



# ひらかた シルバー便り

会員数 **1,761** 人



男性 **1,279** 人

女性 **482** 人

令和8年4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7・8年度 安全衛生標語優秀作品

廣瀬 千鶴 会員

第1位

『食事、睡眠、ノンストレス  
健康寿命の三原則』



## ■ 今月のお知らせ ■

### ○令和8年度 新年度挨拶

事務局より

#### ■ 新年度挨拶

日頃より、枚方市シルバー人材センターの事業運営・地域貢献活動へご理解とご尽力を頂き、心より感謝申し上げます。



新型コロナウイルスは5類相当となりワクチン接種等も有料(一部補助有)とインフルエンザ・ノロウイルス・感染症胃腸炎などと同じく季節性はあるものの年間を通して注意が必要な死亡率の高い感染症である事を忘れてはいけません。『手洗い・うがい』などの基本的な感染症対策の徹底と継続が自分を守り大切な人を守る。

そして、心のケアも大切… シルバー人材センターは就業目的ではありません。同好会活動・ふくろう教室・講座・社会活動等だけの参加も大歓迎！

『フレイル(心身の活力(筋力・認知機能・社会とのつながり等)低下状態) 予防』で

あなたの人生100歳時代の第一歩に、シルバー人材センターを活用して下さい。 役職員一同

提出日  
注意!!

## ■ 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！) お仕事をされている方は、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 **4月分**

[ 4月1日 ~ 4月30日 就業分 ]

**令和 8 年 5 月 8 日 (金)**

※ 日報の提出は 1日でも早くお願いします

※ FAXでも可 ☎ 072-841-1088

◎ファックス番号の間違いにご注意ください



○配分金 振込日 **3月分**

**令和 8 年 4 月 21 日 (火)**

○会員事故発生件数

3 月 : 0 件 累計 : 3 件

いよいよ2026年4月1日より 自転車に『青切符』導入されました 信号無視・車道逆走・一時不停止・携帯等のながら運転など 113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『赤切符』 まず、自転車安全利用五則の遵守を！

- ・自転車は、車道が原則、歩道は例外
- ・車道は左側を通行
- ・歩道は歩行者優先で、車道寄り徐行
- ・安全ルールを守る
- ・子どもはヘルメットを着用

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 8 年度会費 : 1,200 円

↳ 《 令和8年4月1日 ~ 令和9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

《お詫び》

先月より当センターのホームページに不具合が生じておりリニューアルを兼ねた復旧作業を行っております 会員の皆様にはご不便をおかけしますが 何卒ご理解の程お願いいたします ※完了次第『シルバー便り』にてお伝えいたします お楽しみに♪

○就業実績

令和 7 年 4 月 ~ 令和 8 年 2 月度

受注件数	3,915 件
期間就業実人数	1,314 人
月間就業率	68.7 %

契約金額合計(税込) 631,380,901 円

配分金	518,617,269 円
(内訳) 事務費(税込)	110,302,322 円
材料費	2,461,310 円

### ○お仕事情報：単発チラシ配布会員募集

枚方市全域でチラシ配布が可能な方を募集 自宅の近くで身体を動かしながら、健康的に無理なくご自身のペースで就業できます！

【作業内容】戸建て住宅のみ ポストへチラシ(A4裏表)を投函

※チラシ受取方法

：基本的に枚方市シルバー人材センター事務所へ来所

【作業期間】4月下旬から5月末まで

【配分金】8円/1枚

【募集人員】地域ごとに若干名

※先着順

(地域ごとに定員に達した場合は締切)

【受付方法】事務局へ電話 ☎ 072-844-2901 (平日 9時~17時)

令和8年4月22日(水) 午前10時から



やってみよう!

※ 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)

### ○バードカービング教室 初開講♪ (ふくろう教室)

『野鳥マグネットを作ろう!』

「バードカービング」とは、1つの木片から鳥の形を彫りだし色を付け、本物の鳥のように表現する芸術です。

初開講の第1回目は、鳥の形に彫りだした平面の板に色を付けていただく《入門編》

日本にいる小型の野鳥 約180種類の中から、3~4種類の野鳥の形に彩色をして

裏面に強力マグネットを付けることで、冷蔵庫など磁石が付くところであれば

メモ等をとめておくなどの活用ができます。

ご自身が彩色した色鮮やかな野鳥たち!

ご家庭でも小さな息吹を感じていただけることでしょ♪

〔講座メニュー〕

◎ 野鳥マグネット (今回)

◎ 野鳥のモービル

◎ 野鳥のキーホルダー

◎ 野鳥の壁掛け

◎ 野鳥の原寸大作成 (すずめサイズ)

※ 番外：ミニ古民家のモービルやジオラマ



【申込】 令和8年4月21日(火) ~

事務局へ電話 ☎ 072-844-2901 (平日 9時~17時)  
ご希望日をお伝えください

※ 当日の持ち物はありませんがアクリル絵の具を使用しますので汚れても良い服装をお願いします



バードカービング教室	
内容	野鳥マグネットを作ろう!
開講日	令和8年 5月19日(火)
	5月20日(水)
	13:00~15:30
参加費	1,000円 受講料・材料費含む
定員数	各日 10名まで

### ○クチコミによる会員募集にご協力を!

総務啓発部会より

人生100歳時代! 共に生涯現役を!

『遊び』で『学び』で『働き』で… ひらかたシルバーを楽しみましょう♪

会員増加とセンターの活性化のため、是非皆さまの「口コミ」によるご協力をお願いします。

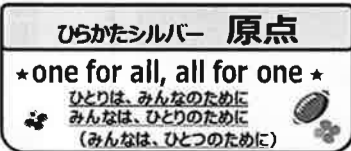
以下の条件にあてはまる方なら、どなたでも会員登録いただけます!

