

事務局だより

2026年7月号
Vol. 217

(公社) 蒲郡市シルバー人材センター

会員増強にご協力をお願いします

	男性	女性	合計
6月 会員数	560人	574人	1,134人
8年度 増減	+33人	+44人	+77人



お仕事情報

まずは、お電話でお問い合わせください。担当から詳細をお知らせします。
また、下記以外にもありますので、事務局の就業ファイルを見に来てください。

No	就業場所	業務内容	就業日	就業時間	備考
1	西浦町 ((同)KICHI)	TASOGARE BASE in Nishiura 清掃等作業	不定期 (宿泊者があるときの就業)	10:00～15:00の間 2時間 (2人での作業)	請負
2	拾石町、鹿島町 (株中広)	フリーペーパーの配布	第4金曜日から翌木曜日までに 配布	自由	請負
3	大塚町 (寿楽荘)	会館管理 (清掃・ボイラー運転)	月曜から金曜日 1週間ごとシフト制	8:00～17:00 (休憩10:00～10:15・12:00～ 13:00)	請負
4	西浦町 (グリーンセンター)	日曜粗大ごみ等受入業務 *会員4名で分担作業	日曜日 (GW、お盆、年末年始の繁忙 期は平日勤務あり)	9:00～16:30 (休憩12:00～13:00)	派遣
5	西浦町 (グリーンセンター)	日曜資源物等受入業務 *会員4名で分担作業	日曜日 (GW、お盆、年末年始の繁忙 期は平日勤務あり)	8:45～16:45 (休憩12:00～13:00)	派遣
6	上本町 (有)福井合成)	自動車部品の成形機への 装填、補助部品のカットと 梱包(検査) 等	月～金曜日 (休み：土日)	16:00～19:00	派遣
7	竹谷町 (株ハートランド)	利用者の見守り業務 飲物・歯みがき準備、風呂 ・トイレ掃除、ペットメイキング他	日曜日	9:00～12:00 (休憩：なし)	派遣
8	栄町 (株EVERYFOOD)	洗い物、盛付、配膳、調理補助全 般(短距離の車運転有り)	月～日曜日 (含む祝日) *シフト制	7:00～13:00 (15～20時間/月)	派遣



7/17～8/31の主な予定

7月	17日 (金)	10:00/13:15	健康麻雀クラブ
	17日 (金)	11:30	ハンドメイドマルシェ @蒲郡市民会館大ホール前ロビー
	17日 (金)	14:00	上映会@蒲郡市民会館大ホール
	7/20～7/24	9:30	シルバー寺子屋夏休み教室
	20日 (月祝)	13:30	健康麻雀クラブ
	21日 (火)	9:00	シルバーカラオケ同好会
	21日 (火)	10:00	健康体操
	21日 (火)	14:00	理事会
	22日 (水)	10:00	コーヒーサロン オープン日 13時30分まで
	23日 (木)	13:30	会員登録会
	7/27～7/31	9:30	シルバー寺子屋夏休み教室
	29日 (水)	8:30	青森県内シルバー人材センター視察受け入れ
	29日 (水)	10:00	コーヒーサロン オープン日 13時30分まで
	30日 (木)	14:00	衛生委員会
8月	8/3～8/5	9:30	シルバー寺子屋将棋教室
	4日 (火)	9:30	入会説明会
	5日 (水)	10:00	コーヒーサロン オープン日 13時30分まで



「会員のご紹介」ありがとうございます

【新会員を紹介して頂いた方】

澤井 宏依さん 鈴木 恵子さん 平野 敬子さん



「大人のカルチャーアカデミー ヨガ体験講座」【令和8年度 生涯学習事業】

～学ぶ・楽しむ・つながる年間講座～

参加者募集！

ヨガ体験講座

椅子に座ったまま行うやさしいヨガとジャーナリングで、心と体をリフレッシュ。
忙しい毎日に、自分をいたわる時間を過ごしませんか。

【日時】8月24日(月) 10:00～11:30

【場所】生きがいセンター201教室

【対象】会員ならどなたでも

【参加費】無料 【定員】20名 【持ち物】飲み物、筆記用具

【申込み】事務局に電話または直接来所にて(平日9時～17時)

【講師】高橋絵里 (ヨガインストラクター)

動きやすい服装で
お越しください



7月17日(金)

これからの
開催予定

終了しました

映画上映会

8月24日(月)

ヨガ体験講座

10月26日(月)

コーヒー教室

12月18日(金)

生前整理セミナー

日程未定

旅行の計画術

.....各講座の詳細は開催前に改めてお知らせします.....



