

# 会報 シルバー人材センター大東



新年あけましておめでとうございます



秋の健康ウォーキング ～大阪のパワースポット箕面の滝～

## 《人生に定年なし!!》

最近「長寿社会到来」とよく言われておりますが、人生に定年はございません。

仕事は健康のバロメーターの一つでもあり、働き、身体を動かすことで健康増進とアンチエイジングにも繋がり一石二鳥です。またその上、今後の人生をより輝いたものにして生きていくために、今まで培ってきた豊富な知識と経験をシルバー人材センターで活かして、あなたの歴史の1ページにしてみませんか!?

あなたの入会をお待ちしています。

大東市シルバー人材センターは、高齢者の生きがいの充実と社会参加の促進を図ることにより、活力ある地域社会づくりに寄与し、健康で働く意欲のある高齢者の期待に応えるために設置された公益社団法人です。

シルバー人材センターは、さらにこれを推し進め、高齢者の健康増進と地域社会への期待に応えるため、会員の入会促進と就業能力の向上に努めてまいります。

## 新年のごあいさつ



理事長  
平田 勇二郎

新年あけましておめでとうございます。

皆様には、清々しい新春をお健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、人生100年時代を迎え、働けるうちはいつまでも働き続ける「生涯現役社会」を実現することがますます重要となっています。シルバー人材センターは、会員が働くことを通じて、生きがいや地域の担い手、働き手として貢献しています。

また、高齢者の「3大心配ごと」は、健康・お金・孤独と言われていますが、シルバー人材センターは、これら心配ごとの解消に相当役立っているのではないかと考えております。

本年も皆様の笑顔があふれるセンターを目指して、役職員一丸となって頑張ってまいりますので、変わらぬご支援・ご協力をお願い致します。

結びに、皆様のご健勝を祈念し、新年のご挨拶と致します。



## 輝かしい新春を迎えて



大東市長  
東坂 浩一

新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、貴シルバー人材センターの会員の皆様は、「昭和」「平成」そして「令和」と社会情勢をはじめ、様々な面で大きな変動があった三つの時代を過ごされてきた皆様であります。その変動に対応してこられた素晴らしいご経験を、就労や各種事業において、発揮して頂いていることで、会員の皆様や地域の活力を生み出しておられることに、深く感謝申し上げる次第であります。

本年も貴シルバー人材センター並びに会員の皆様にとって、笑顔があふれ、幸せを実感できる年となりますことを祈念致しまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

## 新年を迎えて



大東市議会議長  
寺坂 修一

新年あけましておめでとうございます。

皆様には、お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、高齢者が生涯を通じて、生きがいをもって働くことができる高齢者施策の充実が重要な課題となっております。

このような中、貴センターが高齢者の雇用対策の拠点として、高齢者がいきいきと地域で活躍できるまちづくりのため、重要な一翼を担われますようご期待申し上げます。

貴シルバー人材センターがさらに飛躍されますと共に本年が皆様にとって輝かしい一年となりますことを心から祈念申し上げまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



## 活動事業紹介

### 高齢者向け料理講習会



9月13日（金）「高齢者向け料理講習会」が、すこやかセンター（保健医療福祉センター）に於いて、17名の参加で行われました。「講習に参加して普段の味付けが濃いことに気が付きました。これからは味付けに注意します」や「普段は惣菜だけで済ますことが多く、バランスの取れた



- 鮭とキャベツ煮
- 生春巻きトマトダレ
- ピーチヨーグルトドリンク
- はんぺんの吸い物

食事の大切さを痛感しました」などの感想が聞かれ有意義な料理講習でした。

### 大東市民まつり



第40回大東市民まつりが9月15日（日）に末広公園と駅前デッキを会場にして開催されました。当センターでは射的コーナーを出店し、1,000人近くの市民のみ



なさんに楽しんで頂きました。会場付近にのぼりを立てティッシュを配って当センターのPRを行いました。

### 清掃奉仕活動



10月19日（土）シルバー人材センター普及啓発月間の一環として、当センターから末広公園までの道筋を職員と会員の協力によって清掃活動を行いました。



住道駅前においてはティッシュとチラシを配布して当センターのPRを行いました。

### 健康フェア



10月19日（土）大東市立市民会館4階会場にて昨年に続き健康フェアが開催されました。「骨密度検査」・「ロコモ度テスト」や「脳年齢測定」などの健康チェックと「お薬相談」や「栄養相談」など



普段気になることを相談できる会場には多くの会員の参加がありました。

### 秋の健康ウォーキング



10月26日（土）過ごし易い気候の中「箕面の滝」への健康ウォーキングが開催されました。

阪急箕面駅から滝までのハイキングコースを曇りがちでしたが、森林浴とせせらぎの音を聞きながら散策しました。

## パソコン体験講習会

10月28日（月）当センターに於いて、60歳以上の市民を対象に8名の参加で実施されました。

参加者の皆さんは、ワード2016を使用して年賀状の作成に挑戦され、パソコン部による親切で丁寧な説明により、興味津々で一生懸命に受講されておられました。



## 就業会員研修会

11月7日（木）・8日（金）当センターに於いて、2日間に分けて計57名が参加し、実施されました。

身近にある様々な人権を考えたり、就業先での接遇やマナーと個人情報の保護について、参加者の皆さんは、熱心に受講されていました。



## 訪問介護員研修会

11月13日（水）当センターに於いて、17名が参加し、実施しました。

緊急時の対応や日頃の業務について共有し、これからの業務によりいっそう役立つ研修会となりました。



## 編集後記

新年あけましておめでとうございます。人生100年時代、高齢者の社会参加が求められている中、シルバー人材センターの役割は、重要になってきています。今号は、一人でも多くの仲間を増やしたく思い、市内にお住まいの方々にも配布させて頂いております。今後とも、よりよい誌面づくりに励んでまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

## 会 員 募 集

まずは入会説明会へ



- 大東市にお住いの60歳以上の健康で働く意欲のある方
  - 入会説明会を受け、シルバー人材センターの趣旨に賛同した方
- 日時：毎月 第2・4木曜日 午後1時30分～  
（1月・8月・12月は日程の変更がありますので事務局までお問い合わせください）  
場所：大東市シルバー人材センター1階研修室  
〒574-0026 大東市住道1丁目5-17（JR住道駅東へ約400m高架下）

お問い合わせ：☎ 072-873-7311

説明会

受付

完了

\*労働者派遣事業も行っております

|            |            |        |
|------------|------------|--------|
| *入会時期特別会費額 | 4月から6月まで   | 2,000円 |
|            | 7月から9月まで   | 1,500円 |
|            | 10月から12月まで | 1,000円 |
|            | 翌年1月から3月まで | 500円   |

植木剪定・除草・ヘルパー会員募集中！