



事務局通信

さえずり

第401号〔令和5年3月1日発行〕
公益社団法人
真岡市シルバー人材センター
Tel.0285-84-1110/FAX0285-84-1109

弥生、3月を迎え、春の便りが届き始めています。一方、日々の寒暖の変動が大きく、天気も変わりやすい時期です。体調管理には十分留意し、安全就業を心がけて下さい。

お
知
ら
せ

【会員の継続手続き】～地域連絡員が訪問します～

地域連絡員が手続きのために、会員の皆さんのお宅を訪問します。
3月17日（金）までに年会費等を連絡員にお渡しく下さい。

- ◆継続の場合・・・シルバー人材センター年会費 2,000円
// 互助会費 500円
- ◆退会の場合・・・退会届・会員手帳を提出してください。

『パソコン・スマホに関するアンケート』を実施します

当センターの今後の事業運営の参考とさせていただくために、
アンケート（別紙）を実施しますので、ご協力をお願いいたします。



シリーズ《安・全・就・業》⑧

転倒・転落などの事故に注意！！

シルバー保険で給付の対象となった事故等で一番多いのが、「転倒」です。
その要因には、加齢による平衡機能や筋力などの身体の機能低下があります。
《つまづき》 《滑り》 《転落》

◆転倒を予防・防止するには・・・～以下の点に注意！～

- ・下半身の筋力を維持するような体操を行う。
- ・脱げやすい靴やサイズの合わない靴を履かない。
- ・丈夫な骨を維持するような食生活を心がける。

刃物研ぎ

【日時】3月8日（水）・22日（水）※受付時間：午前9時～午後2時まで
【場所】シルバー人材センター事務所前

【3月の支払日】

- ◆配分金：3月15日（水）【翌月の配分金支払日】4月17日（月）
- ◆派遣の賃金：3月24日（金）【翌月の派遣賃金支払日】4月25日（火）



～～別紙に「就業者募集」を掲載しています。～～