

# 第2回 ふるさと門真まつり 盛大に開催されました



## 事務局通信

平成30年7月21日（土曜日）晴天に恵まれ、最高気温は37℃の中、メイン会場の（旧）第六中学校グラウンドでは、「オープンングライブ・式典・盆踊り・模擬店」が、新総合体育館では、「市民ライブステージ・啓発ブース・大道芸・段ボール迷路」、午後1時より夜9時まで随時開催され、延べ4万9千人あまりの来場者をお迎えしました。

会場は、猛暑と来場者の熱気が充満、ミストシャワー・センターうちわが大活躍！センターでは、啓発コーナー、やきそば・フランクフルト・かき氷・アイスを模擬店で出店し、たくさんの皆さんに喜んでいただきました。

また、自転車整理・案内誘導・清掃活動にと沢山の皆さんにボランティア協力いただきました。

【会場風景等詳しい内容は、5ページに掲載しています】

**「健康生活アンケート」**  
提出期限は8月末

このアンケートは、公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団との共同研究で、皆さんも日頃感じている『働いている高齢者は元気』を学問的に検証することを目的に「生きがい就業」と「健康度」の関係をデータとして統計的に処理し、シルバー人材センターの「生きがい就業」の有用性を検証しようとするものです。

このアンケートに回答する地道な協力が、センター事業の大きな応援団になります。

【回答の期限は、8月末日ですが、現在の回収率は、まだ、70%に届いてません。回答者が多いほどデータの信頼性も高くなります。お忘れの無いように、必ず、ご提出をお願いします。】

喫茶チエブクロ  
気楽に「ゆづり」  
フレンドは、チエブクロで！

門真市医師会監修の緊急時連絡カードです。裏面に住所、電話番号、緊急時の連絡先を記入してください。

**緊急時の連絡カード**  
監修：門真医師会  
私に何かあった時には、裏面の緊急連絡先に連絡をお願いします

氏名： \_\_\_\_\_  
生年月日： \_\_\_\_年 \_\_\_\_月 \_\_\_\_日

住所： \_\_\_\_\_  
電話番号： \_\_\_\_\_

緊急時連絡先： \_\_\_\_\_

**もしもの時のお守り「緊急時連絡カード」を希望者に配布します**

暑い日が続いていますが、皆さん体調はどうですか？水分補給と適度な休憩に気を付けていても、疲れなどから熱中症等で倒れてしまう事があります。

それが、家など誰かの目が有るところでならまだ良いのですが、外出中に倒れてしまつた場合、たつたに役立ちます。この、

**設立40周年記念事業の委員として活躍していただける方を募集中!!**

当センターは、2020年10月に、設立満40年を迎えます。会員の皆さんと役員がともに祝える楽しい記念事業を実施したいと考えており、多くの方に参画を希望しております。

この記念事業「催しの企画運営や記念誌等の編集纂など」に、参画しお手伝いいただける会員様を募集しております。

ご協力いただける方は、一般募集期間の8月10日（金）～24日（金）までの間に、事務局の樋口まで、ご連絡をください。

本年度の地域班組織のブロック別懇談会の予定は、個別に6月にすでにご案内してありますが、地域の会員の皆様と役員・事務局が一堂に会する年に一回の懇談の機会です。お住まいの地域ブロック別懇談会の日程を確認し、必ず出席しましょう。



平成30年度 地域組織 ブロック別懇談会 日程表

地域	日時	場所
第1ブロック 担当地域班【門真・北・浜・中央・門真西】	8月25日(土曜日)14時～(13時30分受付)	市立公民館 1階 集会室 (門真市新橋町34-24)
	8月26日(日曜日)14時～(13時30分受付)	
第2ブロック 担当地域班【速見・古川橋・上野口・大和田】	8月18日(土曜日)14時～(13時30分受付)	市立文化会館 1階 大ホール (門真市中町2-3)
	8月19日(日曜日)10時～(9時30分受付)	
第3ブロック 担当地域班【二島・五月田・沖・南】	8月25日(土曜日)10時～(9時30分受付)	市立市民プラザ 1階 視聴覚室 (門真市大字北島546)
	8月26日(日曜日)10時～(9時30分受付)	
第4ブロック 担当地域班【四宮・北巢本・東・脇田】	8月18日(土曜日)10時～(9時30分受付)	市立北巢本小学校 2階 図書室 (門真市北巢本町2-11)
	8月19日(日曜日)14時～(13時30分受付)	

