

定時総会、 今年はお出席を自粛してください。

～代理権(委任状)行使、書面議決権行使をお願いします～

新型コロナウイルス感染拡大防止のための緊急事態宣言が5月末まで延長され、外出自粛などの行動制限が継続されています。

センターは、5月8日の臨時理事会で、6月に予定している総会の成立を期すため、会員の皆様に対して、書面での議決権行使を強力にお願いすることといたしました。感染防止のため①換気の悪い密閉空間、②大勢が集まる密集場所、③間近で会話する密接場面、の3条件が重なる「三密」場所を避ける必要があり、健康と命を守る観点から決定したものです。5月21日頃から総会議案書といっしょに「書面議決権行使書」を送付いたしますので、期限までに提出をお願いいたします。

書面議決権行使制度は、あくまで現実に開催される総会に出席しない議決権を持つ会員のための議決権行使の方法です。総会の成立を期すため、会員の皆様全てに書面

議決権の行使をされるようお願いいたします。なお、すでに委任状を提出されている方は、書面議決権行使書の提出は不要です。

また、総会議案についてご意見等がある方は、総会までに事務局に文書で提出をお願いします。



3つの【密】、絶対に避けて

換気の悪い
密閉空間



むんむん

大勢がいる
密集場所



ぎゅうぎゅう

間近で会話する
密接場面



がやがや

お知らせ

5月19日、21日、23日の安全就業促進大会はいずれも“延期”です。

職群班など、就業会員を募集しています！

就業（請負）できる会員さんを募集しています。

剪定や除草、草刈、農作業などの職群では、就業会員を募集中です。

下記以外にも、就業できる仕事があります。

就業について、気軽に事務局までご相談ください。



連絡は、0942-35-5229 まで

就業会員（請負）の募集内容

NO	就業募集内容	地域	募集人員	備考	担当者
1	広報くるめ配送業務	荒木	1名	毎月1日号と15日号の広報くるめやチラシの仕分けと配送	田中
2	苗つぎ補助作業	田主丸町	数名	期間は4月～5月 初心者の方も可	東部
3	柿の摘蕾作業	山川・草野竹野	数名	期間は4月～5月中旬	東部
4	食事作り	東町	1名	水曜・土曜 14:30～16:30	亀山
5	ホテルでの食器洗浄・片付け	広又	3～4名	16:00～22:00 4名～5名によるローテーション就業	吉岡
6	介護施設清掃・シート交換	国分町	2名	毎日3時間～4時間 2名によるローテーション就業	溝田
7	草刈	市内	数名	草刈機を持っている方募集しています	溝田



派遣就業会員を募集しています！

久留米市シルバー人材センターでは派遣の仕事をしていただく会員さんを募集しています。請負の仕事とは別に週 20 時間未満の勤務が可能です（請負・派遣、掛け持ちで働きます）。空いた時間を有効に活用して下さい。

※ 現在コロナウイルスの影響により、派遣先から募集保留等の連絡が入り日々内容に変更が出る可能性があります。お手数ですが随時派遣担当者へご確認の程よろしくお願ひ申し上げます。

