



# シルバー

第37号

2024年1月

# コカ



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



三方よしフードエコプロジェクト

フードドライブ実施  
食品ロスの削減に  
御協力ください

フードバンクびわ湖



家庭に眠っている  
食品を寄付下さい

フードドライブ

開催中

フードバンク  
食の必要  
届けま



フードバンク

食の必要  
届けま

フードバンク

食の必要  
届けま

フードバンク

食の必要  
届けま

フードバンク

食の必要  
届けま

フードバンク

食の必要  
届けま

フードバンク



発行 公益社団法人 甲賀市シルバー人材センター広報部会

〒528-0035 滋賀県甲賀市水口町名坂 830-1

TEL.0748-63-0872 FAX.0748-62-9794

E-mail koka@sjc.ne.jp HP <https://webc.sjc.ne.jp/koka>





# 新年を迎えて



理事長

平田 正男

輝かしい辰年の新年を迎え、心よりお慶び申し上げます。

シルバー人材センター事業も昨年から導入されました「インボイス制度」や今年施行が予定されております「フリーランス新法」への対応など、様々な課題を抱えておりますが、一層の創意工夫により、この困難を克服して参りたいと考えております。

また一方で今日、あらゆる場面で人手不足の状況でもあります。多くの人手不足分野で豊富な知識経験を有する高齢者の社会参加や活躍が大いに期待されております。

そうした昨今の社会情勢の中、シルバー人材センター事業への期待は増々高まっていると言えます。

私達はこうした要請に着実に応え、さらなる地域貢献にしっかりと取り組んで行く所存であります。

本年も会員各位を始め、市民の皆様方のご支援・ご協力を賜りながら、より親しまれるシルバー人材センターを目指し努力して参りますので何卒よろしくお願い申し上げます。

## 清掃ボランティアウォーキング

「歩いて健康！ゴミ拾いで地域貢献！」を合言葉に、清掃ボランティアウォーキングをスタート。記念すべき第1回目は水口町内で実施しました。

天候に恵まれ、清々しい気持ちでゴミを拾いながら歩いて、大池寺に到着。美しい紅葉も観ることができ、気持ち良く活動できました。



## 染め物(しぼり染め)講座



当会員が講師を務め、今回32名もの多くの方にストールのしぼり染め体験を楽しんでいただきました。それぞれがお好きな色を選び思い思いの手作りのストールを完成させ、終始にぎやかな講座となりました。

# パワー発見!

## ハロウィンデコレーション講座&クリスマスリース作り講座



ソフト粘土を使って、9月にはかぼちゃや黒猫がかわいいハロウィンの飾り作りと11月にはクリスマスリース作りを当会員が講師を務める講座を開催し、楽しんで頂きました。

季節のイベントを自分で作ったもので飾って楽しんでいきましょう。





# 新年のあいさつ



甲賀市長  
岩永 裕貴

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様におかれましては、新春を健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

甲賀市シルバー人材センターにおかれましては、多くの会員様のご活躍され、地域社会の活性化にご尽力いただいておりますことに心より感謝を申し上げます。

人との交流や社会との繋がりなど、健康で活力ある長寿社会の実現が重要であり、その担い手であるシルバー人材センターに向けられる地域社会の期待は一層大きなものとなっております。会員の皆様には、「自主・自立、共働・共助」の理念のもと、長年の経験により培われた豊富な知識、卓越した技能を活かして地域社会にご貢献いただくことをご期待申し上げます。

結びに、甲賀市シルバー人材センターのさらなる飛躍と会員の皆様のご健勝とご多幸をお祈りしまして、ご挨拶といたします。本年もどうぞよろしく申し上げます。



## 子育てしえん フェスティバル in 野洲

今年も野洲市のさざなみホールで開催され、当センターではしぼり染め体験、手裏剣キーホルダー作り、つりゲーム、SDGsの一環としてリサイクルコーナーを設け多くの方にお越しいただき大盛況の一日でした。



