

会報



シルバー旭川

(題字/石崎 閑雲)

発行所：公益社団法人 旭川市シルバー人材センター

〒070-0902 旭川市春光町3639番4 TEL (0166)51-1600 FAX (0166)55-2537 <http://www.asahikawa-silver.jp>



新緑のペーパンダム (byBE T.OKABE)

今月の主な目次

理事長挨拶・総会報告……………2	草刈安全講習会……………8
永年継続就業会員表彰受賞者 お礼の言葉……………3	令和5年度の事故報告等……………9
安全就業宣言・シルバー人材センターが抱える課題 ……4	賛助会員・熱中症を防ぐには……………10
令和6年度理事会部会構成と役割	トラブルを防止するために
会員の材料費について……………5	かたくりの会・令和6年度旗波運動……………11
利用していますか？会員クラウドサービス……………6・7	就業相談日・事務局体制・編集後記……………12

全国統一安全就業スローガン

安全は

無理せず 焦らず 油断せず

全国緊急スローガン

大丈夫 どの慢心が 命取り

会員数（人）の動き

	男	女	合計
令和4年3月	590	242	832
令和5年3月	605	242	847
令和6年3月	619	271	890



令和6年度の スタートにあたって

理事長
中島 哲夫

去る5月30日（木）に開催されました令和6年度の総会は、新型コロナウイルスが感染症5類に移行されてから1年が過ぎ、通常の体制により開催できました。

ご参加頂いた会員の皆さまに、心からお礼申し上げます。

令和5年度の請負契約の事業実績は、前年対比約150万円の増額となり、状況がコロナ以前に戻りつつあり、会員皆さまのこれまでのご尽力にお礼申し上げます。

安全就業では、物損加害事故が例年になく多発した1年でありましたが、昨年度も人身事故に係る重篤災害は一切なく、胸をなでおろした年でした。

これは会員皆さまの日常におけるご努力の賜物であり、心から敬意を表します。

しかし、全国的には就業前後での交通事故による死亡事故、またヘルメット未装着での樹木からの転落死亡事故など多発しました。

我がシルバー人材センターにおいても、一歩間違えれば命に関わることも、是非他人事と思わずに、「安全は何事にも優先」を徹底いただきますようお願いいたします。

昨年10月から「インボイス制度」が、本年10月から「フリーランス新法」の施行、そして「請負契約の見直し」と立て続けに変革が波寄せてきています。

どれをとっても我がシルバー人材センターにとって死活問題であり、今までにない大きな岐路に立たされており、会員皆さまの大きなお力添えなくしては、乗り越えることはできません。

この1年間一層のご支援、ご協力、ご指導を賜りますよう、心からお願い申し上げます。

定時総会報告

令和6年度の定時総会が、5月30日（木）、午後2時より旭川トヨヨーホテルで開催されました。

総会に先立ち、物故者への黙祷が捧げられ、事務局から開催のことばがあり、総会の開催が宣言されました。理事長の挨拶に続いて、ご来賓として出席された上川総合振興局長、旭川市長、ハローワーク旭川公共職業安定所長よりご祝辞をいただき、更に北海道シルバー人材センター連合会からの祝電を披露させていただきました。



その後、永年継続就業会員表彰式が行われ出席された会員に、表彰状が理事長より渡されました（詳細は次頁）

議長として岡部副理事長が指名され、議長



席に着きました。第1号議案「令和5年度事業報告」、第2号議案「令和5年度決算報告」及び「監

査報告」が、一括して事務局より報告されました。議長が承認を求めたところ、全員の拍手で承認されました。



続いて、報告事項として「令和6年度事業計画」「令和6年度収支予算」が、それぞれ事務局より報告され、それぞれの報告事項について、承認を求めたところ全員の拍手で承認されました。

