

シルバー人材センター



シルバーマーク

ニュース ゆんたく

発行所

公益社団法人 沖縄市シルバー人材センター
〒904-2155 沖縄市美原 3丁目1番1号
電話番号 (098) 929-1361
<http://www.okinawasisi.com>
2月末現在の会員数691人
(男性409人・女性282人)

地区総会開催日程

中 校 地 区	開 催 日	開 催 時 間
美東・東 中校地区	3月11日(水)	午前10時 ~
コザ 中校地区	3月11日(水)	午後1時 ~
安慶田 中校地区	3月18日(水)	午前10時 ~
越來・宮里 中校地区	3月21日(土)	午前10時 ~
山内 中校地区	3月22日(日)	午前10時 ~
美里 中校地区	3月25日(水)	午前10時 ~

みんなが盛り上げよう地区総会

各地区の26年度総会が3月11日から同25日にかけて、シルバーワークプラザ会議室において左記日程で開催されます。26年度の活動、決算報告及び27年度の活動計画、予算を決める重要な会議となります。また、役員改選も行われます。全員参加で地区総会を大いに盛り上げて下さい。

地区会員の皆様のご意見を反映し、新役員のもと活力ある楽しい組織を作っていきますよう。



泡瀬交差点では美東・東中校地区の会員が登校時の子どもたちの安全を守っています。併せて下校時には安全パトロールも実施、地域の方々からも大変喜ばれている。



各中校地区では楽しいスポーツや親睦会、ハイキング等が活発に行われている。

シルバー人材センターの理念

自 主 自分のものとして考え

共 働 一緒になって働き

自 立 自分たちの力で育てる

共 助 お互いに助け合う

第12回
理事会

配分金二桁の伸び
就業延人員も増

第12回理事会が2月24日、シルバーワーク
プラザ会議室で開催された。
議案審議に先立ち、平成26年9月～同27年
1月までの理事長、副理事長及び常務理事の
職務執行状況が報告された。(第2回)
議案第1号「正会員の入会」については、
1人(女性)が承認され、その結果2月24日
現在の会員数は691人(女性282人・男
性409人)となった。尚、1月の退会者は
1人。
平成27年1月実績では、会員数690人で
22人の減(3%)、就業実人員426人
(就業率61.7%)で8人の減(2%)、
就業延人員は4113人で279人の増(7
%)、配分金は約1899万円で約203万
円の増(12%)、契約金額は約2591万円
でほぼ同額となった。(いずれも対前年比)
最後に当面の日程が確認された。

就業相談日のお知らせ

毎週月・水曜日
午前10時～午後4時
シルバーワークプラザ会員研修室
お気軽にご相談ください。

島袋哲行さんに奨励賞

沖縄市産業まつり 一般作物展

第38回沖縄市産業まつりが1月24、25の両
日、県総合運動公園内の体育館や周辺広場で
開催された。
体育館ブースの「花とやさいのエリア」で
あった一般参加農作物展に、当センター副理
事長の島袋哲行さんが自家製ジャガイモを出
品、見事奨励賞を獲得した。
島袋さんが毎年野菜作りを楽しみ、知る人
ぞ知る「ジャガイモ名人」。
「プロの方々の作品の中の今回の受賞は、
今後の励みになります」と話していた。



「沖縄市産業まつり」特設会場でセレモニー・表彰式が行われ、多くの作品の中から一般農産品奨励賞に輝いた島袋哲行さん。

「ゆんたくまちや」情報

「ゆんたくまちや」で毎週開催されている
各種講習会で、受講生が作製した作品を3回
シリーズで紹介します。その第2回・・・



孫たちも大喜びのワンピースに仕上げてみました



紙粘土で作った
キッチンの
タオル掛け

各種講習会は随時開催しています。
お弁当を食べながら、ゆんたくしながらの手づくり
あなたも作ってみませんか？いちすがなまやさ！
興味をお持ちの方「ゆんたくまちや」まで。
(995 8423)

講座名	曜日	時間	受講料	講座内容
パソコン入門	水曜日	10時～12時	6,000円	初心者向き
	金曜日	13時～15時		基本操作
		19時～21時		文書作成・インターネット
ワード中級	水曜日	13時～15時	7,200円	表やイラストを挿入した本格的な文書作成
		19時～21時		
	金曜日	10時～12時		ハガキ作成
エクセル基礎	火曜日	13時～15時	7,200円	基本・表計算等
総合クラス	土曜日	10時～12時	8,400円	ワード・エクセルを中心に希望者(PC持ち込み可)
DVD作成講座	木曜日	10時～12時	8,400円	デジカメやムービーメーカー、メディアプレーヤーの活用で音楽や画像の取り込み、編集・活用を楽しむ
	木曜日	19時～21時		
デジカメ&応用	木曜日	13時～15時	8,400円	画像を使った色々な作品作りを通じて、楽しみながらパソコンのスキルを高める。
	火曜日	19時～21時		



