

事務局だより

平成30年9月



長所の発見

他人の長所を知ることで、自分の長所を再発見することがあります。

仕事をする場合、様々な人たちと一緒に働きますが、指示や助言をされた時、素直に受け入れられずに「傷つけられた」と感じ、人間関係がギクシャクする事があります。

他人に注意を促す際は、欠点や弱点だけを指摘するのではなく、肯定的な表現を用いて伝えるようにすると効果的ということです。

否定的な言動だけでは、注意の本質よりも否定された印象が強く残ります。

「プラスの言葉」は、計りしれない大きなものです。相手の長所を尊重し褒めるための、新しい言葉や表現を増やしながらか仕事仲間と接し、毎日楽しく就業しましょう。

安全適正就業研修会の報告

去る8月25日(土)入会3年から5年の会員を対象に「安全適正就業研修会」が当センター2階大会議室で開催されました。いなべ市長寿福祉課 宮木容子保健師の「高齢者の健康づくりについて」という演題で約1時間お話をさせていただきました。

いなべ市の、総人口と高齢化率、介護認定者数の推移、要支援・要介護の原因、平均寿命と健康寿命についての現状を説明されました。

また、食事について、高齢者に必要な栄養分や1日に必要な食品の摂取量の目安、水分摂取量、運動等の話をさせていただきました。

続いて、市社会福祉協議会の位田卓也作業療法士より「イスに座ってできる貯筋体操」を紹介していただき参加者と一緒に体操をしました。

参加者は、「この体操なら毎日簡単にできるので続けられます」などの感想を頂きました。

また、普段から健康に気を付けてみえる方が多くスムーズに体を動かしてみえました。

入会説明会(毎月1回開催)

時間と場所は下記のとおりです。

日時：9月18日(火) 午後1時30分から

10月15日(月) 同上

場所：北勢福祉センター2階

出前入会説明会

日時：10月1日(月) 午後1時30分から

場所：藤原文化センター

ご近所の方やお知り合いで、仕事を探してみえる市民の方をご紹介下さい。

冬用の作業服を申し込みされた方は9月25日から28日の間に事務所まで取りに来て下さい。

今月は、「事務局だより/就業情報」・「安全就業だより」
「配分金明細書(8月就業者)」
「シルバーいきいきフェスタ2018」参加者募集案内

互助会から「パソコン同好会案内」を同封しました。

交通安全マナー研修のご案内

いなべ市シルバーでは毎年、交通安全マナー研修を実施しています。

本年も下記の日程で開催しますので、普段の運転を見直すキッカケとしてご参加下さい。

(バスで乗り合わせて研修場所へ向かいます。)

*受講済の方はご遠慮下さい

日時：平成30年11月15日(木)

場所：三重県交通安全研修センター(津市)

定員：24名(定員になり次第締切)

対象：普通・大型免許所持者

迷惑ハガキはやめましょう

最近、シルバー人材センターの名前を使って会員宛に迷惑ハガキを送付される方がいます。このような事は絶対にしないで下さい。

お知らせ

9月16日(日)のいなべ総合病院の草取りボランティアは都合により中止になりました。

(記事についての問い合わせ事務局 ☎82-1800)