以上、午後3時で総会が終了しました。

本年度は、新型コロナが5類に移行されてから初めての「会員意見交換会」を実施することができ、

多くの会員の方々の参加を得て、楽しく交流することができました。



おめでとうございます

永年継続就業会員表彰受賞者

渡辺 薫	加藤 義夫	築館百合子	加藤 紘	寺西千津子	大澤久美恵
高橋 正夫	熊澤 康好	澤田 篤	竹本 隆雄	梅澤 正昭	西科美代子
田阪 春夫	大橋 博	坪井 戦治	菅原 守	秦 弘侑	藤澤 進
山本 富夫	桑田 和子	佐藤 昌明	竹山 昭雄	大坂鐵太郎	関本 博實
成田 裕保	谷 守	新谷 義晴	三宅 国博	28名	(敬称略)

[永年表彰受賞の条件] ① 令和6年3月31日時点で80歳以上
 ② 5年以上シルバー会員在籍(平成31年3月31日までの入会者・令和5年度正会員として会費納入)



会場での謝辞

成田 裕保 様

この度は、表彰していただいた旭川シルバー人材センターの理事長中島様をはじめ、職員の皆様に感謝申し上げます。

また、本日参加の会員の皆様の支えと応援が力となって元気に仕事ができたと、感謝申し上げます。

一つの節目として、今後は体調を整え、仕事をしたいと思います。

本日は、どうもありがとうございました。



謝 辞

竹本 隆雄 様

爽やかな風と光に初夏を感じる季節となりましたが、理事長様におかれましては益々、ご清祥のこととお喜び申し上げます。

さて、先日は「永年勤続表彰」をしていただきまして心からお礼申し上げます。また、早速「永年勤続表彰状ならびに記念品」を、お送りくださいませ誠にありがとうございました。

本当に永きにわたり色々とお世話いただきました旭川市シルバー人材センターの理事長様を始め、事務局の皆様には心から感謝を申し上げます。

私は、平成21年4月(2009年)、旭川市シルバー人材センターの会員として入会させていただき、シルバー人材センター様のご紹介を賜り、学校施設スポーツ開放事業の管理指導員として携わらせていただきました。

それから今日の間、学校の校長先生、教頭先生、一般の先生方や学校施設スポーツ開放事業利用団体の方々の出会いがあり、数多くのことを教わることができました。本当に、ありがたく心からお礼を申し上げるところであります。

文学作家の井上昌俊氏の著書に「人は 人によりて 人となる」といった言葉があります。私なりに解釈させていただくと、人にはいろいろな人との出会いがあり、お互いに支えあって生かされているのだなあと思います。

人は、決して一人では生きては、いられないということでしょうね…。

また、このような素晴らしい出会いに、感謝の気持ちを忘れずにしていかなければならないと思っています。

昭和、平成、令和と、一つひとつの時代に生きてきましたが、しかし、今は、人生100年時代とも言われています。

この様なことから、これからは永年勤続表彰をしていただいたことに恥じることなく精進して参りたいと思っています。

結びになりますが、「公益社団法人旭川市シルバー人材センター」様の今後、ますますのご発展と、永久に不滅であることを心からご祈念申し上げ、お礼に代えさせていただきます。

本当に有難うございました。

安全就業宣言

シルバー人材センター事業は、超高齢化が急速に進む中、会員の豊かな経験と知識を活かし、「自主・自立、共働・共助」の理念のもと、日常生活に密着した仕事を通して多くの市民から期待されています。

それに応えるためには、会員の皆さんが安全で安心して就業できる環境づくりが大切です。

「安全は全てに優先する」を合言葉に、「安全は 無理せず 焦らず 油断せず」を安全従業スローガンとして、事故の危険予知と撲滅に向かって対策を講じ、健康維持と安全確保を図りながら、「事故ゼロ」を目指し、安全就業に努めることを宣言します。

令和6年5月30日

公益社団法人 旭川市シルバー人材センター

旭川市シルバー人材センターが抱える課題について

ご理解とご協力をお願い致します。

シルバー人材センターは自主・自立、共働・共助の理念のもとに働くことにより自らの生きがいを充実させ、地域社会の発展に貢献することを望む高齢者のための組織です。

上記は、シルバー人材センターの「目的」です。高齢者が、今までの経験や知識・技能を等を社会に還元することを通じて、生きがいの充実や社会参加の輪を広げ、地域社会の活力の維持に寄与していくことを目指しています。