受講しませんか
「第一期(四～六月)パソコン講座」



* テキスト代
 ・パソコン入門&中級ワード・・・2,160円
 ・エクセル・・・・・・・・・・1,296円
 ・デジカメ・・・・・・・・・・500円
 * 材料費
 ・用紙、印刷代として・・・300円～500円

定員・・・各講座17名
 (先着順/切り)
 申込・・・3月9日(月)～13日(金)
 午後1時～4時
 地域、年齢は問いません。
(駐車場完備)

お申込・お問い合わせ
 (公社) 沖縄市シルバー人材センター
 〒904-2155 沖縄市美原3-1-1
 Tel 929-1361

期 4月～6月
 期 7月～9月
 期 10月～12月
 期 1月～3月

夜間講座始めました!
 初心者に優しい講師が
 皆様をお待ちしています。



上位入賞者

女子優勝	大盛 春子
男子優勝	山田 浩
準優勝	豊里 昌稔
3位	大城 常英
ブービー賞	新垣 富次男



わった～同好会

ボウリング同好会(山田浩会長)は恒例の新春大会を1月18日、ドラゴンボウルで開催した。参加者14人は日頃の練習の成果を存分に発揮し心地よい汗を流した。
 女子の優勝は大盛春子さん、男子は山田浩さんが2連覇を達成した。表彰式と懇親会は千広会館に場所を移して行われた。

新年から熱い戦い
 ～ボウリング同好会～

中城湾港新港地区でも開催前清掃

就業グループ8人がマラソン支援

中城湾港新港地区就業グループ（金城武夫リーダー）は、第23回「2015おきなわマラソン」開催前日の14日、コースになっている同地区内の清掃ボランティアを行った。

参加した会員8人は朝8時に集合、金城リーダーを中心にミーティング、広い地区内の清掃段取りを決め作業に入った。



清掃ボランティアに参加した（写真後列右から）金城武夫リーダー、義元得一さん、島袋政夫さん、宮里孝明さん、亀谷長徳さん（前列右から）小浜信子さん、佐和田マサ子さん、新垣秀子さん。



ボランティアに参加した（写真前列左から）江田清郎さん、我如古盛康リーダー、町田千代子さん、（後列左から）喜屋武盛孝さん、仲本初枝さん、山城貞雄さん、宮城悦子さん、仲井間宗栄さん、屋宜盛一さん、宇良宗一さん（上）

一本一本精魂こめて植付けする参加会員たち（下）

「ハイビスカスで公園を埋め尽くそう」とNPO法人沖縄市体育協会が平成21年度から行っている植樹祭が2月8日開催された。

ハイビスカスで埋め尽くそう
コザ総合運動公園で植樹祭

沖縄市民の花であるハイビスカスを、コザ運動公園内に毎年1000本、総計1万本を植栽し県内1のハイビスカス園の誕生を目指す。当センターから同公園草刈就業グループ（我如古盛康リーダー）10人がボランティア参加、慣れた手つきで次々と苗を植え付けていった。



写真協力＝比嘉操さん



刈払機事故ゼロ目指し再講習 草刈班48人が参加



不安全行動と不安全状態をなくせば、事故も災害もなくなる。

過去5年の当センターにおける就業中の事故件数は、年々減少傾向にあり、会員の意識向上が功を奏したと言える。とは言え刈払機による事故占率は相変わらず高い。(別表)

センターでは、不安全行動・状態を無くそうと草刈班の再講習会を実施した。講師は徳永軍一常務理事。参加した48人は真剣な眼差しで机上講習、実技に取り組んでいた。

ハインリッヒの法則

1件の大きな事故・災害の裏には、29件の軽微な事故・災害、そして300件のヒヤリ・ハット(事故には至らなかったもののヒヤリとした、ハットした事例)があるとされる。



過去5年の事故件数

(別表)

	平成22年度	23年度	24年度	25年度	26年度(27年1月現在)
傷害事故	4	7	6	3	1
物損事故	5	4	5	4	3
内刈払機による事故	3	2	2	2	3
合計	9	11	11	7	4

新入会員紹介

2月24日付で1人(女性)が新会員として入会しました。

地区の皆さんよろしく。

玉木 美智子 (美里中校地区)

