## 神奈川シニア連合

# あゆみ

### 関 紙 機

6月10日(月)第105号 2024年

■発 行 神奈川県退職者連合

■発行責任者 東谷裕明

■連絡先 〒231-0023

させるとともに、

「飲酒と健康について」の講演を受けた後、

交流会を行いました。

横浜市中区山下町 24-1 連合神奈川内

[FAX] [TEL] 045-211-1133 045-201-8866 [E-mail] Senior@rengo.or.jp



換、そして「飲洒 みに対する意見交

と健康について」

の裏金問題ばかりが論議 日常活動への理解と ② 国会

動の柱に自治体に 護制度の充実」等 対する「医療・介 提出がある。老後 に関する要請書の

4本会議では、シ の安心・安全に向 わせ頑張りたい。 けて皆様と力を合

開会のあいさつで開始。 中村副会長の

シニア連合への役員の派 鈴木会長は、「①神奈川

る 介護保険料などの負担増 に触れることは皆無にあ ③シニアの活

長から①第95回メーデ 安部連合神奈川副事務局 ーをはじめとする諸行動 礼 ഗ

参 加 協

刀を合わせて 別代表・五役など39 会議は、5月22日 「神奈川シニア連合の諸活動について」 14 時 00 分からワークピア横浜において開催され、 安全の社会 現状と認識を

# 加盟産別退職者会代表者会議

の取り組み。

# 健康に配慮した飲酒

ア連合の取り組

アクス飲酒運転防止上級インストラクター 関 善一郎 氏

### 「飲酒と健康について」の講演概要

の講

義な会議となるよ

最後まで有意 演を用意し

つ協力を願う」と

- 「酒を飲むな」から「適切な酒と のつきあい方」を・・・・
- 1. 酒の知識があっても多量飲酒習 慣を変えないことが、トラブル や交通事故などの原因となる。



- 2. 自分や仲間の体質を知り、飲酒を強要しない。
- 3. 酒の種類の単位とアルコールの分解時間などを知り飲む。 ◇翌日に持ち越さない1日の酒量の目安
  - ・ビールは500 mℓ1本、日本酒は1合、焼酎(2.5%) はグラス半分(100 ml)、チューハイ(7%)は350 ml缶1本、ウイスキーはW(60ml)1杯、ワインは小 グラス2杯(200 ml)
- 4. 2倍の飲酒で生活習慣病、3倍で暴力事件などリスクのあ る出来事・翌日の酒気帯び運転・依存症につながる。
- 5. 皆さん、健康・安全のためには、飲酒について見つめ直す ことが必要です。

けた「政策・制度要求と ②2025年度に向 カヘ の

024春季生活闘争の妥 と健康について」の講演 ストラクターから「飲洒 ス飲酒運転防止上級イン 00 分から関 台の諸活動について」 たあいさつがありまし 長から「神奈川シニア連 給状況などの報告を含め そして、東谷事務局 意見交換後、 善一郎アク 15 説 時

致 産

を受けました。

つ一つの食料品 実務体験では、

# -ル京浜労組 OB 会の皆様

や米を小分けにし の早期配送など チェック、 かながわ」の作業 を行いました。 て袋詰めする作業 人手のいる作業で どに分けた棚入れ 膨大な食品の 主食や副食な 食料を

立目的、しくみ、 には、 贈食品の検品・仕分け、 5月22日(水) メの袋詰めのボランテアを ル京浜労働組合OB会は、 クかながわ」<br />
におい ボランティア活動の前段 名が参加し 藤田事務局長から設 Ŋ 生活の中で取り組める活 料理を食べることによ 理を楽しむ。 動のひとつであると感じ 〇運動は、 前になったら席に戻って 杯後30分は席を立たず料 残しを減らすために、 に減らせる」との301 食べ残し量が四分 みんなが日常

> テア活動となりました。 事務局長 庄

要性を実感しました。 ボランテアの大変さと重 終了後の反省会では、

中でも「宴会での食べ

O B 会

実践する有意義なボラン 参加者が3010運動を

# 参加しよう! 「神奈川シニアの集い」

第 34 回神奈川シニアの集いは、従来の神奈川シニア集会を改 称し 2024 年から「参加した会員の見聞や会員相互のコミュニケ -ションが深められる」ように工夫することとし、2024 年は、 横浜にぎわい座で開催します。多くの会員・ご家族の参加をお願 い致します。

OB時 8月7日(水) 14時OO分~16時OO分

「横浜にぎわい座」 〇場所

○集合場所と時間

集合場所 「横浜にぎわい座」1回ロビー 集合時間 13時30分~14時00分

〇参加資格

神奈川シニア連合加盟の産別・単組の会員と家族 〇チケット代

> 大人一人 1,000円の負担をお願いします。 18歳未満は、無料とします。

(高校生・大学生の参加は、学生証を持参)

○参加申込み期間

4月18日(木)~6月21日(金)チケット購入が 1ヶ月前のため

(注) チケット購入後のキャンセルは、チケット代 を返納しません

※詳しくは、産別・単組の退職者の会・OB 会事務局に問合 せ願います。

第95回かながわ中央メーデー

### みんなで支え合い助け合おう

第95回かながわ中央メーデーは、4月27 日(土) 10時 00分から横浜市西区・臨港パ -クで開催され、神奈川シニア連合から20人 参加。朝からの小雨は、開始直前に止み鈴木 会長の音頭で「まずは、乾杯」。

10時30分から始まった式典では、林連合 神奈川会長、来賓皆様の挨拶を聞き、メーデ 一宣言の採択後に行われた林会長の「団結頑 張ろう」先唱に合わせ、参加者全員が大声で 唱和し散会しました。参加者の皆様、ご協力 ありがとうございました。