## スマホマスター 講習会& スマホ初級講習会

スマホマスター講習会では、基本的な操作から、メルカリ等の応用的なことなど、次は講師として教えられるように学んでいただきました。スマホ初級講習会では京滋ユアサ電機様とともに、当会員が講師のサポートとして参加しました。今までの講習会を通じて学んだことを活かしながら、分かりやすく丁寧に教えることができました。



## シルバー



## シルバー環境美化の日

毎年恒例のシルバー環境美化の日。今年も288名の会員が市内一斉清掃を実施しました。自分たちが暮らす街をきれいにすることで地域に貢献できるよう頑張りました。





# シルバーカルチャー講座 無料体験会

シルバー人材センターで開催されている様々な講座を無料で体験していただけます。  
一本の線をひく、ひと針をさす、いち音を奏でる、ひと足を踏み出す  
息をつめて または その息をゆっくり吐きながら心をこめる  
そんな時間を生活の中につくってみませんか。  
ご自分の中からどんなものがでてくるのか楽しんでみましょう。

## 健康体操講座

※運動ができる服、靴でおいでください。  
※通常の講座にご参加いただけます。

2月15日(木)

10:00～ 1時間

持ち物:お茶・タオル

「からだを動かさないと…」と思いつながらそのままにいませんか？  
和気あいあいな雰囲気の中、心も朗らかにほぐしながら始めてみましょう。



## 詩吟講座

※通常の講座にご参加いただけます。

2月16日(金)

10:00～ 1時間半

持ち物:特になし

おなかの底から声を出す清々しさ、日本文化に触れる豊かさ。詩吟にはたくさんの魅力が詰まっています。まずは声を出しにいらしてみませんか？

## パッチワーク講座

※通常の講座にご参加いただけます。

2月20日(火)

10:00～ 2時間

持ち物:材料費300円・針・はさみ

手作りする楽しさを、久しぶりに体験してみませんか？今回は猫ピンチを作ります。いろいろなものをかわいらしい猫がキュッと挟んでくれるクリップです。



## アクティブブレイン講座

※通常の講座にご参加いただけます。

2月22日(木)

10:00～ 1時間半

持ち物:筆記用具・電卓

脳も使わないと衰えます。アクティブブレイン講座とは脳神経活性化トレーニングの講座です。様々な道具やドリルを使って神経を刺激しましょう。

## 英会話講座

※通常の講座にご参加いただけます。

2月22日(木)

13:30～ 2時間

持ち物:特になし

「どんな雰囲気、どのくらいのレベルのことをやっているのかな？」とお思いではありませんか？まずは一度普段の講座に参加してみてください。



## 大正琴講座

2月27日(火)

11:00～ 1時間

持ち物:琴(お持ちの方)  
筆記用具

経験のあるなしにかかわらず、どうぞご参加ください。ご自分の琴をお持ちでない方にはお貸しします。「以前少しやっていたの」という方もどうぞ!



## 絵手紙講座

2月29日(木)

10:00～ 1時間半

持ち物:特になし

あなたが感じたこと、思ったこと、気づいたこと…あなたらしさを気負わず、のびやかに葉書いっぱい描いてみましょう。  
気楽に手ぶらで参加してくださいね。

## 社交ダンス講座

※運動ができる服、靴でおいでください。

3月1日(金)

10:00～ 1時間半

持ち物:お茶・タオル

社交ダンス講座の新設を考えております。みなさんで最初の一步ならぬ最初のワンステップを踏み出しましょう。



## 二胡講座

3月4日(月)

13:30～ 1時間

持ち物:二胡(お持ちの方)お持ちでない方にはお貸しします

二胡の寂しげな美しい音色はご存じですか。楽譜はドレミファを1.2.3.4と表すので簡単です。童謡から始めて歌謡曲や中国の民謡を弾けるようになります! 初心者から中級者向けの講座です。

## 布絵講座

※通常の講座にご参加いただけます。

3月7日(木)

13:30～ 1時間半

持ち物:特になし

和布を使って絵を作ります。布の趣き、選び方、使い方で同じ題材でも各人の個性が光る作品が出来上がります。今回はかわいいお地蔵さんを仕上げさせていただきます。



## リズム体操講座

3月7日(木)