- ・ 枚方市在住の方
- ・ 健康で働く意欲のある60才以上の方
- ・ センターの事業趣旨に賛同いただける方

同好会だけ・講習会だけなど どんな形でもご参加OK!

お気軽にお問い合わせください。

会員の皆様のお知り合いへ シルバー人材センターを、ご紹介・お口添えをお願いします。



■ 全国シルバー人材センター 令和8~令和10年度 ■  
全国統一 スローガン

安全が 今日一番の 大仕事

ゼロ・リセット

英会話

Fantastic!

講習会便り

パソコン

COMING SOON

★ふくろう教室コーナー♪注目!

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』

■セルフ整体講座『ゼロ・リセット』

～本来の健康な状態にリセットし心身ともに整える整体～

- ◎ 開催日時 5月13日(水)・25(月) 両日とも10:50-12:00
- ◎ 参加費 初回無料
- ◎ 定員 先着10名

**姿勢改善** ・歪みをリセットして姿勢を整える  
**代謝向上** ・次に、全身が運動して体調不良を改善  
**体質改善** ・最後に、血流が循環して自律神経を整える

脱力することで体が楽になった

★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!!

■ふくろう英語講座(初回参加者向け!!)

～英語を楽しむためのシルバーのための1回完結型講座～

- ◎ 開催日時 5月18日(月) 10:45-12:00
- ◎ 参加費 500円
- ◎ 定員 先着10名

英会話教室とは、全く違う、初心者のための講座です。小中学生の教科書や映画や漫画のワンシーン。新聞記事や雑誌などを教材として学習♪

★お申込みは、事務局まで  
 受付開始は 令和8年4月21日(火)より  
 ☎ 072-844-2901 (平日9-17時)

★ふくろう教室パソコン講習♪注目!

受付開始は 令和8年4月21日(火) 定員になり次第締切。申込先☎844-2901迄。

★「チャットGPT入門」受講生募集! 【スマホ編】

講習内容 最近話題のAI (Gemini, Copilot, Chat GPT) の活用方法を習得しよう。なんでも教えてください。

- 講習日時 令和8年5月7日(木)
- 令和8年5月21日(木)
- ※両日とも、10:00~12:00

- 受講料 2日間=1,000円
- 申込資格 スマホ利用者 (iPhone, アンドロイド)
- 定員 5名 定員になり次第締切ります。
- 持ち物 ご自分のスマホ (貸出品なし)



★なりすまし「詐欺画面の対応」受講生募集! 【パソコン編】

講習内容 なりすまし詐欺画面の対応方法をご紹介します。

- 講習日時 令和8年4月30日(木) 10:00~12:00
- 受講料 1日間=500円
- 申込資格 パソコン文字入力、変換方法が少し出来る方
- 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)



パソコン・スマホ お困りごと相談 (受付中)! 【パソコン・スマホ編】

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 ☎ 844-2901  
 \*お電話相談500円/お持ち込み・派遣は別途お見積り



★ふくろう教室について...当センターが、実施している教室事業の総称です。  
 全国シルバー事業協会のマスコットキャラクター「チエクロ」にちなんで、令和2年度から開始した独自の事業で、英会話教室や、ストレッチ教室などを開催。  
 また、当センターの会員が、能力を活かして、講師として活躍しています。  
 今後も新しいテーマでの教室を開催しますので、お楽しみに♪



歩好会

写友会

同好会便り

ゴルフ

COMING SOON

俳句

将棋

囲碁

吹矢

詩吟

リフォーム

COMING SOON

～今が見頃のバラ、荒牧バラ公園へ行こう～ 【歩好会】

- 開催日 令和8年5月15日(金) 小雨決行 歩行5km 【延回266】
- 行先 荒牧バラ公園
- 行程 京阪枚方市駅一阪急高槻市駅一阪急山本駅一荒牧バラ公園
- 集合場所 枚方市駅ジョフラン前
- 集合時間 午前10時00分集合(時間厳守)
- 参加費 300円
- 持ち物 弁当、水筒、敷物、雨具、健康保険証
- 申込期間 令和8年5月8日(金) 午後3時迄



★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 大塚 進 080-1481-0589  
 稲田 義夫 090-8129-4110 山崎 登 080-3036-7772

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 毎月第三土曜日午前10時から正午まで実施
  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 ☎844-2901



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... ☎844-2901  
 ご興味のある方、お待ちしております♪



お知らせ

事務所1階 ワンコイン販売♪  
 おかけ様で、好調です☺  
 掘り出し物見つかるかもよ~(#~#)  
 お金は投入箱に入れていただくので、  
 お手軽に買い物できます!!



第148回 ゴルフコンペご案内! 【ゴルフ】(SHG会)

- 日時 2026年6月3日(水) 午前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8年5月19日(火) 締切 事務局まで ☎844-2901  
 問合せや締切後の変更は、幹事・溝口まで・090-3712-6603



俳句同好会作品紹介 【俳句】  
 「万年青」 三月句会報

鉄を手には漢見上ぐる梅の花  
 花冷えや逝つてしまひぬ友のこと  
 春の湖とんび比叡をめぐしけり  
 陽春やトーストぽんと飛び上がり  
 とんとんと跳ぬる雀や春の土  
 冬空や楠の根方の奔放に  
 良き知らせひとつ届きぬ遅日かな

榮和 多弘 加千 美  
 子 憲 美子 津惠 左子

★同好会会員も募集中!見学も大歓迎♪  
 皆俳句さんて難あしい?基本から学ぶことができまます!  
 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(電話) 八四四二二九〇一

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 蹉跎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♪

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  
 将棋同好会・囲碁同好会 活動休止