

こんな仕事をお手伝いします。



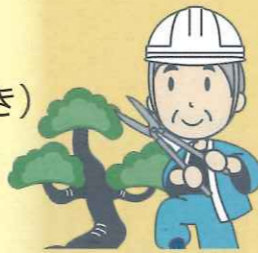
一般作業

- 草取り、草刈り
- 落葉清掃
- 公園等の清掃
- 農業の手伝い
- 企業等での軽作業



技能・技術分野

- 庭木剪定・伐採
- 筆耕(宛名書き、賞状書き)
- 簡単な大工仕事
- 障子・襖・網戸の張替え



シルバー派遣

- 送迎車運転
- 荷造り、運搬、梱包
- スーパーの品出し、調理等



管理分野

- 施設や建物管理
- 駐車場誘導
- 空き家の見回りや  
除草・剪定等



お気軽にお電話ください。

**☎ 0263-72-5800**

(公社) 安曇野シルバー人材センター

人生 100 年時代  
今こそあなたの力が求められています

シルバー人材センター 会員募集



あなたの知識・経験・技術を活かしませんか

安曇野市内にお住いの、  
概ね 60 歳以上の健康で  
働く意欲のある方なら  
どなたでも入会いただけます！

新入会員説明会を毎月開催して  
います。お気軽にお問い合わせ下さい。



お申し込み・お問い合わせは、ホームページまたは下記までお願いします。電話受付/平日 8:30 ~ 17:15

公益社団法人

**安曇野シルバー人材センター**

**TEL.0263-72-5800**

〒399-8205 安曇野市豊科 4155-1  
豊科保健センター内  
**FAX.0263-73-6484**

<http://webc.sjc.ne.jp/azumino>

安曇野シルバー人材

検索

# シルバー人材センターへ入会し **健康づくり** **生きがいづくり** **仲間づくり** をしませんか!

## 安曇野シルバー人材センターとは

高齢者の活力を活かした地域社会づくり、地域福祉の向上を目的とする公益社団法人です。

一般企業・事業者をはじめ、公共施設や一般家庭からの仕事の発注をいただいております。企業での軽作業、施設等の管理や清掃、除草、植木の手入れ、農作業、福祉・家事援助、賞状筆耕、簡単な大工仕事など幅広い事業を展開しています。

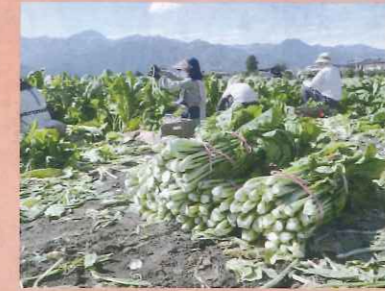
また会員になると会員互助会活動に参加できます。旅行・交流会等の親睦事業、サークル活動を通じ、楽しい仲間づくりもできます。

就業場所は安曇野市内が原則です。

自分の生活スタイルや体力に応じた仕事を選択し、ご自身の知識や経験を活かしながら活躍することができます。一定の就業日数や収入を保証するものではありません。会員になり就業した場合は、配分金（派遣就業は賃金）をお支払いします。



剪定作業



野沢菜収穫作業



チューリップの植付け作業

**豊富な経験や  
知識を活かして  
シルバー会員  
元気に活躍中!!**



カート回収作業（派遣）



施設内清掃作業



施設管理（窓口）業務

## 会員の声

### 前向きに・・・

堀金地区 Gさん

最初シルバー入会のお誘いをいただいた時は、あまり乗り気ではありませんでした。「ものは忘れる」「動きに時間が掛かる」「急ぐとコケる」とこんな感じで、役に立つどころか迷惑をかけそうな気がして、自分には無理ではと思っていました。それでも「とりあえずやってみる!」の思いから、紹介していただいた仕事をチャレンジのつもりでスタートしました。多少つまづきはありましたが、周りの方の助力もいただいて今は続けて行かれる自信もついたように思います。

これからも少しずつでも前向きに、無理なく健康に留意して頑張っていきたいと思います。

### 現状維持と「ボケ防止」

明科地区 Iさん

傘寿を過ぎ、身体の衰えと共に物忘れが激しくなりました。シルバー人材センターに登録したのは20年も前になります。その間、大した仕事はしていませんが、現在も続けているのは、現状維持のためだと思います。

仕事は、旧JR篠ノ井線廃線敷遊歩道の三五山トンネルの防犯扉の施錠と開錠です。隔週交代でやっていますが、作業に要する歩数が1回で2千歩になり、1日で4千歩になるため現状維持に役立つかな? 又、週の初めの作業を忘れてしまうと、歩道利用者に迷惑をかけるため、スケジュールも考えることで、ボケ防止に役立つと考えています。



ボウリング大会



マレットゴルフ大会

互助会主催 親睦交流事業