「全国統一スローガン」
「見逃すなヒヤリで済んだあの経験」

「刈払機取扱作業者に対する安全衛生教育」のお知らせ

「技術・技能及び安全面の向上を目指す」

- ・開催日 平成27年3月25日(水) 午前9時〜午後4時
- ・場所 シルバーワークプラザ大会議室
- ・参加希望者は3月23日(月)までに事務局へお申し込みください。
- ・参加人数によっては翌月に繰越しとなる場合があります。予めご了承ください。

「沖繩市SCスローガン」

「ひやりとしたあの体験を今活かせ」

健康講話

「脳梗塞」は予防できる 生活習慣を見直そう

脳細胞は、その活動を維持するために血液中にある酸素と糖分を栄養として摂り込んでいます。血液の流れが滞り、これらが不足すると脳細胞は機能できなくなり壊死してしまいます。これが脳梗塞です。

脳卒中は、がん、心臓病に次いで死亡率第3位。「寝たきりになる原因」の3割が脳卒中などの脳血管疾患です。そして治療で一番重要なことは発症してからの経過時間です。緊急を要します。



徳洲会病院 手術室 看護師長 曾根 史郎

脳卒中の予防10カ条

- 手始めに 高血圧から 治しましょう
- 糖尿病 放っておいた 悔い残る
- 不整脈 見つけ次第 すぐ受診
- 予防には タバコを止める 意思を持って
- アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
- 高すぎる コレステロールも 見逃すな
- お食事の 塩分・脂肪 控えめに
- 体力に 合った運動 続けよう
- 万病の 引き金になる 太り過ぎ
- 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

リスクチェック

- ストレスを感じる事が多い
- 野菜が苦手、または摂取量が少ないと感じる
- お酒の摂取量が多い
- 家系に脳卒中を起こした人がいる
- 睡眠不足なことが多い
- 魚より肉を良く食べる
- タバコを吸う
- 不整脈があると診断されたことがある
- 血圧が高い
- 塩辛い物、味の濃い物が好き
- 肥満気味
- 運動はあまりしない
- 怒りっぽい、イライラする

5つ以上当てはまった場合は要注意、7つ以上だとかなり脳梗塞の危険度が高いと言える。

油断禁物、脳梗塞のさまざまなサイン（前兆）は・・・

- 朝、起き掛けに手足がしびれている（麻痺）
- 食事中に箸を落とす（脱力）
- 言葉が出ない、理解できない、話のつじつまが合わない（言語障害）
- 物が二重に見える（視覚障害）
- ろれつが回らない
- 目眩がする



2月9日、徳洲会病院内で行われた 曾根史郎看護師長の講話より

“でいい”への投稿お待ちしています

琉歌・川柳・俳句・詩・短歌・コラム・体験談・漫画・私の武勇伝・面白い話・怖い話等お待ちしています。また、当センター及び「ゆんたくまちゃ」への御意見、ご要望も是非お寄せ下さい。

匿名、ペンネームでの掲載は自由ですが、応募に際しては実名をお願いします。

平成27年度正会員 登録手続きの御案内

平成27年度（平成27年4月1日～平成28年3月31日）の会員登録更新の時期が参りました。会費3000円を期限内に納入し、登録手続きをして頂きますようご案内申し上げます。

・会費納入期限 平成27年3月31日

事務局だより

無事故記録

平成27年1月22日
～ 27年2月25日現在

35日

あなたの生活を真心でお手伝いします。
生活援助・身体介護

お食事の準備



食事介助

お洗濯



入浴介助・
清拭・洗髪

お買い物



衣服の着脱
の介助

お掃除



外出時の付き
添い介助



同好会

- 三線
- 琉舞
- 手工芸
- ボウリング
- パソコン
- グラウンドゴルフ
- 書道

《あなたもシルバーで
生きがいを見つけませんか》
市内に居住する60歳以上で就業や同好会、
ボランティア活動を希望する方

編集後記

警察庁がまとめた13歳未満の子どもを狙った「連れ去り」が9年ぶりに100件を突破したというニュース。(1月29日付沖縄タイムス)

県内でも、強制わいせつ目的などの「連れ去り」が増加。14年は5件で前年より4件増え、被害者は全て女性だった。県警も13年から「学校ゆいまーる活動」をスタート、犯罪防止に力を入れている。当センター会員の地区活動では下校時安全パトロールを展開しているが参加者の減少傾向が気にかかる。地域全体で児童たちを守っていききたい。

編集 諸喜田信敏
東條 正躬
田中 穰

3月の予定

10日(火) 午前10時
新会員入会説明会

20日(金) 午前10時
理事会

25日(水) 午前9時
刈払機取扱い作業者
に対する安全衛生教育