

SILVER・エコー

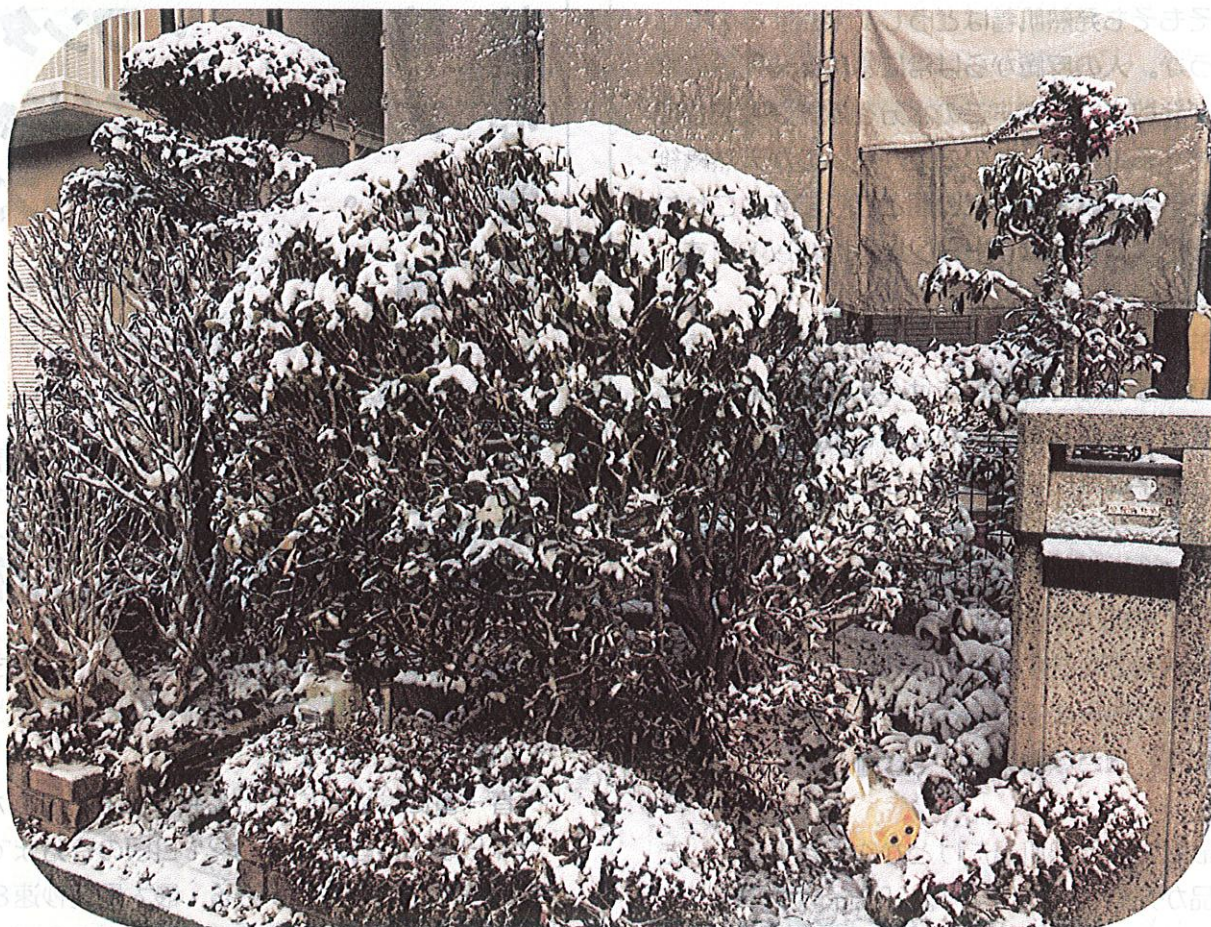
ECHO

2月号

vol.374



【今月の気になる1枚】



「10年に一度の最強寒波襲来」と、日本各地に記録的な降雪や寒さが予測され注意喚起されていた1月25日。朝起きてスマホで気温を確認するとマイナス6度。雪はどうなっているかと気になって外に出てみると、庭木にうっすらと積もっている程度でした。