ご自分の参加するブロック懇談会が不明の方は、事務局にお問い合わせください。

8月・9月の主な予定

日時	曜日	案件	時間	場所
12	日	プラザde朝市～門真もん	10:00～13:30	門真市民プラザ
		入会説明会	11:00～12:30	門真市民プラザ
15	水	三役部会長会議	10:00～12:00	センター大会議室
17	金	組織専門部会	17:00～19:00	センター大会議室
18	土	第4ブロック地域懇談会	10:00～12:00	北巢本小学校 図書室
		第2ブロック地域懇談会	14:00～16:00	市立文化会館 ホール
19	日	第2ブロック地域懇談会	10:00～12:00	市立市民プラザ 1階視聴覚室
		第4ブロック地域懇談会	14:00～16:00	市立南部市民センター ホール
20	月	シルバー便利やDay	9:00～15:00	センター・市役所別館ロビー
		よろず相談日	9:30～12:00	センター小会議室
		編み物教室	13:00～15:00	センター大会議室
24	金	適正就業推進委員会	10:00～12:00	センター大会議室
		入会説明会	14:00～16:00	センター大会議室
25	土	就業開拓専門部会	15:30～17:00	喫茶チエブクロ
		第3ブロック地域懇談会	10:00～12:00	市立市民プラザ 1階視聴覚室
26	日	第1ブロック地域懇談会	14:00～16:00	市立公民館 1階 集会室
		第3ブロック地域懇談会	10:00～12:00	市立市民プラザ 1階視聴覚室
30	木	第1ブロック地域懇談会	14:00～16:00	市立公民館 1階 集会室
		第4回 理事会	10:00～12:00	センター大会議室
1	土	ボランティア清掃活動	8:50～10:00	弁天池公園
		シルバー便利やDay	9:00～15:00	センター・市役所別館ロビー
		よろず相談日	9:30～12:00	センター小会議室
3	月	編み物教室	13:00～15:00	センター大会議室
		プラザde朝市～門真もん	10:00～13:30	門真市民プラザ
9	日	入会説明会	11:00～12:30	門真市民プラザ
10	月	入会説明会	10:00～12:00	センター大会議室
15	土	ボランティア清掃活動	8:50～10:00	キラッとかどま/市役所・センター周辺

# 公認同好会からのお知らせ (VOL.5)

## パソコン同好会

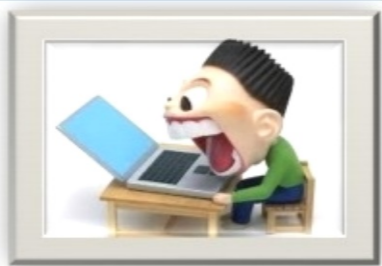
### 9月活動日程

日時：9月 4日 (火曜日)  
9月 13日 (木曜日)  
9月 21日 (金曜日)  
13時～15時までの2時間

場所：センター大会議室

講習内容：エクセル問題集・その他

会員募集：パソコンの講師を募集いたします。



連絡先) フクイ  
090-3945-0340

## 将棋同好会

### 今後の活動予定

日時：8月23日 (木曜日)  
9月13日 (木曜日)、9月27日 (木曜日)  
13時～17時までの4時間です

場所：センター事務所 小会議室  
連絡先) 090-5096-2011 (古田まで)  
090-5048-7498 (藤岡まで)



## あおい会 (手芸)

8月の活動はお休みさせていただきます。



事務所入り口に「手作り作品 展示販売」を行っています。興味のある会員さんは、一度手に取って確認してください。また、毎月第2日曜日市民プラザ「朝市かどまもん」や弁天池公園「ふれあいイベント」にも出店しています。

あおい会では、毎月第4水曜日にシルバー人材センター小会議室で手作り作品の講習会を行っています。経験のある方、未経験の方や男性の方も一緒に活動に参加しませんか。  
連絡先) 090-7113-3525 (松尾まで)

## 会員数目標1700人

平成30年8月1日現在値

会員総数	男性会員	女性会員
1,709	1,002	707
+16	+9	+7

(対前月比)

年度末会員数1700人に再チャレンジ!よろしくネ!