しかし、今旭川市シルバー人材センターでは、令和5年度7月号でもお伝えしましたように、大きな課題に直面しています。現在、数地区の班において地区長、班長が欠員となっています。3月26日には「地区長会議」、4月23日には「班長・副班長会議」を開催し、集まった会員から様々なご意見をいただきました。人間関係の希薄化やモチベーションの低さなどが大きな原因となっているようです。更に「個人情報保護法」により、会員相互の連絡などにも支障をきたしているところではあります。

このことは、当シルバー人材センターの基本的な根幹をなす組織・運営に支障をきたす課題でもあります。今後も、会員の皆様、地区長・班長様からのご意見をいただきながら、検討していきたいと考えております。

したがって、班の活動等も実施できないところもございますので、本年度の「各地区ボランティア活動」及び「研修会」の実施を見送りたいと考えておりますので、ご理解頂きますようお願いいたします。

このコーナーをお読みになっている会員の皆様、ご意見やアイデア等ございましたら、議論の参考とさせていただきますので、事務局宛にご連絡いただければ幸いです。

令和6年度 理事会の部会構成と役割分担

部 会	各種委員会・主な活動	理事名	部 会	各種委員会・主な活動	理事名
自主・自立 共働・共助 部 会	「就業開拓・適正化 委員会」 ・就業開拓の推進 ・会員の勧誘 ・新制度及び見直し 対応 ・会員能力向上	岡部 正 佐藤 徹 柏倉 光 押村 幸雄 五十嵐美沙子 担当 事務局長	調査・広報 部 会	「会報編集委員会」 ・会報「シルバー旭 川」の発行 ・普及、啓発活動 ・会員の意見、要望 等の収集	岡部 正 近藤 初美 担当 事務局次長

会員の材料費について

材料費は、会員所有（会員の負担であるもの）であることから、就業で消費した分については配分金として計上することが適当と指摘を受けました。つきましては、会員の材料費については令和6年4月分より配分金明細書には、追加料金配分金として記載されます。

配分金支払証明書も同様に

配分金+交通費+追加配分金（材料費）=合計 が記載

就業報告書は、今まで通り材料費に記載してください。

今年度は、配分金のみ12%の事務費がかかり、追加配分金（会員の材料費）には、事務費をかけません。

【注意】お客様の物品を立て替えたりする場合は、購入後お客様にレシートを渡して、レシート分のお金を頂くようにしましょう。

（例1）お客様に「仕事のついでに、お花を買ってきて」という場合

買い物で働いた時間分（配分金に相当）は、就業報告書の「配分金」欄に記載します。買ってきた「お花」の分は、レシートを渡してその場で「お花」分の代金をいただきます。

（例2）「草を入れるゴミ袋を用意してきて」という場合

「用意したゴミ袋」代は、その場で枚数分現金でいただきます。

[ゴミ袋] 40ℓ = 1枚80円、30ℓ = 1枚60円

20ℓ = 1枚40円、10ℓ = 1枚20円



利用していただけますか?

会員クラウドサービス

センターからのお知らせ、配分金の明細がスマートフォンから閲覧できます。



← スマホをカメラにしてレンズをQRコードに向けてみよう。

⇒ QRコードの読み取り成功
タップすると対応したアプリを起動します

↓
表示された部分を指でチョンと触れる。

この表示が出なかった場合

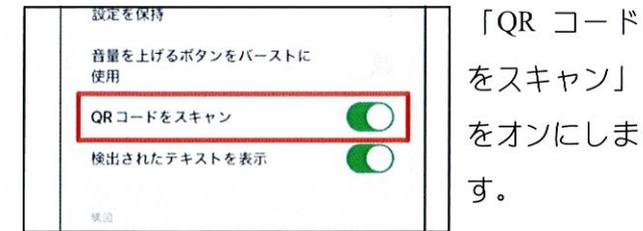
(読み取りが成功した場合)

