



ひらかた シルバー便り

会員数 1,848 人



男性 1,337 人

女性 511 人

令和7年8月1日 現在

発行：公益社団法人 枚方市シルバー人材センター

[住所] 〒573-0027 枚方市大垣内町3丁目14-1

[TEL] 844-2901 [FAX] 841-1088

[URL] http://e14ea58r.ec-net.jp/

[E-m] silver-c@jasmine.ocn.ne.jp

令和5・6年度 安全衛生標語優秀作品

山守 本 会員

『 学んで 守って 交通ルール
自転車・車は 同じく 凶器 』

■ 今月のお知らせ ■

○令和8年度 会員手帳 申込受付開始！

事務局より

『会員手帳』令和8年度版のご案内
シルバー人材センターでしか購入できない逸品！
会員手帳にはシルバー会員としての情報や、日頃の
安全就業の心掛けなど便利情報満載です♪
毎年お申込みいただいている方も、そうでない方も
興味のある方は、この機会に是非お申込みを！

- ★ 飽きの来ないシンプルなデザイン
- ★ どんなシーンにも合う色合い
- ★ 胸ポケットにも入る
邪魔にならないコンパクトサイズ
- ★ 会員証も挟める内ポケットも
- ★ 手書きは脳の活性化にも！
読めるが書けないを減らして

◎ 価格：300円(税込)
◎ 申込：事務局へ電話
☎ 072-844-2901 (平日9時～17時)

なかなか覚えられない
シルバー会員としての情報

- ・団体傷害保険のあらまし
- ・配分金収入等による所得税

いつも健康♪ 事故はゼロ！

- ・体と心の健康チェック
- ・運転前の健康チェックシート

うっかり思い出せない時に...

- ・二十四節気
- ・年齢早見表
- ・時候の挨拶

- ・毎日の予定は勿論
- ・住所録(別冊)や
備忘録も完備！
- ・予定だけじゃない
《体験等記録欄》も！

ご家族もお得になる♪
シルバー会員優待価格

- ・優待割引制度
- 指定宿泊施設一覧
- ・バック旅行提携先一覧

※ ご不明な点等は
ご遠慮なくお問合せ下さい
☎ 072-844-2901
(平日9時～17時)

○アシストスーツ 無料体験会開催！

安全健康部会より

『ロボットスーツ』『パワードスーツ』『アシストスーツ』...新聞やニュースで見聞きしたことがあると思います
重い物の持ち運び・立ち座り動作・介護現場での介助...足や腰などに負担がかかる場面
このスーツを着用すると身体、特に腰への負担が軽減されると一躍有名になったスーツです

就業に役立つことは勿論ですが
足腰の弱った方などの運動・体幹を
補助し自立を促せるとリハビリにも
使用されています
減多に体験することができないこの
スーツを会員の皆様に実際にふれて
効果を実感していただけるよう
無料体験会を開催します！
是非！ご参加を！

目的	重い物の持ち運び・前かがみ 上向き作業向きスーツ	重い物の持ち運び・介助 リハビリ向けスーツ
開催日時	令和7年9月8日(月) 午後1:30～	令和7年9月29日(月) 午後1:30～
定員	10名まで	10名まで
申込	令和7年8月25日(月) 9:30から 事務局へ電話 ☎ 072-844-2901	

○受講生募集♪ 『ゼロ・リセット セルフ整体(初回無料)』& 『ふくろう英語講座』

■ ふくろう英語講座

- ★ 英語にふれよう♪
- ★ 英語を知ろう♪
- ★ 英語を楽しもう♪

ここがポイント!!

◎ 開催日時 9月26日(金) 10:45～12:00
◎ 参加費 500円(税込) ※当日お支払い
◎ 定員 10名 ※はじめて枠

■ セルフ整体講座『ゼロ・リセット』

脱力すること
体が楽になった本来の健康な状態に
身体をリセットし、
心身ともに整える整体

◎ 開催日時 9月17日(水) 14:30～16:00
◎ 参加費 初回無料
◎ 定員 10名

◎ どちらも 事務局へ電話申込み
令和7年8月22日(金) 9:30から
☎ 072-844-2901 (平日9時～17時)

○感染症健康関連

安全健康部会より

様々な感染症が収まらないまま連日の真夏日！猛暑日！
熱中症対策も忘れずに！不調を感じてからでは遅い！

※熱中症予防行動のポイント※

★エアコンを適宜使いましょう

「電気代が高い」「エアコンの風が嫌い」など理由は様々
しかし日本の夏は扇風機だけでは乗り切れません！
扇風機の風で汗が乾いてしまうために体温調節が
難しくなり熱中症に気づくのが遅れるケースが多い

★のどが渇く前に水分補給

★大量に汗をかいた時は塩分補給も

日頃より
免疫力を高める生活で
ウイルスや感染症に
負けない体作り！

ひらかたシルバー感染症対策合言葉

『かからない』
『うつさない』

バランスの良い食事

ストレスを溜めない・良い睡眠

適度な運動(簡単なストレッチでOK!)

