

☎ シルバーク留米

事務局だより

公益社団法人 久留米市シルバー人材センター  
本 部 ☎ 0942-35-5229 Fax 0942-35-5974  
e-mail: kurume-sjc@ktarn.or.jp  
東部出張所 ☎ 0942-47-6700 Fax 0942-47-6800  
西部出張所 ☎ 0942-64-5671 Fax 0942-64-2872

2023年8月号

## 酷暑の中、熱中症に注意しましょう

～長時間の作業を避け、身を守りましょう！！～

熱中症の危険性が極めて高いと予想される場合に、熱中症警戒アラートが都道府県ごとに発表されます。アラートが発表されたことを知ったら、外出を控える等、熱中症の予防行動を積極的にとりましょう。

昨今の異常なまでの高温から、熱中症の危険も高まっています。特に屋外作業については、涼しい時間帯を選び、十分な水分補給と、出来れば午前中で就業が終わるようにご配慮をお願いします。



足元がフラフラする、めまいがする、だるい、などが熱中症の初期症状です。「ちょっと調子が悪いかな？」と感じたらすぐに3つの処置を実行しましょう！

- ① 休息（安全で涼しいところへ移動し、服を緩め足を10cmほど高くし横になる）
- ② 冷却（冷房などで体をひやす、濡れタオルなどで体を被う、特に太い血管が通っているところを集中的に冷やす）
- ③ 水分補給（水分と塩分の補給、スポーツドリンクや経口補水液が望ましい）

※早めの対処が症状を軽くし、回復しやすくなります。

**ただし次の状態の時はすぐに救急車を呼びましょう！**

- 自力で水分が飲めない ● 呼びかけに答えられない ● 意識がない

お願い

### 同意書の提出をお願いします

10月からスタートするインボイス制度に向け、今回、事務局だよりと一括で、「負担金控除のための同意書提出のお願いについて」と「同意書」をお送りしています。

今回お送りした「同意書」に住所・氏名・会員番号をご記入のうえ、事務局への早めのご提出をよろしくをお願いします。



お願い

## 9～10月は入会促進月間です

お知合いの方に  
ぜひお声かけ下さい。

9～10月は、入会促進月間です。会員の皆様に、今月の「事務局だより」と一緒に「会員紹介カード」を一人4枚お送りしています。

会員の皆様からのご紹介は、大きな力になります。ぜひ、お知合いの皆様にシルバー人材センターへの入会をお勧めください。



なお、新規入会会員をご紹介いただいた会員さんに**1,000円相当のお礼を進呈しています**。紹介の確認が必要ですので、①紹介カードには紹介会員さんのお名前を必ず記載してください。また、②入会説明会の入会申込書に必ず紹介会員の名前を書いてもらうように、紹介した方にお伝えください。①②の一方でも欠ければお礼をお渡しできませんのでご注意ください。

## 事業・入会説明会を開催いたします

事業・入会説明会を下記の日程で開催いたします。会員紹介カードを渡した方に、ぜひ最寄りの会場の説明会への参加をお勧めください。

入会希望の方は、事業説明会当日の入会受付ができます。

※事前の申込みが必要となります。本部までご連絡ください。



日時：9月20日(水)14時より 会場：北野生涯学習センター本館

日時：9月21日(木)14時より 会場：城島保健福祉センター(城島げんきかん)

日時：9月22日(金)14時より 会場：久留米市民温水プール(上津町)

日時：9月25日(月)14時より 会場：荘島校区コミュニティセンター

ご案内

## 講習会を開催いたします

今年度も会員及び一般の方を対象に、各種講習会を開催いたします。

是非お申込みください。受講無料

<久留米市シルバー人材センター主催>

除草講習会・草刈講習会・初心者向けスマホ教室を

10月開催予定です

(会場未定) ※詳細は決まり次第お知らせします

<福岡県連合会主催>

① 草刈機講習会 10月26日(木)・27日(金)10時～

三潞生涯学習センター 刈払機安全衛生修了証取得できます

② リース作り 11月21日(火)10時～ シルバー人材センター本部

③ ガーデニング講習 12月4日(月)13時30分～ 三潞生涯学習センター

④ 剪定講習会 1月17日(水)～19日(金) 10時～ 福岡県緑化センター

※いずれも申込多数の場合は抽選となります。



まずは申込み!