カメラの設定をしてください。

iPhone ←このマークがついている
←「設定」のマーク(アイコン)を指で触って(タップ)設定の画面を出します。



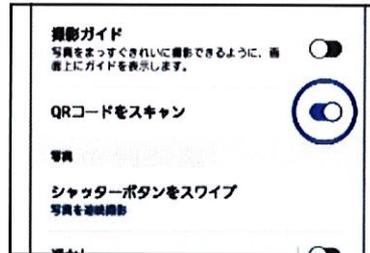
カメラの設定マーク



「QRコードをスキャン」をオンにします。

のマークがついていないスマートフォンは、ほとんどアンドロイドという機種です。カメラ画面の上部の あるいは マークを指で触ります。

「カメラの設定」画面が出ます。



「QRコードをスキャン」
「QRコード・バーコード認識」をオンにします。

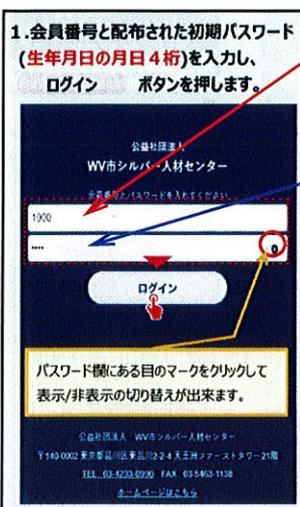
後は、カメラのレンズをQRコードに向けるだけ！何もしません！！

そうすると画面の上部に↓が表示されます。

⇒ QRコードの読み取り成功
タップすると対応したアプリを起動します

さあ。配分金を見てみよう！！

カメラの画面出たこれを指で触る(タップ)

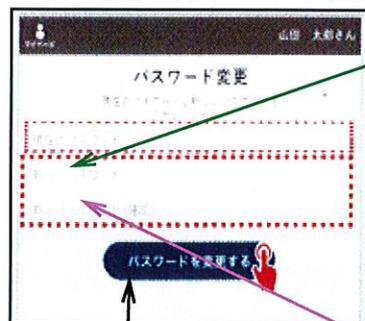


ここに会員番号を入れる。

ここには初期のパスワードを入れる。自分の生年月日
1月1日生まれ → 0101
12月31日生まれ → 1231

○ パスワードを変更しよう！

初期パスワードは、便宜的なものです。新しいパスワードを自分で決めましょう。



ここに新しいパスワードを入れる
アルファベットと数字を混ぜると安心！！
必ずメモしておく

パスワードを変更するをタップ

もう一度同じパスワードを入れて



この画面が出たら大成功！！
 「お知らせ一覧」にはセンターからの連絡などが表示されます。

どのくらいお金が入ったの
 かな (ワクワク)



配分金明細書 をタップ (指で触る) すると明細が見られるよ
 早速見てみましょう！！

タップ=指先でチョンと触る

センターから送られてきたこの
 「会員クラウドサービス」の紙面
 に載っている様々な内容を確認し
 てください。
 自分で経験した方がよくわかりま
 すよ。



【注意！！】
 「配分金支払証明書印刷」では、タップすると証明書が印刷される事にな
 っております。そのためには、スマートフォンにプリンターが登録されて
 おり、無線 (Wi-Fi) でつながっていることが必要です。



◎終わるとき
 左上の
マイページ
 ページをタップしま
 す。
 その画面の下の方
 に「ログアウト」
 をタップして終了
 します。

【お願いします】
 毎年年末になると会員の皆さまに「旭川
 市シルバー人材センター」のカレンダーを
 お送りしております。
 最近、会員の方々から「カレンダー送らなくても
 いいよ」「家にたくさんあるからいらないよ」などの
 声を聞きます。
 カレンダー不要な会員の方は、事務所までご連絡
 ください。郵送料が助かります！

