

シルバーだより No.43

12月22日は「冬至」です

「冬至」といえばゆず湯・カボチャですね。

冬至の日に「ゆず湯に入ると1年間、風邪を引かない」と昔から言われています。ゆずには、血行を促進して冷え性を和らげたり、身体を温めて風邪を予防する働きがあります。

また、カボチャはビタミン・食物繊維をたっぷり含んだ緑黄色野菜。

冬至という節目の日にカボチャを味わって栄養をつけて、厳しい冬を元気に乗り切ろうという先人の知恵なのです。



12月22日(水)は志賀町シルバーハウス・やすらぎ荘で
ゆず湯をしますので、ご利用ください。

配分金支払証明書について

(1月始めに郵送します)

昨年1年間(就業期間は、令和2年12月から令和3年11月になります。)にお支払いした配分金の証明書です。

確定申告をするために必要な書類ですので、捨てずに申告まで保管してください。

お願いします。



新規会員さんのご案内

(令和3年10月1日～令和3年11月30日入会)

野口 敏子 (東増穂地区)

除草・屋内清掃作業希望

干場 幸夫 (稗造地区)

除草・屋外清掃・大工作業希望

加藤 恵子 (志加浦地区)

受付・介護補助・軽作業希望

山中 直治 (富来地区)

除草・屋外清掃作業希望

よろしくお願ひします。

会員の携帯電話にショートメッセージ(SMS)でセンターからの求人情報などのお知らせを一斉送信しています。

安心して利用してください。



〈事務局(富来事務所)の年末年始の休日〉

12月29日(水)から1月3日(月)まで

休業となります。よろしくお願ひします。





会員募集します！

屋外作業に携わる会員さんが年々少なくなってきており、深刻な人手不足の状況で、この状況は今後も続くことが予想されます。剪定・除草（草むしり、機械）・屋外作業を続けていくためには、会員さんのご協力が必要です。ご理解いただき、屋外作業の新規会員の紹介と屋外作業への挑戦をお願いします。

会員さんの口コミが入会につながります。
健康維持に役立ち、仲間作りもできます。
近所の方やお友達を誘ってください。



新しく会員になる人を富来事務所に同伴された会員には、1人につき500円を支給します。
よろしくお願いします。
ご連絡お待ちしております。



 **42-2170（富来事務所）**



<作業前後写真>



志賀町外の方には、完了写真を撮って送っています。いつもキレイにしてもらい感謝していますと依頼者より声をいただいています。