キラッと!かどま2018日程変更に伴い、9月1日(土)予定の市役所・センター周辺の清掃ボランティアは15日(土)に変更致します。  
8月は、清掃ボランティアも「夏休み」。  
再開は、9月1日(土)の弁天池公園で清掃ボランティア『ふれあいイベント』として再開します。今は猛暑に耐えて、体力を温存し、9月から、また、奮ってご参加くださいネ。

# チエブクロー通信

7月は西日本豪雨、門真まつりに始まり35℃以上の記録的猛暑日が続く、熱中症による救急搬送がTVや新聞で大きく報道され、落ち着かない日々が続きました。これからは台風シーズンが始まり、更に気を付けなければならぬ状況となっております。

## お知らせ

7月の喫茶チエブクローは『うたごえ元気倶楽部』と『ビューティーハンドケア』のイベントでした。暑い中チエブクローにご来店いただき、大いに楽しめたことと思います。ありがとうございました。

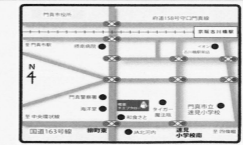
## 喫茶 チエブクロー ビューティーイベント

9月20日(木)  
pm1:30~pm3:00  
メイクで大変身♡

大変身したい方、人数に限りがあるので事前予約が必要です。8/20(月)から予約受付開始です!!チエブクロースタッフにお声かけ願います☆

お問い合わせ  
門真市シルバー人材センター  
門真市中町1-1  
TEL06-6905-5911

会場  
喫茶 チエブクロー  
門真市速水町2-22  
TEL 06-6991-9785



9月以降のイベント  
★『うたごえ元気倶楽部』  
実施日：9月18日(火)  
毎回第3火曜日です  
時間：14時～15時15分  
チケット代：500円  
(飲食費は別途)  
チケットは、9月1日(土)より店内にて発売いたします。よろしく、お願いします。

★『マンドリン演奏会』  
只今、9月もしくは10月以降で調整中です。開催日が決まりましたら店内にてご案内させていただきます。

★『ヘルマンハープ演奏会』  
は当分の間お休みさせていただきます。

★『ビューティーイベント』  
実施日：9月20日(木)  
毎回第3木曜日です  
内容：メイクで大変身(おひとり約15分程度)

実施時間：13時30分～15時00分迄  
※人数に限りがありますので、予約制とさせていただきます。8月20日(月)頃より予約を店内にて受付させていただきますので、よろしくお申し込みします。

10月は、10月18日(木)にスカートの巻き方&自分に合う口紅の選び方講座を実施予定です。  
実施時間：13時30分～15時00分  
いづれも、参加費は無料です。

## お詫び

前回の、チエブクロー通信にて『うたごえ元気倶楽部』の実施日程を掲載させていただきましたが、8月はお休みさせていただきました。8月のお休みも、実施日の記載が間違っておりまして取り消させていただきます。皆様にご迷惑をお掛けしました。お詫び申し上げます。是非チエブクローで楽しんで頂きたいと思っております。スタッフ一同お詫び申し上げます。

喫茶 チエブクロー  
スタッフ一同

**うたごえ元気倶楽部**

音楽を楽しみながら、健康で長生きしませんか?

おまたせいたしました! 毎月好評を頂いております『うたごえ元気倶楽部』の開催をさせて頂くことになりました。懐かしい歌、思い出歌、当時ファンだったあの歌手の歌等、いろんな思いを胸に抱きながら先生の伴奏に合わせて、楽しく大きな声で歌いましょう。喫茶チエブクローから気軽に参加し、音楽療法士の金谷先生からできる音楽を使って健康で過ごすための『うたごえ元気倶楽部』で楽しい時間を過ごしましょう。

童謡・唱歌・懐メロ・フォークから演歌まで何でも歌います。歌って身体も心もほぐしましょう。参加資格は、60歳以上の方で会場に来て頂ける方なら、どなたでも大歓迎です! 前半は季節の曲を中心に歌います。後半はリクエストタイムです。ご自分の好きな曲をリクエストしてみたいです。みなさんがリクエストした曲は歌集としていっしょにつくりあげていきたいと思います。ご参加お待ちしております。