ずっと元気であるための健康講座、はじまります！

「健康応援プログラム」(全5回) — 会員限定・参加無料 —

これからも元気に働き、いきいきと毎日を過ごしていくために、
会員の皆さまを対象に、年間を通じた健康講座を開催します。
腰痛や膝のケア、目の健康、健診結果の見方、認知症の理解まで、
日々の生活にすぐ役立つ内容をわかりやすくお届けします。

- ☒ どの回からでも参加OK
- ☒ 簡単・わかりやすい内容
- ☒ 日常にすぐ活かせます

■3回目講座のご案内

よく分かる！白内障と手術

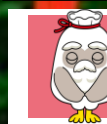
蒲郡市民病院医師と視能訓練士に
よる貴重な講座です

9月1日(火) 13:30～14:30
場所：生きがいセンター201教室
1ポイント付与

【対象】会員ならどなたでも (ゴールド会員もOK)
【定員】25名 【参加費】無料
【申込方法】事務局に電話または直接来所にて
平日9時～17時まで

■年間スケジュール

- 6月 | 腰痛予防について～お仕事編 **終了**
- 7月 | 股関節と膝の痛み～最新の治療と痛みの予防のために
歩くのがちょっと不安・・・その前に **終了**
- 9月 | よく分かる！白内障と手術
見えにくさ、年齢のせいとあきらめていませんか？
- 11月 | 教えます！健診結果活用術
その“数字”、ちゃんと見ていますか？
- 1月 | 認知症サポーター養成講座
誰かの安心につながる知識、学んでみませんか？



「のこのこ子育て支援フォローアップ研修」のご案内

蒲郡市子育て支援事業「のこのこ子育て支援」の研修会を行
います。現在すでに「のこのこ」のお仕事をされている方はもちろん、
やってみたいと思っている方はぜひご参加ください！

日付：9月4日(金)

時間：第1部…10:00～11:30

第2部…13:30～15:00

※原則両部のご参加をお願いいたします。

定員：20名

持ち物：特になし

申し込み：事務局まで電話 (69-0316)

第1部

10:00～11:30



「健康になるための食事 ～食材選び調理を通して～」

講師：医学博士 名古屋文理栄養士専門学校

専任教員 小澤 祐加 先生

第2部

13:30～15:00



「令和の孫育て、昭和の子育て ～変わったこと、変わらないこと～」

講師：NPO法人孫育て・ニッポン

理事長 ぼうだ あきこ 氏

事故の発生を受け、会員の皆さんの命と信頼を守るため、交通ルールを改めて確認する記事を連載しています



守れていますか？交通ルールの基本⑥「慣れた道ほど油断していませんか？」

◆事故はいつもの道で起きています

毎日通る道だから大丈夫。いつもの交差点だから車は来ないだろう。そんな「慣れ」や「思い込み」が、事故につながる場合があります。慣れた道では、無意識のうちに周囲への注意が散漫になり、安全確認や一時停止がおろそかになりがちです。また、「この時間なら歩行者はいない」「見通しが良いから大丈夫」と決めつけてしまうことも少なくありません。

事故の相手は、いつも同じではありません。

- ・今日は子どもが飛び出すかもしれない
- ・高齢者が横断しているかもしれない
- ・自転車が急に曲がってくるかもしれない

慣れた道だからこそ、初心を忘れないことが大切です



■ 今日からの合言葉 ■

「慣れた道ほど、もう一度しっかり確認！」

■ 1ポイント付与

いま話題の歴史の舞台へ！大河ドラマの世界と秀吉の出世城を巡る旅

シルバー会員親睦旅行



令和8年NHK大河ドラマ義と絆館と 豊臣兄弟ゆかりの長浜城見学

テレビの向こうの感動を体感！いま話題の長浜へ、歴史ロマンを巡る旅

会員親睦旅行を実施いたします。

行き先は大河ドラマで盛り上がる滋賀県・長浜！ドラマの世界をたっぷり堪能できる期間限定の「義と絆館」や、豊臣兄弟の出世の原点となった名城・長浜城をゆったり見学します。