13:30～ 1時間半

持ち物:お茶・タオル・運動ができる上履き

はじめにストレッチでからだを十分にほぐした後、音楽にのって楽しく動きます。レッスンが終わるころには、からだはもちろん心も軽くなっているかもしれませんよ。

※甲南青少年研修センターで開催します。  
※運動ができる服でおいでください。  
※通常の講座にご参加いただけます。

## 申し込み方法

体験会参加ご希望の方は事前にお電話にて、お名前・電話番号・講座名を伝えてお申し込みください。複数の応募も受け付けます。(一部材料費を頂戴する講座もあります)

開催場所: 甲賀市シルバー人材センター ※リズム体操のみ甲南青少年研修センターで開催となります

申込先: 公益社団法人 甲賀市シルバー人材センター ☎0748-63-0872

締め切り: 開催日の1週間前 \*申し込み多数の場合はお断りすることがあります。\*不明な点はお気軽にお問合わせください。



# シルバーカルチャー講座

市民の皆様の生涯学習に貢献することを目的とし  
幅広い年代の方々に楽しんでいただけます。お気軽にご参加ください。

## 染め物(しぼり染め)講座

七宝柄の布(94cm×94cm)を思わぬ偶然を  
かけあわせてすてきに染めてみませんか。  
染めた後は、ご自身でストール・のれん・タペ  
ストリー等に変身させて頂く事が出来ます。

**日 時**：2月16日(金) 14:00～  
3月18日(月) 10:00～  
**場 所**：甲賀市シルバー人材センター  
**費 用**：1,000円  
**持 ち 物**：エプロン・手拭きタオル  
**募集人員**：両日とも各30名  
**申込締切**：開催日の1週間前  
※しぼり染めの様子は2ページをご覧ください。

## 蕎麦打ち体験講座

やってみませんか手打ち蕎麦!初めての方でも  
気軽に楽しく体験頂けます。ご自分で打った  
蕎麦をその場でお召し上がり頂けます。

**日 時**：2月13日(火) 9:30～14:00  
**場 所**：勤労青少年ホーム  
(水口町北内貴1-1)  
**費 用**：1,500円  
**講 師**：湖南市シルバー人材センター 高田 薫氏  
**持 ち 物**：エプロン、三角巾、ハンドタオル  
**募集人員**：16名  
**申込締切**：1月26日(金)

## 生前整理講座

なかなか片付ける事ができない家中の  
あれこれ。整理の必要性、コツを教えてもら  
いながら、向かいあってみませんか。

**日 時**：3月27日(水) 10:00～  
**場 所**：甲賀市シルバー人材センター  
**費 用**：無料  
**持 ち 物**：筆記用具  
**募集人員**：15名  
**申込締切**：3月13日(水)  
※エンディングノートをお持ち帰り頂けます。

## 手づくり味噌講座

食卓に欠かせないお味噌!味噌づくりの  
プロに教わってみませんか。仕込んだお味  
噌(約3.3kg)お持ち帰り頂けます。

**日 時**：3月6日(水) 13:30～  
**場 所**：勤労青少年ホーム  
(水口町北内貴1-1)  
**費 用**：3,000円  
**講 師**：糀屋吉右衛門 山崎 豊彦氏  
**持 ち 物**：エプロン、三角巾、4ℓ入る容器  
**募集人員**：16名  
**申込締切**：2月22日(木)

