

去る5月23日、藤崎町居住の娘の子どもが小学校へ入学して初めての運動会へ呼ばれ、カミさんら3人で会場の常盤小学校へ駆けつけた。当日は藤崎町合併10周年と小学校新築記念と銘打った記念すべき1回目の運動会である。

新しい学校・校庭の立派さには驚いたが、運悪く風が強くて砂ぼこりが舞う中、元気ハツラツの子ども達の姿を見て50数年前を思い出しながらの応援となった。

運動会は良かったが気になったことがある。それは太っていて辛そうな子ども達がかかり居た感じがしたのである。我々の小学校時代は、太って『股ずれ』が起きるような子ども達は皆無だったと思うが、飽食と云われる今日、食べ放題、飲み放題、捨て放題の状況では、未来の日本の屋台骨はどうなってしまおうのだろうかと思いつつ帰宅した。

そこで少し調べてみた。「世界肥満実態調査（GBD）」（188ヶ国のデータ）によると、世界中で肥満が増え続け、過体重と肥満の人は、1980年に8億8,500万人だったのが、2013年では2.5倍の21億人に増加したという。

21億人という数字は、世界の人口の3分の1に当たる膨大な数で、糖尿病や高血圧、高脂血症など成人病の子ども達が増えているとか。

国別では1位米国6,700万人、2位中国6,300万人、3位インド4,100万人で上位を占め、日本は2,300万人で人数だけみると34位だったが、欧米化してきた食生活もあり、5.5人に1人の割合で肥満という結果になっている。

日本人は太りやすい遺伝子を持つ人が多く、太った人は、心臓病やガン、糖尿病、関節痛、腎臓疾患などが発症しやすくなり、健康上のリスクが高まると言われ、肥満が原因で亡くなった人は世界で350万人と推計されている。

反面、男性も女性も少し小太りの方が長生きしている報告もあることから、適度に運動を行って、成人病などに注意しながら、少しポッチャリを目指して過ごしたいと思っているこの頃である。

発行 公益社団法人黒石市シルバー人材センター

〒036-0306 青森県黒石市大字内町61番地1

TEL 0172-52-5131

緊急連絡先 080-6011-5131