

令和7年9月末現在
会員数722名
男466名・女256名
就業率62.0%
(10月3日現在)

シルバーセンターだより

10月号



令和7年10月発行
更埴地域シルバー人材センター
本所：026-272-5630
戸上：026-276-6680
坂城：0268-82-2316

** 会員親睦日帰り旅行についてお知らせ。 **



●みなさんが楽しみにしていた「会員親睦日帰り旅行」の詳細と申込書を別紙にて添付しました。

仲間を誘って、一日リフレッシュして楽しみませんか？

今年度は、過去の参加数を考慮し、募集人数を大幅に削減しています。

定員になり次第の先着順となります。期日前の締切も考えられますので、参加希望者は早めに申込みをお願いします。

なお、申込者へは、後日改めて案内通知をお送りします。

◎別紙申込書に必要な所を記入の上、参加費を添えて本所・各支所へ提出してください。



Let's go!



◆◇◆福祉部会主催◆◇◆

秋のさわやか健康ウォーキング&健康体操講座

歩いて体をほぐして、地元のパワースポット・治田神社を参拝♪ おやつタイムや健康のお話もあり、体も心もリフレッシュできる講座です。どなたでもお気軽にご参加ください。

♣ 講師：アプリコットスポーツクラブ 小林京子先生・小松いずみ先生

♣ 日時：11月11日（火）午前9時30分～11時15分

※雨天の場合は中止

♣ 場所：治田公園（千曲市稲荷山1638-3）

現地集合・解散、駐車場10台有

♣ 内容：・正しいウォーキング

・健康体操

・治田神社参拝&おやつタイム

（インストラクターによる豆知識&個別相談含む。）

飲み物・おやつはご持参ください。

♣ 対象：シルバー人材センター会員 及び 一般参加者

♣ 持ち物：動きやすい服装・飲み物・タオル・おやつ

♣ 申込：本所・各支所まで

本所：272-5630 戸倉上山田支所：276-6680 坂城支所：0268-82-2316

♣ 申込締切：10月31日（金）