連絡は、0942-35-5229（派遣担当：森、亀山）まで

派遣就業会員の募集内容

NO	業界／就業場所	仕事の内容	募集人員	時給／交通費	就業日時／条件等
1	建築資材販売業 (佐賀県鳥栖市)	(軽作業)・建築資材の出荷作業、倉庫整理、送り状・ラベル作成等 ・その他付随する業務	2名	900円 時給に含	月～金(土日祝休み:シフト制) 10:00～16:00(1時間休憩あり)
2	家電製品製造業 (佐賀県鳥栖市)	(軽作業)・木製パレット修繕等 ・その他付随する業務	4名	900円 時給に含	月～金(土日休み:祝日出勤)(シフト制)9:00～14:00(1時間休憩あり)
3	建材製造業 (北野町)	(軽作業)・木材加工、組み立て等 ・その他付随する業務	2名	900円 時給に含	月～金(土日祝休み:シフト制) 8:00～17:00間の4～5時間
4	食品加工業 (梅満町)	(事務補助)・受注受付、工場への伝達・包装品の印字作業、伝票整理、等 ・その他付随する業務	2名	900円 別途支給	月、火、木、金、土(水日祝休み:シフト制) ①7:30～10:30 ②8:00～11:00 ③14:00～17:00 ※ 60代の事務経験者希望
5	文化施設 (野中町) ※ 現在14名就業中	(庭園美化管理) ・除草作業等 ・その他付随する業務	1名	842円 なし	平日、土日祝(シフト制) 6:00～18:00間の3～4時間 (通常シフト:8:00～11:00) ※ 男性は庭園内で車運転(ゴミ移動)あり
6	総合病院 (宮ノ陣)	(介護補助)・リネン交換、車イス送迎・配膳、下膳、食事介助・その他付随する業務	10名	900円 時給に含	月～土(日祝休み:シフト制) 7:30～18:30間の4～5時間 ※ 身体介助、汚物処理作業はなし
7	スーパーマーケット (田主丸町) ※ 現在1名就業中	(惣菜調理補助)・惣菜調理、バック詰め、品だし等 ・その他付随する業務	2名	842円 なし	平日、土日祝(シフト制) 8:00～14:00間の4～6時間
8	総合病院 (津福本町) ※ 現在1名就業中	(調理補助)・食器器具類洗浄、配膳車消毒、食事盛り付け等・その他付随する業務	4名	850円 別途支給	平日、土日祝(シフト制)①8:00～12:00 ②13:30～17:30 ※ 駐車場代別途必要
9	介護施設 (国分町) ※ 現在2名就業中	(介護補助)・施設内車イス送迎・配膳、食事量チェック ・その他付随する業務	3名	857円 別途支給	平日、土日祝(シフト制) ①7:00～10:00 ②16:00～19:00 ③上記①②の両方可能 ※ 身体介助、汚物処理作業はなし
10	病院 (三潁町) ※ 現在1名就業中	(調理補助)・調理補助、食器類洗浄等 ・その他付随する業務	2名	842円 別途支給	平日、土日祝(シフト制) ①6:00～10:00 ②15:00～19:00

熱中症の季節到来！注意！！

緊急事態宣言が5月末まで延長され、新型コロナウイルスとの戦いは長期戦になりそうです。心身の健康をいかに保つかが課題です。

あたたかさから暑さの季節になりましたが、久留米市では5月5日に早くも30.2度と真夏日となりました。暑くなると熱中症に注意です。

昨年5月に熱中症で救急搬送されたのは全国で約4,500人、年齢区分別では「高齢者」、発生場所は「住居」が最多です。

新型コロナウイルスの影響で外出の自粛など自宅にこもりがちになり、さらにまだ体が暑さに慣れないこの時期は熱中症に要注意です。



活動自粛によるフレイルに注意を

会員の皆様には、うがい、手洗い、咳エチケットなど、「うつらない」「うつさない」対策をお願いしておりますが、外出を控えすぎて「生活不活発」による健康への影響（フレイル）も危惧されます。

動かない時間を減らし、自宅でも出来るちょっとした運動で体を守りましょう。バランスの良い食事を、しっかり食べて栄養をつけましょう。

※今回、久留米市の「こげんよか体操」パンフレットを配布しています。ボールを使った体操ですが、タオルや軽いまくらで代用できます。無理せずやってみてください。

自粛生活で人と話す機会が減り、お口の力が衰えることもあります。電話も活用し意識して会話を増やしましょう。鼻歌を歌う、早口言葉もオススメです。



フレイルって何？

フレイルとは、健常から要介護へ移行する中間の段階と言われていています。

具体的には、加齢に伴い筋力が衰え、疲れやすくなり家に閉じこもりがちになるなど、年齢を重ねたことで生じやすい衰え全般を指した言葉で、高齢者の多くの場合、フレイルの時期を経て、徐々に要介護状態に陥ると考えられています。