暑い夏を乗り切ろう【簡単☆ツナの冷や汁】



「冷や汁」とは、宮崎県の郷土料理。夏バテ対策メニュー。
 材料 (2人分)
 キュウリ… 1本
 豆腐… 1/2丁
 ツナ缶… 1缶
 冷水… 300cc
 大葉… 2枚 (千切り)
 ミョウガ… あれば (適量)
 (小口切り)



《調味料》
 味噌… 大さじ1
 めんつゆ… 大さじ1
 (3倍濃縮)
 和風だし… 小さじ2
 すりゴマ… 大さじ1

【作り方】

- ①キュウリは薄切り、豆腐は粗く潰す
- ②ボウルに《調味料》を全て入れ混ぜたら、ツナ缶を汁ごと加え、混ぜる
- ③冷水を加え混ぜ①の具材を加える。
- ④ご飯にかけて大葉とミョウガをのせて完成！ cookpad より

草刈安全講習会

旭川市シルバー人材センターでは、草刈事故防止のために5月21日、22日の2日間、午前午後に分けて「草刈安全講習会」を開催しました。参加者数は、5月21日が午前午後合わせて35名、22日の午前午後合わせて43名。二日間の延べ参加者数は78名になりました。

具体的な刈り払い機の種類やその構造に加え、どのような事故が起きているかについても、実例を挙げながら説明がありました。

事故の要因について三つの要素があるとして①操作的要素（技術と知識の未熟さ、慣れからくる過信など）、②機械的要素（高速回転性、メンテナンス不足）③天候的要素（作業現場の足場状態の変化）などがあると説明されました。加えて、実際の事故例をあげ、重篤な怪我や命に係る事故なども説明され、またスズメバチによる事故も多く発生しているということで、具体的な予防方法も映像を用いて具体的に説明がありました。

また、「肩掛け式草刈り機の安全対策マニュアル」を用いて、内容に沿って安全な草刈り機の使用について具体的に説明がありました。

このような事故を防ぐために防護具の着用や防護ネットの使用について説明されました。作業前の注意では使用する刈刃の「欠け・ひび割れ・変形」等の確認が大切など、事前の機器の確認や服装などの話がありました。

作業中においては、平地や斜面での作業姿勢や刈刃の特性、作業前の作業場の確認や作業中の注意など、具体的に示され、参加者達も頷きながら聞き入っていました。

肩掛け式草刈機の安全対策マニュアル



令和6年度 草刈安全講習会
旭川市シルバー人材センター



講習会の様子



令和5年度の事故

令和5年度中に就業中に生じた事故です。

公益社団法人全国シルバー人材センター事業協会より

事故の概要（就業中）（重篤事故）

自転車駐車場内にて、自転車の整理等の巡回中に躓き、顔面から転倒した。すぐに他の就業会員が救急車を呼び、搬送され首頸椎損傷と診断。身体を動かすことができなくなり入院となり、5ヶ月と20日後に死亡。

○事故の原因

慣れによる自転車駐車場内の段差等の周囲状況の確認不足。

【全シ協から】

高齢者の転倒は、骨折、頭部外傷など介護が必要となる原因の4番目です。高齢者が転落・転倒しやすい要因としては、体や感覚の衰えといった「身体的な要因」と、環境にかかわる「環境的な要因」の2つがあります。

○令和5年度に旭川市シルバー人材センターで起きた事故

傷害事故 掃除中、草刈作業中に蜂に刺された。(4件)。
作業中の肉離れ(1件)

賠償事故 草刈作業中の飛び石による事故(5件)
チップソーの破損による事故(1件)
ストープの分解掃除中にスイッチを破損(1件)
氷割りをして玄関ブロックを破損(1件)



※ 令和5年度中の賠償事故の対応で「保険対応」と「保険対応外」の2種類の対応の仕方がありました。

「保険対応」の賠償事故は、6件あり、賠償額の合計が1,076,543円となっています。

「保険対応外」の賠償事故は2件あり、賠償額の合計が1,124,921円となっています。

いずれの対応も、高額保証となっていることを考えても、「事故0」に向けて、作業に従事したいものです。(どのような事故も、明日は我が身!!)