でもさすがに最強寒波。三田は大きな被害はありませんでしたが、その後も寒波は居座り雪は降ったりやんだり、底冷えのする厳しい寒さが続きました。

日常で見かけたちょっと変わった景色、偶然撮れた奇跡の瞬間、ちょっと笑えるユニークなシーンなど、ご自身が撮影された画像に簡単なコメント付けて、事務局までメールで送ってください。また、画像やコメントは、編集する場合がありますので、予めご了承ください。会員の皆さんの投稿をお待ちしています。



【発熱肌着でかぶれませんか】

秋から春先までお世話になることが多い、発熱肌着（ヒートテック、ピースフィット等）でかぶれませんか？

そもそも発熱肌着はどうして発熱するのでしょうか。人の皮膚からは常に水蒸気や汗等の水分が発散されます。この水分を繊維が吸収して発熱するのです。この効果が高いのが天然繊維系で羊毛＞麻＞絹＞綿の順となります。これに対し化学繊維系はレーヨン以外は綿以下です。

羊毛の肌着は分厚く、チクチクするし、値段も高くなるので普及しません。そこで化学繊維でフィット感を高め暖かく感じるようにしたり、化学繊維に特殊処理をしました。

ではかゆみはなぜ生じるのでしょうか。それは肌着と皮膚の摩擦によるのです。適当な隙間がない状態で体を動かしていると皮脂が取れてより乾燥が進みます。するとかゆく感じる方が増えます。適当な隙間は1～2mmとのこと。

最近では発熱肌着だけとかゆみを少なくした商品が発売されています。「モイスケア」（モイスはモイスチャー＝湿度から）と呼ばれているもので、アクリルに吸湿性を持たせており、割高ではあるものの皮膚のトラブルが少ないそうです。

発熱肌着の効力は1年から3年程度とのこと。3年も着るとユルユルになり熱は逃げやすくなります。

買替時も発熱肌着それとも天然繊維？



(H・Y記)

漢字 あ・ら・かると

漢字で書いた名前は何と読むでしょう。食べ物です。線で結んでみてください。



車厘	・	ところてん
蒟蒻	・	ラーメン
乾酪	・	ワンタン
心太	・	こんにゃく
雲吞	・	チーズ
拉麵	・	ゼリー

×ーㄥ/鮮啤・人々人々/呈量・ㄣㄥㄥㄥ/ㄣㄣ
 ㄥーㄥ/躍躍・ㄣㄣㄣㄣ/驚躍・一ㄣㄣ/画車

(A・O記)

気まぐれト〜ク

気象庁から春一番が吹きました、と発表されると、ああ、もうすぐ春、暖かくなるんだと、嬉しい気持ちになります。

春一番には地域によって異なるそうですが、2月4日頃の立春から3月21日頃の春分までの間に、日本海に低気圧がある・最大風速秒速8m以上などの定義があります。春の到来を告げてくれる風、という明るいイメージとは裏腹に竜巻など突風を起こすことがあるため海難事故や、急な気温上昇で雪崩を招いたりする危険な風です。

元々は江戸末期に長崎県の壱岐沖で漁船が強風にあおられて転覆、多くの漁師が犠牲になった事故以来、漁師たちが警戒して強い南風を春一・春一番と呼ぶようになったとのこと。意外な背景を知って少し驚きました。

私たちの年代では春一番と聞くと、キャンディーズの明るく可愛い歌を思い出す方も多いのではないのでしょうか。

(A・O記)



会費と退会に関する注意点

☆会費について・・・

会費は、お仕事の紹介料ではなく、シルバー事業に賛同いただいた上の費用負担となりますので、紹介の有無にかかわらずお支払いいただくこととなっており、入会と同時に発生し、毎年4月から5月末までの間に、当年度分をお支払いいただくこととなっています。（5月末まで退会には、会費は発生しません。）



4月の就業で、3,000円以上の配分金がある方は、5月の支払い配分金から控除させていただきます。また、ご夫婦の場合は、「夫婦会員会費免除」が適用されますので、希望される方は申請してください。本年度申請された方も、**毎年の申請を必要とします**のでご注意ください。

☆退会について・・・

退会を検討中の方は、お電話、口頭での受付けをしておりませんので、所定の退会届もしくは、退会の旨を記載した書面を、事務局へお届けください（代筆可）。その際、未納会費がある場合は、会費納入後の退会となります。



