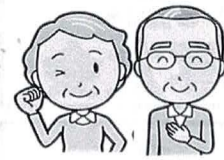




ひらかた シルバー便り

会員数 **1,958** 人



男性 **1,412** 人

女性 **546** 人

令和7年2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

今村 恒雄 会員

『**焦る 急ぐ 無視することが 大事故に
譲る行為が 無事故の近道**』

■今月のお知らせ■

○令和6年度会費納入と会員資格について

事務局より

令和6年度会費（令和6年4月1日～令和7年3月31日まで）が未納の方へ

昨年12月に『会費納入のお願い』を送付した方で未だに未納の方は、早期納入をお願いします。

令和7年3月31日までに納入が無い場合、自動的に退会となります。ご注意ください。

よろしく
お願いします。



○「ゼロ・リセット セルフ整体講座（旧スゴレッチ・カオレッチ）」お試し無料開催♪

日々の生活やストレスによって体調が崩れる・・・実は知らず知らずのうちに「変な癖が体についている」のです！そんな時に重要なのは「本来の姿」に戻すことです！

「ゼロ・リセット」とは、私達が本来持っている健康な状態に身体をリセットし、心身ともに整えること。この講座では、整体力を身につけ、自分自身で身体をゼロ・リセットできるようになることを目指します。自分の身体に向き合い、ケアの方法を学ぶことで、健康的な習慣を身につけることができます。

心身ともに健康で生きるために、この機会に是非！ゼロ・リセット セルフ整体を始めてみませんか？

【開催日】令和7年3月24日（月）

① 13:00～14:30 ← 今回初めて参加する方向け

② 14:45～16:00 ← 以前にスゴレッチ・カオレッチ教室に参加したことがある方向け

【参加費】今回の講座は皆さ無料です ※令和7年4月以降は参加料 1回 500円を予定

【定員数】各回 先着 10名まで

【申込み】令和7年2月21日（金）9:30から事務局へ電話

※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

○『LINEでテレビ電話を楽しもう♪講座』参加者募集！

スマホの中にこのマーク・・・「あるけど使っていない!」
せっかくお孫さんやお子さん友人と電話ができるのに使わなくちゃ勿体ない!!

LINE(ライン)アプリは色々な機能がありますが
まずは、身近なお孫さんお子さんとのテレビ電話を
マスターしましょう♪

きっと、お孫さんお子さんも喜んでくれますよ♪

※ 電話代は無料! 通信費のみ有料ですが

定額プランなら気にせず無料で電話できるのでオススメです♪

【日時】令和7年3月14日（金）
令和7年3月25日（火）

- ① 10:00～11:00
- ② 11:00～12:00
- ③ 13:00～14:00
- ④ 14:00～15:00
- ⑤ 15:00～16:00

【参加費】各1回 300円(税込)

【持ち物】ご自身のスマホ（使用機種を
・筆記用具 申込時にお伝え下さい）
・飲み物

【申込み】事務局へ電話にて申込
左記の日時①～⑤の中でご希望をお伝え下さい
（空きがあれば複数時間帯申込も歓迎です）

○確定申告関連

事務局より

■枚方税務署からのお知らせ

◎パソコンやスマートフォンでの申告のお願い

★マイナンバーカード方式

・マイナンバーカード（以下の暗証番号が必要）
* 署名用電子証明書（英数字6～16桁）

* 利用者証明用（数字4桁） } 同じ
* 券面事項（数字4桁） } 4桁の人が多

・マイナンバーカード読取対応スマートフォン
又は、ICカードリーダー

◎納付はキャッシュレス納付が便利!

確定申告の納付には、スマホからPay払いできる『スマホアプリ納付』が便利です。
このほか、『振替納税』『クレジットカード納付』『ダイレクト納付』など
金融機関や税務署に行く必要がない『キャッシュレス納付』を是非ご利用ください。

今年は
e-tax
申告を!

★問合せ★
枚方税務署
☎ 072-844-9521



確定申告書作成



納税手続き案内

○感染症健康関連

安全健康部会より

新型コロナ・インフルエンザ・マイコプラズマ肺炎のトリプルデミックに続き、大阪府では感染性胃腸炎が流行!
とにかく! 手洗い等の基本的な感染症対策の継続を!

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を!

バランスの 良い食事	★まめに換気 湿度・温度管理	ストレスを 溜めない	良い睡眠	適度な 運動	★まめに 水分補給
---------------	-------------------	---------------	------	-----------	--------------

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』

■今月のご報告■

○日報提出締切日

2月分

[2月1日 ~ 2月28日 就業分]

令和 7 年 3 月 5 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

1月分

令和 7 年 2 月 21 日 (金)

○会員事故発生件数

1 月 : 0 件 累計 : 4 件

いよいよ自転車に『青切符』導入
信号無視や車道逆走・一時不停止
携帯電話のながら運転など115種類
酒酔い運転など極めて悪質な違反は
刑事処分の対象[交通切符(赤切符)]
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 6 年度会費 : 1,200 円

《令和6年4月1日～令和7年3月31日》

・事務局窓口へ納入
・郵便振替もOK!

未納の方は
お早めに!