まめな 換気と 水分補給

湿度管理 (湿度:50～60%)

■ 会員の皆様へお願い ■

事務局へ問合せや申込み等のお電話をいただく際は、ご本人様
確認として、必ずご自身の『会員番号』と『氏名フルネーム』を
お伝え下さい。(例えば...田中・山本姓の方は40名近く！同姓同名も！)
お仕事をしている方は、発注者名も！ご協力をお願いします。

■ 今月の報告 ■

○日報提出締切日

8月分

[8月1日 ～ 8月31日 就業分]

令和 7 年 9 月 3 日 (水)

※ 日報の提出は、1日でも早くお願いします。

※ FAXでも可 ☎ 841-1088

◎ 電話番号・ファックス番号の間違い注意



○配分金 振込日

7月分

令和 7 年 8 月 21 日 (木)

○会員事故発生件数

7 月 : 1 件 累計 : 3 件

職種 : 公園清掃 男性・71歳

状況 : 前方からの歩行者に気をとられ段差で転倒
(就業場所へ自転車に向かう途中)

症状 : 挫創



自転車は車と同じ法規 正しい通行側での走行が当然！こちらが近い
歩行者が少ない...など言い訳にすならないルール違反

青切符『通行区分違反』は罰金6,000円

民事での損害賠償を求められる事もケースも

自転車安全利用五則の遵守を！

ひらかたシルバー安全合言葉

事故はゼロで当たり前

○年会費(今年度)納入のご案内

令和 7 年度会費 : 1,200 円

→ 《令和7年4月1日～令和8年3月31日》

- ・事務局窓口へ納入
- ・郵便振替もOK！ →

■ 会費専用納入口座 ■

大阪 00970-9-103604

(公社) 枚方市シルバー人材センター

未納の方はお早めに！

○就業情報

★ホームページ

URL : http://e14ea58r.ec-net.jp/

⇒ センター紹介

⇒ 就業情報



ホームページからお仕事チェックできます！

○就業実績

令和 7 年 4 月 ～ 令和 7 年 6 月度

受注件数 1,508 件
期間就業実人数 1,098 人
月間就業率 59.8 %

契約金額合計(税込) 175,536,268 円

配分金 143,986,653 円

(内訳) 事務費(税込) 30,621,450 円

材料費 928,165 円

■ 全国シルバー人材センター 令和5～令和6年度 ■

全国統一 スローガン

安全は 無理せず 焦らず 油断せず

「Win10のサービス終了対応講座」受講生募集！！

【パソコン】

※7月号に続いての募集です！ご応募ください♪

講習内容 Windows10サポート終了で何が起るの？
迅速に対応すべき理由と対応方法を解説します。

講習日 令和7年9月 4日（木） } 2日間コース
9月 18日（木） } 各2時間、計4時間

講習時間 各日共 10:00～12:00

会費 2日間＝1,000円

申込資格 Windows10をお使いの方。

定員 10名程度
定員になり次第締切ります。

持ち物 ご自身のパソコン（なければシルバーのパソコンを使用）

申込先 シルバ-人材センター事務局 Tel844-2901

「はじめてのキャッシュレス（電子決済）利用講座」

受講生募集！！

【パソコン】

※7月号に続いての募集です！ご応募ください♪

講習内容 PayPay、楽天ペイなどの使い方を学ぼう！
キャッシュレス時代について行こう♪

講習日 令和7年9月 3日（水） } 2日間コース
9月 24日（水） } 各2時間、計4時間

講習時間 各日共 10:00～12:00

会費 2日間＝1,000円

申込資格 スマートフォン または タブレットを利用している方。

定員 10名程度 定員になり次第締切ります。

持ち物 ご自分のスマートフォン（タブレットも可能）

申込先 シルバ-人材センター事務局 Tel844-2901

パソコン・スマホ お助け相談（受付中）！！

【パソコン】

パソコン同好会では、お困りごとのご相談を承っています。

開催日時 平日のご希望日

申込資格 シルバー会員・パソコン・スマホをお持ちであること。

申込み先 シルバー事務局 Tel 844-2901

*個人レッスンにつき別途お見積り

第27回写真展開催のご案内

【写友会】

1. 開催日 令和7年9月10日（水）～15日（月・祝）
午前10時～午後6時まで
（※最終日15日は午後5時まで）

2. 場所 枚方市芸術文化芸術センター
ひらしん美術ギャラリー展示室
（※京阪枚方駅徒歩5分）

シルバー人材センター同好会の写友会です。第2の人生を写真に託して
今年も元気に自慢の写真を撮って披露させて頂きます。
会員一同お越しをお待ちしております！入場料無料です！
シルバー人材センター写友会一同