6月以降に退会申請をされますと、当年度の会費が発生しますのでご注意ください。

スマホの悩みスッキリ解消！！

2月6日（月）9時30分より、「スマートフォンお悩み相談会」が開催され13名の会員さんが参加されました。使用されているスマホは圧倒的にAndroid型が多く、高齢者向きの機種も目立ったようです。

質問の内容は「ライン」の使い方、カメラやショートメールの使い方など、今まで不安だったり、理解できていなかったお悩みが、いろいろ噴出したようです。

今回は、大学生をはじめとする4名の相談役が手分けして、3～4名の会員さんを相手にそれぞれのお悩みにお応えするという形式だったので、細かな点まで丁寧に対応してもらえたのではないかと思います。

終了後の会員さんは、「良かった」「楽しかった」「またやって欲しい」との感想と、満足げな表情で帰宅され、相談役となった大学生たちは、なかなか伝わりにくく苦労した点もあったようですが、自身のおじいちゃん、おばあちゃんを相手に教えてるみたいだったと、こちらもいい感触でした。



今後は、高齢者でもスマートフォンを使いこなす機会がどんどん増えていくことが予想され、シルバーでも、スマートフォンを活用した情報発信も考えていかなければならないと思います。

シルバーお年玉脳トレクイズ解答

先月号の「お年玉付き脳トレクイズ」多数のご応募をいただきありがとうございます。

厳選なる抽選の結果、それぞれの当選者に通知を同封させていただき、残念ながら、抽選漏れとなった方には「QUOカード」をお送りしておりますので、ご確認ください。

今回、夫婦会員の方にはエコーが1部しか届いていないことから、回答も1通との誤解を招いたようなので、今後はそのようなことの無いよう留意したいと思います。

クイズの正解

イ

キ

ガ

イ

（生きがい）

独自事業の運営

1月20日（金）9時30分より、業務部会による独自事業意見交換会が開催されました。
現在活動している5つの独自事業の代表者から、本年度の運営状況や今後の事業展開を確認し、状況に応じて部会からの助言を行うなど、事業運営の要となるところです。

今回は、それぞれの代表者と個別に対面する形式としたため、込みいった内容まで話すことができ、あらゆる点において共通認識を持てたと思います。



令和2年度はコロナ禍であったため、どの事業も落ち込み昨年度から徐々に回復傾向となっていますが、更なる事業向上を目指すためには、今以上の活発な運営を要する事業が多いと思われます。

また、多くの事業で人員不足が課題となっており、高齢化と共に作業の負担が増えてきていますので、興味のある方は、ホームページで独自事業の概要をご覧いただき、参加していただければと思います。



・竹炭づくり ・野菜作り ・EMしゃぼん作り ・子育てカンガルー ・着付け教室

会員意見交換会開催のご案内

地域班解散後、会員と役員や事務局との接点が希薄になったとの声を聞くことがあるため、総務財政部会では、会員の皆さんとの意見交換を開催することとしました。

今後の事業運営において、有意義な機会になればと考えていますので、下記の内容にて多数のご参加をお待ちしています。

- ・日 時 令和5年3月13日（月）
午前：10：00～11：30
午後：14：00～15：30

- ・場 所 三田市シルバー人材センター1階 多目的室

- ・定 員 午前、午後 各15名

- ・内 容 ① 事務局からの情報提供（事業運営状況等）
② 事業運営に関する質疑応答（個人的な案件はご遠慮ください。）
③ 事業運営に関するご提案（就業開拓、PR方法、親睦事業など）

- ・応募方法 下記の内容を明記のうえお申込み下さい。（郵送、持参、メール、FAX）

- ① 会員番号、会員氏名
- ② 参加希望時間帯（午前、午後）
- ③ 質疑及びご提案内容

- ・締め切り 令和5年3月6日（月）または、定員に達した場合。

※当日は、駐車場が混雑する恐れもありますので、自家用車での来所にご配慮下さい。



公益社団法人 三田市シルバー人材センター

〒669-1323 三田市あかしあ台5丁目32番地2

TEL:079-564-7501 FAX:079-553-1300

E-mail:sandasilver631015@sandasc.org HP:http://www.sandasc.org/