安全就業の推進と安全対策用具の貸し出し

事故の発生を1件でも減らすために、安全・適正就業委員会が中心となって「安全点検実施表」(除草、草刈、剪定、冬囲い、除雪、雪下ろし、冬囲い外し等)を作成して、事務所に用意してあります。是非活用してください。

安全就業ワッペン

就業の際は必ず付けて安全優先でお仕事しましょう!!



緊急時の連絡先を

緊急時に連絡がとれる、家族や知人、携帯、病院等ワッペンの裏に記入してください。

危険を伴う作業(「労働安全衛生規則」等で規定)では、安全保護帽(ヘルメット)の着用が義務づけられています。また、草刈り作業では、防石ネットを用意せずに、飛び石等の事故が起こっております。草刈り作業には、必ず防石ネットを用意し二人以上で作業を行ってください。

事務所には、「安全保護帽」「防石ネット」「草刈り機」「安全ベスト」を用意しております。必要に応じて貸し出してありますので、使用する場合は申し出てください。



旭川市シルバー人材センター 賛助会員

会社名	会社名
1 (株)北海道銀行旭川支店	12 旭川トヨタ自動車(株)
2 旭川信用金庫北星支店	13 旭川トヨペット(株)
3 日本ハム北海道ファクトリー(株)	14 (株)道北アークス
4 旭川信用金庫	15 (有)仏壇駒形屋
5 新谷建設(株)	16 旭陽電機(株)
6 北海道護国神社	17 (株)北海道フェンス工業旭川
7 (株)あいわプリント	18 植平印刷(株)
8 (株)アサミツ商販	19 (株)トヨタレンタリース(旭川)
9 (有)三省堂印刷工業社	20 (株)只石組
10 有光農機旭川販売(株)	21 日東石油(株)
11 (有)かとう印刷	

令和6年7月現在 (順不同 敬称略)

熱中症を防ぐために

- 暑さを避ける
 - ・暑い日は外出を控える
 - ・涼しい場所に避難する
 - ・適時休憩する。頑張らない。無理をしない。
 - ・携帯扇風機や保冷剤などを活用する
- 衣服の工夫
 - ・ゆったりとした衣服で襟元をゆるめて通気する
 - ・吸汗・速乾素材のものを着用する
 - ・日傘や帽子を使う
- 住まいの工夫
 - ・我慢せずエアコンを付け、扇風機を併用する
 - ・遮光カーテンやすだれを利用する
 - ・屋根裏の換気口や玄関、向き合う窓を開ける

◎熱中症に最適な飲み物・適さない飲み物

- | | |
|-----------|------------|
| 【最適な飲み物】 | 【適さない飲み物】 |
| ・経口補水液 | ・アルコール |
| ・冷たい味噌汁 | ・コーヒー、ジュース |
| ・スポーツドリンク | ・お茶、 |
| | ・牛乳 |

熱中症を疑うときの応急処置

- 熱中症を疑う症状がありますか？
めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直
大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気
倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん
手足の運動障害・高体温
- 呼びかけに答えますか？
涼しい場所へ避難し服をゆるめ体を冷やす
- 水分を自力で摂取できますか？
水分・塩分を補給する
- 症状が良くなりましたか？
そのまま安静にして十分に休息をとり、回復したら帰宅

応答がない場合は救急車を呼ぶ

3・4の症状でいずれも「いいえ」の場合
速やかに医療機関へ

外での作業では、必ず経口補水液等の飲み物を準備しておくこと

トラブルを防止するために

一人ひとりが責任ある行動を!

～就業はセンターの規定にそって～

直接仕事は引き受けない!!