日時：9/18(火)14時00分～15時15分  
会場：喫茶 チエブクロー (下図参照)  
参加費用：500円 (会場費・備品・歌詞・通信費)  
定員：18名  
申込み受付：先着順とさせていただきます。(定員に達したら終了)

主催：うたごえ元気倶楽部事務局 (アルカスクラス・香里持クラス・カリア会クラス 同講中)



# 第2回ふるさと門真まつり



総合体育館ではシルバーの普及啓発ブースを設け、写真の皆さんに奮闘して戴きました。またグラウンドでは、祭りのうちわの配布も行いました。



本日の入場は、4万9千人と、公式発表



我、センター和副局長も、祭り実行委員長として、「各地で大災害の復興中ではありますが、門真市はこれから地域のつながり、助け合い」を力強く挨拶されました。



恒例のイベント委員会の出店には、大勢の列が出来て、汗拭く暇もない状況。テントの中は40度超え。準備段階から最後の片付けまで、本当にお疲れ様でした。次回もよろしく！



70歳代女性3人組み  
近いので一度帰って ゆかたに着替えて また踊りにきます。昨年も楽しかったので、今晚も楽しみ！ 櫓が中央でよかった。



普及啓発部会 広報担当編集

## 来場者インタビュー

御堂町車椅子の  
男性 74歳

毎日ヘルパーさんに世話になっているが、近いので1人で来れた。暑いけど楽しい。



孫6人を連れて  
おじいちゃんおばあちゃん  
ステージで孫が踊るので  
応援します。嬉しいです。

ブラザで卓球仲間  
70歳代女性4人組

去年も来ました。  
ステージが楽しい。  
元気をもらいます。



枚方から30歳代女性

子どもを連れて 実家へ来ました。今、母と一緒に、すごく楽しいです。毎年続けてほしいですね。

皆さん  
お疲れ様でした



# 働く会員の 職場訪問 [22]

発注者 (株)週刊大阪日日新聞社  
場所 大阪市北区天神橋筋商店街  
従事会員 6名 (藤原紀代志さん、大向祐治さん、西澤清雄さん、中野耕一さん、西澤実千代さん、中東俊子さん)  
作業内容 天神橋筋商店街にて「天神祭り」のうちわ配布



大阪日日新聞社 課長 森 陽一 様 (談)

門真市シルバー人材センターさんには昨年に引き続き天神祭のうちわ配布業務をお願いしました。今年は会員の藤原さんからの提案で、黒のTシャツをそろえさせていただきました。この猛暑の中で、手際よく、感じよく配っていただき、ありがとうございました。大阪市内までうちわ配布のため、対応して戴き感謝しております。今後も大阪日日新聞とのお付き合いをよろしくお願いいたします。

会員 藤原さん、大向さん 中東さん (談)

とにかく暑いです。変わった仕事で面白いです。いろんな人に声を掛け、楽しんでます。我々は大阪日日新聞の黒のTシャツを着ています。周囲では、いろんな企業がそれぞれのうちわの配布合戦です。外国人の方の道案内もしました。子供みこし・ギャルみこしなど通過していますが、今日は7500本を配布しないと、帰れない。(笑)

## 事務局通信 追加号

## 熱中症予防のために

## 暑さを避ける

## 室内では・・・

- ▶ 扇風機やエアコンで温度を調節
- ▶ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ▶ 室温をこまめに確認
- ▶ WBGT値※も参考に

## 外出時には・・・

- ▶ 日傘や帽子の着用
- ▶ 日陰の利用、こまめな休憩
- ▶ 天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える

## からだの蓄熱を避けるために

- ▶ 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ▶ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

※WBGT値：気温、湿度、輻射（放射）熱から算出される暑さの指数  
運動や作業の度合いに応じた基準値が定められています。  
環境省のホームページ（熱中症予防情報サイト）に、観測値と予想値が掲載されています。

## こまめに水分を補給する

室内でも、外出時でも、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

※ 水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの

「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指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、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。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。



## 熱中症の症状

- めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い
- 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う
- 重症になると、
- 返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