## 申し込み方法

6・7ページ掲載の講座等参加ご希望の方は事前にお電話にて、お名前・電話番号を伝えてお申し込みください。  
複数の応募も受け付けます。

**申 込 先**：公益社団法人 甲賀市シルバー人材センター ☎0748-63-0872

\*申し込み多数の場合はお断りすることがあります。 \*不明な点はお気軽にお問合わせください。

# フレンドリーショップ新規協力店

地域経済活性化  
応援事業

フレンドリーショップ制度とは、会員証を提示するだけで地域の提携店で商品の割引など様々な特典サービスを受けられる制度です。皆さま、ふるってご利用下さい。

## 洋食 かむら

甲賀町神326  
☎0748-70-3989

☆お食事後のコーヒー又は紅茶を  
200円で提供



## 洋服の青山 全国全店舗

甲賀市水口町東名坂143-1  
(水口店) ☎0748-63-1551

☆総額(税込)から5%割引



## ビッグエコー 甲賀水口店

三雲店・瀬田店

水口町名坂915-1  
☎0748-69-6071

☆利用額の10%OFF



現在**156**店舗登録中!  
ホームページで  
一覧をチェック!  
フレンドリーショップ一覧▲



## シルバーフレンドリーショップ協力店募集中!

公益社団法人甲賀市シルバー人材センター

TEL 0748-63-0872/FAX 0748-62-9794

# ~スマホでつながる楽しい生活 便利に楽しく暮らすために~



スマホは便利なツールですが、操作が難しく苦手な方も多いのではないのでしょうか。「今更こんなことは聞けないわ・・・」いやいや、何でも聞いてください。あなたの“わからない”にベテラン講師が親切・丁寧にお答えします。チャレンジ チャレンジ!!



**無料**

## 初心者 スマホ教室

内容	日時	場所
インターネットを使ってみよう アプリを使ってみよう	1月17日(水) 13時~15時	水口町 まる一む
	1月24日(水) 13時~15時	甲南町 忍びの里ぷらら
	2月14日(水) 13時~15時	甲賀町 鹿深生涯学習館
グーグルマップやアプリを使ってみよう	3月13日(水) 13時~15時	水口町 まる一む

定員：1教室10名 申込締切：定員に達したときまたは開催日前日まで

**無料**

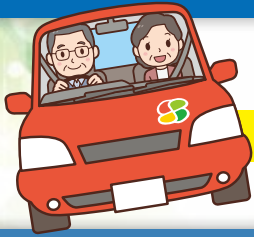
## スマホ何でも相談会

内容	日時	場所
スマホの“わからない”ことに マンツーマンで何でもお答えします。	2月19日(月) 10時~16時	甲賀市シルバー人材センター
	3月11日(月) 10時~16時	

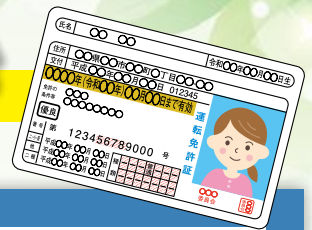
定員：1人1時間、1日10名申し込み先着順 申込締切：定員に達したときまたは開催日前日まで



# 免許更新時の認知機能検査、不安じゃないですか？



実際の検査とまったく同じ検査を  
シルバーで体験できます！



運転免許更新時認知機能検査

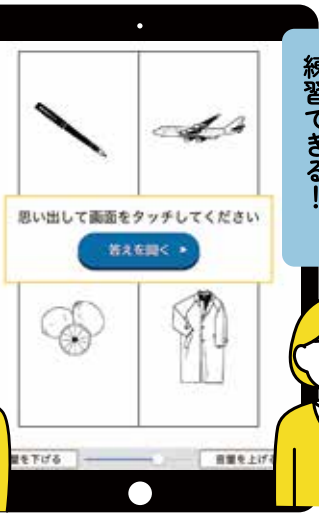
ホンモノ体験アプリ

## MOGI(モギ)

- 本番と同じ問題が解ける。
- ホンモノ環境で練習ができる。
- アプリで結果がわかる。

タブレットの  
操作が  
練習できる！

検査問題も  
練習できる！



**開催日** 毎月第2・4金曜日  
※金曜日が祝日の場合は木曜日  
※1月12日は開催いたしません

**開催時間** ① 9:00～  
② 10:00～  
③ 11:00～



**開催場所** 甲賀市シルバー人材センター  
**受講料** 1回 500円  
**持ち物** スマホ・携帯電話  
**申込先** 公益社団法人  
甲賀市シルバー人材センター  
☎0748-63-0872

※申し込み多数の場合はお断りすることがあります。  
※ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

講習会の様子があいコムこうかで放映されました。こちらのQRコードからご覧いただけますのでぜひご参考にしてください。お申し込みお待ちしております。

QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

Facebook



ホームページから  
**簡単web入会できます！**



今ならご入会で  
**ITO/IL**で使える  
クーポンプレゼント！