■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

○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!
興味のあるお仕事がありましたら、事務局まで連絡を。
スマートフォンや携帯からもチェックできます。

○就業実績

令和 5 年 4 月～	令和 5 年 12 月度
受注件数	3,753 件
期間就業実人数	1,280 人
月間就業率	65.4 %

契約金額合計	544,910,630 円
配分金	448,603,604 円
(内訳) 事務費	94,146,895 円
材料費	2,160,131 円

歩好会

写友会

同好会便り

2025年(令和7年)2月21日発行

パソコン

ゴルフ

俳句

将棋

囲碁

吹矢

詩吟

リフォーム

COMING SOON

「Windowsの高速化」受講生 募集!

【パソコン】

講習内容 ① 遅くなったパソコンを新品のように快適にします!
② 設定変更しますのでご自身のパソコンをお持ちください。

講習日 令和7年4月 3日(木) } 2日間コース
4月17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 パソコンやタブレットを少しでも使ったことのある方

定員 10名程度 定員になり次第締切ります。

持ち物 ご自分のパソコン(無ければシルバーのPC使用)

申込開始 令和7年2月26日(水) 10時から開始

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】

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4月 9日(水) } 2日間コース
4月23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(タブレットでも可能)

申込開始 令和7年2月26日(水) 10時から開始

申込先 シルバ-人材センター事務局 Tel844-2901



追加!! 1月号のシルバー便りにて募集しました

- ◆「はじめてのプログラミング! 高齢者向けスクラッチ初級講座」
- ◆「Googleマップナビ講座」ともに募集しています!

お申込みの方は ☎844-2901までご連絡を。
※詳細は1月号シルバー便りをご覧ください。

パソコンお助け相談会(開催中!)

【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 平日のご希望日

申込資格 シルバー会員・パソコンをお持ちの方。

申込み先 シルバー事務局 Tel 844-2901

*初回相談500円個人レッスンご希望の方は別途お見積り



思い出のアルバムを作ろう! 会員募集!

【写友会】

景色、季節の花畑、建築物等求めて楽しく撮影に行こう!

1. 定例会 毎月第三土曜日午後3時より実施
 2. 撮影会 毎月1回以上 撮影場所は毎月の定例会で決定
※ 年1回作品展実施(枚方市総合文化芸術センター)
 3. 年会費 12,000円(前期1~6月/後期7~12月 各6,000円)
- 会員の申込、お問合せは事務局まで Tel844-2901



青谷梅林の梅香をひとりじめ!!

【歩こう会】

開催日 令和7年3月14日(金) 小雨決行 **【延回257】**

行先 山城青谷梅林・城陽酒造(歩行距離4km)

行程 京阪宇治線黄檗駅→奈良線黄檗駅→山城青谷駅→青谷梅林

集合場所 京阪樟葉駅京都方面行ホーム待合室

集合時間 午前10時集合(時間厳守)

参加費 300円

持ち物 弁当、水筒、敷物、健康保険証、雨具その他

申込締切 3月7日(金) 午後3時まで

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)

大塚 進 080-1481-0589 稲田 義夫 090-8129-4110 玉岡久美子 080-5710-3416

※当日の連絡は 山崎登まで 080-3036-7772 お間違えないように!!



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

【囲碁】

お問い合わせは「櫻井」まで Tel090-4565-5165

俳句同好会作品紹介
「万年青」 一月句会報

初雀幸せを背にちゆんと鳴く
たばこ屋の婆の負けん気寒の紅
神棚にまたたく燈明大旦那
待ち人の名前したため祝著
日を受けて赤きマントの辻地蔵
ふるさとも昭和も遠く冬桜
正月に食べる物無くからす鳴く
波の花風と遊びて闇に溶く
補陀落の海を離るる若日かな

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

栄子 勝彦 美左子 コトエ 加津恵 千恵子 多美子 弘志 時久



第142回 ゴルフコンペご案内!

【ゴルフ】(SHG会)

日時 令和7年4月2日(水) 9時03分 スタート

場所 牧野パークゴルフ 定員 28名

プレー費 7,400円(税込、昼食費、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。受付に申告して下さい。

会費 2,000円(※当日SHG会受付でお支払い下さい。)

申し込み 令和7年3月18日(火) 締切 事務局迄 844-2901

★ 問合せや締切後の変更は、幹事・藤本まで ☎080-8533-3360



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 蹠生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】

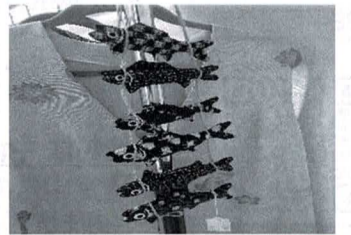
私たち和服リフォーム同好会は、古着・着物・コート・帯から作務衣・半纏・綿入れちゃんちゃんこ・ベスト・バック・袋物等多くの作品を作っています。お問合せは事務局まで……Tel844-2901



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♪ 追記 全国誌『月刊シルバー12月号』で、作品展の開催の様子が掲載されました!!

《お知らせ》

今年7月開所の『いっぴく処』でも展示しています!! 興味がある方は是非お越し頂き、ご覧ください!



事務所「百菜市」・「いっぴく処」で販売中♪ 今回の旬は大根! 昔から大根を煮たものを食べると中風(ちゅうふう)にならないと言われてます! 煮物やサラダにも自由自在♪

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

吹矢同好会

【吹矢】