

会員の皆様からの声「シルバーで仕事以外も楽しむ」2024.11



私は現在、後期高齢者で75歳。各種仕事に就業中。
それ以外でもシルバー人材センターにはお世話にな
っていますのでご紹介。仕事だけでは個人leftrightarrow事務局
の関係のみ。(会員の皆様との交流は少ない。)

①まずサークル活動です。2023年10月に入会。ほぼ毎月の登山と帰り
の温泉が楽しい。(山と温泉を楽しむ会)以前は単独で登山が、グループで
の登山へ。(複数のサークルに参加可、サークルは他に7つある。)

②次にセンターの活動のお手伝いで、2023年4月～HP(ホームページ)を運
営するHP活性化委員会に参加。HPの管理と「センターからのお知らせ」欄
へ記事を掲載。会員の皆様と関わりながら活動。この中で初心者向けスマ
ホ教室の開催等にも関わっている。(参加希望は、ご相談を)

2024年7月～親睦会の会報の「広報」の編集・発行に参加。
(年4回の発行)メンバーと定期的な打合せを実施し、パソコン
で「広報」を纏め、電子データを事務局へ渡す。尚、一部の記事はHPと情報
は重なるので、連携した活動を実施中。例えば「広報」には記事のダイジェ
スト版を掲載し、詳細記事のあるHPをご案内。(参加希望は、ご相談を)



③最近、仕事になりつつありますが、「フレイル予防教室」へ参加。2022
年頃に、研修(栄養・運動・社会参加を学ぶ)を受けてサポーターに。体力や
気力の衰えを遅らせる為に興味を持ち参加。

④最後に親睦会の行事(旅行、ボランティア、新年懇親会等)に適宜参加。
皆様にも参加をお勧めします。

文：西尾 三男