アサヒビール吹田工場見学！！

【歩好会】

開催日 令和7年9月5日（金） 小雨決行 **【延回261】**

行先 アサヒビール吹田工場 歩行距離4km

行程 JR高槻駅→JR吹田駅→アサヒビール吹田工場

集合場所 枚方市駅ジョフラン前

集合時間 午前10時30分集合・出発（時間厳守）

参加費 1,300円

持ち物 弁当、水筒、敷物、健康保険証その他

申込期間 8月22日（金）から8月29日（金）午後3時迄
※定員（24名）になり次第締切ります。

★参加ご希望の方は、シルバー人材センター事務局まで ☎844-2901
※問合せや締切後の変更は下記担当幹事まで（こちらは申込先では有りません）
玉岡久美子 080-5710-3416 澤田隆之 080-2514-9544 亀井敬信 090-7753-8043
なお、当日の連絡は、山崎 登 まで 080-3036-7772

★今後の活動も奮ってご参加ください★

【これまでの行先】平安神宮、養老乃滝、青谷梅林、鞍馬神社、服部緑地、
南禅寺毘沙門堂、城北公園（花菖蒲）、桜の宮公園（大川の桜並木）etc
※歩行距離は、場所にもよりますが概ね4～5kmです。

先月号 シルバー便りの、ちょこっと。なぞなぞ編
「自動車を逆さにするとどうなるでしょう？」の答えは…
→「まるくなる」
※自動車＝「くるま」を逆さから読むと「まるく」です！！

俳句同好会作品紹介

「俳句」

「万年青」 七月句会報

炎天や重機の音の逞しき
ままごとのやうな昼餉の胡瓜もみ
腰さすり病癒され合歡の花
七十路を迎へる日なり夏の月
サングラスかけて別れを告げにけり
暑氣払海軍さんのカレー食ふ

榮子 多美子 美左子 コトエ 弘志 加津恵

★同好会会員も募集中！見学も大歓迎です！★
俳句って難しい？基本から学ぶことができます！
皆さんわきあいあいと楽しく活動していますよ！

月例会・毎月第一月曜日（十三時～十六時） 無料
句会場・シルバ-人材センター（二階会議室椅子席）
連絡先・シルバ-人材センター（電話） 八四四-二九〇一

第144回 ゴルフコンペご案内！

【ゴルフ】（SHG会）

日時 2025年10月1日（水）
9時03分 スタート

場所 牧野 パークゴルフ

定員 7組 28名

プレー費 7,400円（税込、昼食付、4人乗りカート代含む）
※ 満70歳以上の方は利用税が免除されますので
ゴルフ場受付時に申告して下さい。

会費 2,000円（当日SHG会受付でお支払いください）

申し込み 令和7年9月16日（火）締切 事務局まで Tel844-2901
問合せや締切後の変更は、幹事・溝口まで・090-3712-6603

詩吟に興味のある方募集！

【詩吟】

練習日 月2回 第一・三月曜 午後2時～4時迄（2時間）

場所 蹠跽生涯学習市民センター

申込先 藤原 忠尚 090-8821-6202
中西 光男 090-5097-7840

見学も随時大歓迎♪

リフォーム同好会

【和服リフォーム】

私たち和服リフォーム同好会は、
古着・着物・コート・帯から作業衣・半纏・
綿入れちゃんちゃんこ・ベスト・バック・袋物等
多くの作品を作っています。
お問合せは事務局まで・・・Tel844-2901

年に数回、作品展の開催もしています！
興味があれば奮ってご参加ください♪

《お知らせ》注目！

私たち和服リフォーム同好会は、9月14日（日）に大阪・関西万博に
出演します！大阪ヘルスケアパビリオンのリボンステージで17時頃
から、自分たちの作品をモデルの方に着用してもらい、ファッション
ショーを行います（#^#）ご興味のある方は是非お越しください♪
リフォーム同好会一同

採れたて野菜！

事務所「百菜市」・「いっぽく処」で販売中♪

★夏バテ防止に効く野菜★
トマト（リコピン）
キュウリ（植物繊維）
オクラ（ビタミンB1、C）
・・・etc
色んな野菜を食べてみよう！

夏バテ防止に、
野菜を食べようね♪

感染症予防の為、下記同好会はしばらく活動を休止します…m(____)m
シルバー将棋同好会・**【将棋】**
シルバー囲碁同好会・吹矢同好会 **【囲碁】****【吹矢】**