会員が、発注者から直接受注し、仕事が終わった後、発注者からその場で受け取るケースです。

事務局は、発注者から会員に適した仕事を請負・委任の形式で引き受けます。その後、事務局から会員に提供しその会員が就業するという手順になっています。会員が発注者から直接受注した場合、

①万が一、事故で相手に損害を与えたり自分自身が怪我をした場合でも、シルバー人材センターで受託した仕事でないことから保険の適用とならない。

②相手から、会員の行った仕事に関連した苦情がセンターに寄せられた場合でも、センターとして責任がとれない。

ということになります。

また、事後報告という形で会員から事務局に「就業報告書」が提出されてくる場合も、上記と同様の扱いとなるので注意してください。

ですから、会員が直接就業依頼を受けた場合には、作業前に会員からシルバー人材センターへ連絡してもらったことが大切です。

直接仕事を引き受けることは、絶対に慎んでください!

会員の一人一人が、組織の一員となって運営しているのが「シルバー人材センター」です。「このくらいなら許されるだろう。」「自分一人くらいなら、大丈夫だろう。」などという安易な行為が、会員や事務局に迷惑をかけることになるということをしっかり心に留めておいてください。

かたくりの会

「趣味と生きがい」(作品発表・交流会)

生き甲斐活動の一環として、趣味を生かした作品づくり等をされ時間を有意義に生かして様々な作品を作成している方々がいらっしやいます。

それらの作品の発表の場をシルバー人材センター事務局2階において開催する予定です。

日時：令和6年9月25日(水)

右記の「旗波運動」終了後も開催しています。

近日、募集案内を送付致しますので、それまでに皆様!!

作品をあたためておいてください。

よろしくお願ひいたします。



「旗波運動」開催予定

昨年度の「旗波運動」も、90名を超える会員の参加で、実施できました。会員の皆様のご協力に感謝いたします。今年度も、下記日程で「旗波運動」を実施致します。

日時：令和6年9月25日(水)

場所：旭川護国神社前

是非多くの会員の参加をお願い致します。

詳細は後日ご案内します。



就業相談日のご案内

「就業に関する相談日」
を開設しています。就業に
関する相談のある方はお気
軽にお申し込みの上、お越
し下さい。



時間等の調整のため事前のお電話(51-1600)
を必ずお願いします。

- ◎ 日 時 毎月の第3の木曜日
10:00~14:00
- ◎ 場 所 センター事務局

令和6年度 事務局体制

事務局 長	佐藤	勝
事務局 次長	沼田	治美
係 長	笠間	邦子
職 員	橋本	真澄美
職 員	高橋	真澄
職 員	長谷川	健一
臨時職員	米谷	朝代



一緒に活動する仲間を増やそう!!

ご紹介ください

活動・活躍・活気・活発の シルバーライフ。

地域社会の中で
笑顔で働く
充実の毎日と
喜ばれる瞬間を
実感しませんか！

私たちも、仲間を増やし全国目標100万人達成の取り組みに頑張りましょう!!

◎ お近くに概ね60歳以上の方で、今まで培った経験や知識、技能を生かしたいという方はいませんか？

是非、事務局へお知らせください。必要に応じ、事務局よりお仕事等の説明をいたします。

また、ご紹介いただいた会員の方には、お礼を用意しております。

① 横断歩道では手をあげるなどの**ハンドサイン(合図)**をして、ドライバーに対し横断する意思を明確に伝えましょう。



手を上げる



手を差し出す



② 右左の安全を確認後横断を始めましょう。



右左の安全を確認する

③ ドライバーに感謝の気持ちを伝えましょう。



感謝の気持ちを伝える

編集後記

【編集委員】

猛威を振るった新型コロナウイルスも5類に指定され、街の様子も人通りが増え、だんだん活気づいてきたような気がします。先日の総会後の意見交換会にも多くの会員の方々が参加し、久しぶりに会員同士の会話が弾んだところでした。今月号では、旭川市シルバー人材センターの「会員クラウドサービス」についてページを割いて掲載しました。センターでもスマホの講習会を行っています。上手にデジタル機器を活用するのも、長生きの秘訣です。是非、アクセスしてみてください。

岡部 正 (編集委員)	近藤 初美 (編集委員)
沼田 治美 (事務局)	高橋 真澄 (事務局)