詳しくは、厚生労働省ホームページ「熱中症関連情報」をご覧ください。

厚生労働省 熱中症

検索

# イベントボランティア募集

9月7日(金)

門真市 敬老会

(内容) 案内誘導・駐輪整理・  
場内整理【10名】

時間：12時～17時

※シフト制

場所：ルミエールホール

9月12日(水)

『アズ&大真名店街夏祭り・アズカーニバル』

(内容) 子ども遊びブース運営【14名】

時間：13時～21時

※シフト制

場所：生活創造館アズ(門真市江端町39-5)

9月22日(土)

第五中学校区地域会議主催「音楽とエコキャンドルナイト」

(内容) 案内誘導・警備【15名】

時間：16時30分～20時

場所：弁天池公園

10月8日(月・祝)

ふれ愛・にぎわい! ラブリーフェスタ`18

(内容) 誘導・警備 他【65名】

時間：8時～17時

※シフト制

場所：古川橋駅周辺

10月14日(日)

プラザde朝市～門真もん『シルバーDay』ロビーコンサート出演者募集

門真市民プラザで毎月恒例の朝市と同時開催されているロビーコンサートの10月は、普及啓発月間に合わせてシルバーDay開催します。

皆さんの楽器演奏・歌声・舞踊や工作・絵画・写真など多彩な特技を披露して、益々元気なシルバー発信しましょう。

自薦他薦問いませんので、

ご応募宜しくお願いします。  
詳しくは、事務局川口まで

## 伝統野菜プロジェクトチームメンバー大募集中!

センター農園で、蓮根・くわいの栽培はじまっています!!。会員の皆さんの知識・経験・知恵袋さん紹介など大いに期待しております。

力仕事ではありません、育成に関するアドバイス、販促ルートの開拓など様々な分野でご活躍していただけます。不要の農機具などありましたらご寄贈もお願い致します。詳細は職員：川口まで

## 大阪府シルバーフェスティバルが11月24日

(土)に開催されます。

府下のシルバー人材センターが協同して、センター事業の普及啓発イベントを開催します。門真SCを代表して、一芸に秀でる方、舞台に出演し、踊り、マジック等特技を披露いただける会員様を募集中です。お問い合わせは、事務局樋口まで、

## 熱中症が疑われる人を見かけたら

### 涼しい場所へ

エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など、涼しい場所へ避難させる

### からだを冷やす

衣服をゆるめ、からだを冷やす

(特に、首の回り、脇の下、足の付け根など)

### 水分補給

水分・塩分、経口補水液\*などを補給する

\* 水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの



自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう!

### <ご注意>

#### 暑さの感じ方は、人によって異なります

その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。体調の変化に気をつけましょう。

#### 高齢者や子ども、障害者・障害児は、特に注意が必要です

- ・熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対するからだの調整機能も低下しているため、注意が必要です。
- ・子どもは体温の調節能力がまだ十分に発達していないので、気を配る必要があります。
- ・のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給しましょう。暑さを感じなくても室温や外気温を測定し、扇風機やエアコンを使って温度調整するよう心がけましょう。

#### 節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようご注意ください

気温や湿度の高い日には、無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使いましょう。

## 熱中症についての情報はこちら

#### ▷ 厚生労働省

熱中症関連情報 [施策紹介、熱中症予防リーフレット、熱中症診療ガイドラインなど]

[http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/nettyuu/](http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/)

「健康のため水を飲もう」推進運動

<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/suido/nomou/>

STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン [職場における熱中症予防対策]

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html>

#### ▷ 環境省

熱中症予防情報 [暑さ指数 (WBGT) 予報、熱中症環境保健マニュアル、熱中症予防リーフレットなど]

<http://www.wbgt.env.go.jp/>

#### ▷ 気象庁

熱中症から身を守るために [気温の予測情報、天気予報など]

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/kuon/kurashi/netsu.html>

異常天候早期警戒情報

<http://www.jma.go.jp/jp/soukei/>

#### ▷ 消防庁

熱中症情報 [熱中症による救急搬送の状況など]

[http://www.fdma.go.jp/neuter/topics/fieldList9\\_2.html](http://www.fdma.go.jp/neuter/topics/fieldList9_2.html)