昼食は2026年7月オープン of 敦賀新施設カニファクトリーでの昼食となります。カニファクトリーとは福井県で生まれたカニ専門店・甲羅組が運営する、カニ専門のテーマパークです。カニの楽しさ・美味しさ・面白さで、ご来場の皆さんを満ちます！みるみる変身していくカニの加工が見学できるオープンファクトリーや、カニをはじめ多彩な海産物が堪能できるフードコーナー&レストラン、など、まさに、カニ体験満載のカニの楽園です。皆様のご参加を心よりお待ちしております！

日 時：10月31日(土)

対 象：会員ならどなたでも

定 員：80名

先着順、定員になりしだい締め切り

参加費：14,200円

申込み：参加費14,200円を持参のうえ、事務局にて受付



行程

蒲郡7:30＝音羽IC＝東名(上郷SA 8:15～8:30)・名神(養老SA 9:25～9:40)・北陸道＝長浜IC＝長浜城歴史博物館(見学10:30～11:30)＝北陸道＝敦賀(昼食 12:15～13:20)＝気比神社(参拝13:30～14:00)＝北陸道＝「豊臣兄弟!!」大河ドラマ義と絆館(見学・道の駅買物 14:40～15:20)＝IC＝名神・東名(上郷SA16:50～17:05)＝音羽IC＝蒲郡17:50



女性部会「がマダム1000」より



「茶房 がマツ茶」&「健康体操」

健美隊
(けんびたい)

みんなで楽しく「健康体操」！とても簡単にできて良い運動になりますよ。休憩時間にはお茶を飲みながらおしゃべりしましょう！「ダンシングヒーロー」を1年かけて練習します！シルバー会員でないお友達も参加可能ですので、ぜひ一緒にお越しください！

会員・一般市民向け

日 時：8月18日(火) 10:00～12:00

場 所：蒲都市生きがいセンター 3Fホール



「オカリナ」の会

日 時：8月10日(月) 14:30～

場 所：生きがいセンター201教室

対 象：会員ならどなたでも

参加費：無料

申込み：事務局まで電話(平日9時～17時)



東栄町直伝！ 五平餅を作ろう！



料理教室

文化庁の「100年フード」で栄えある有識者特別賞を受賞した東栄町の五平餅！今回は名店「シルバーかあちゃんの店」直伝レシピで、国に認められた本場の味に挑戦します。皆で絶品を味わいましょう！

日 時：9月3日(木) 10:00～

場 所：蒲郡公民館

対 象：会員ならどなたでも

参加費：1,000円

定員：16名

申込み：参加費1,000円を持参のうえ、事務局にて申込



申込開始
7/28 (火) 10:00～
事務局にて



8月の定例イベント

(会員限定)

ハンドメイド

【同好会】

お休み



予告

【ハンドメイドマルシェ】

10/3 (土)

生きがいセンターまつり

健康麻雀教室

17日(月) 10:00～

24日(月) 13:15～

28日(金) ①10:00～②13:15～

31日(月) 10:00～



※8月度は各人1コマの参加で
ご予約をお願いします。

カラオケ同好会

「GAMAオケ」



18日(火)

9:00～12:00

13:00～16:00

コーヒーサロン 毎週水曜日

5日・19日・26日

※12日はお休み

※「5日・26日」

は小物の物々交換を開催予定

10:00～13:30

※5月より終了時間が変わっております



スマホカフェ

スマホを学べる
カフェ！

17日(月)13:00～16:00

参加費：500円(コーヒー付き)

場所：生きがいセンター1階

作業室

定 員：12名(各時間4名まで)

申込み：事務局に電話

開催日前日(平日)までに

※金融資産に関する相談はお受けできません

学びの質の向上のため、上記時間内で個別形式(一人約45分程度)での対応をします。ご予約時にご希望の時間(①13時～②14時～③15時～のいずれか)をお伝えください。(個別対応時間外での在席を拒むものではありません。)



野菜の出品者大募集！

(10/3生きがいセンターまつり)

10月3日(土)に生きがいセンターまつりを開催します。毎年恒例の野菜販売に出品してくださる方を大募集します。ご家庭で栽培している野菜を販売しませんか？量が少なくても、形が良くなくても構いません。販売はスタッフが行いますので、出荷して下さるだけでもOKです。問い合わせは事務局(69-0316)までお願いします。



カフェガシルより



休業のお知らせ

愛知県で開催されるアジア・パラ競技大会に伴い、

8月10日(月)から10月6日(火)まで

休業いたします。

営業の再開は、10月7日(水)を予定しております。ご利用の皆様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。