



泉ヶ岳の水神

目次

■ 令和8年度 定時総会開催	1-2	■ 杜の都のシルボンヌ vol.4	8
■ 理事長挨拶	3	■ 元気いっぱい! シルバートーク	9
■ 令和8年度 事業計画と令和7年度事業実績	3	■ 地域支援活動について	10
■ 令和7年度 接遇研修会 イベント報告	4	■ 行ってみっぺ新シリーズ『神社巡り』	11
■ 会員の活動紹介	5	■ 互助会の活動紹介	12
■ 私のお仕事ズームアップ	6	■ 事務局からのお知らせ	13-14
■ プラチナエイジ向け ビューティーアップセミナー開催	7-8	■ 「会員の声」募集	15
		■ 編集委員から	15

令和8年度 定時総会開催



■開催日 **令和8年6月10日(水)**

■会 場 仙台市青葉区 **日立システムズホール仙台 シアターホール**

令和8年度の定時総会は、6月10日(水)午後1時から日立システムズホール仙台(仙台市青年文化センター)「シアターホール」で開催されました。

総会では議事に先立ち、これまでセンターの発展に多大なる功績を残された会員16名の表彰が行われました。表彰された皆様、おめでとうございます。

石川浩史理事長の挨拶に続き議事が審議され、「第1号議案 令和7年度事業報告について」、「第2号議案 令和7年度決算報告について監査報告」、2つの議案どちらも承認されました。



会員表彰の皆様 (敬称略)

《前列左から》

桜丘地域班	大内	守
将監(A)地域班	山口	けい子
台原地域班	梶井	由紀子
副理事長	中井	良久
理事長	石川	浩史
専務理事	高橋	公義
台原地域班	本郷	なか子
パークタウン地域班	板橋	幸雄
北仙台地域班	萩原	駿

《後列左から》

南光台地域班	柴田	博
吉成・南吉成地域班	平	繁夫
幸町地域班	高橋	修作
岩切地域班	平井	武夫
台原地域班	府金	建一
山田地域班	松浦	和夫
富沢地域班	最上	俊廣

《欠席》

人來田地域班	大澤	久男
六郷地域班	佐藤	悟
折立地域班	千葉	幸博



理事長挨拶
石川 浩史

当センターでは、昨年度契約金額が初めて12億円を超え、会員数も、もうすぐ3千人に手が届くなど、業績は順調に拡大を続けてきています。他方、会員の高齢化や健康不安など、持続可能な事業運営に向けた課題も、また明らかとなってきたところです。

そのような中、長らく会員の皆様の自主的な活動の受け皿となってきた地域班が、令和8年度末をもって廃止されることとなりました。会員の皆様の意識の変化などにより、これ以上地域班体制を維持することは困難であると判断したためです。今年の定時総会においては、地域班の班長などを務められた16名の皆様が表彰されましたが、これまで長年にわたり地域班活動にご尽力いただきました会員・地域班役員の皆様に対して、深く感謝申し上げます。

令和8年度は、「中期経営方針2026」がスタートする年となります。好調な会員数や契約金額の拡大を途切れさせることなく、新方針に掲げる目標数値を達成できるよう、各分野の施策に新たな気持ちで取り組んでまいります。

混迷が続く社会・経済情勢ではありますが、令和8年度も、職員一同力を合わせてがんばってまいりますので、引き続き皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

令和8年度の事業計画と令和7年度の事業実績

令和8年度事業計画(概要)

<目標数値>

会員数: **3,100名**

契約金額: **1,230,000千円**

本年度の事業実施に当たっては、重点目標を定め、目標数値を明確にした上で新たに策定した「中期経営方針2026」に掲げる「めざすべき4つの方向性」に沿って、分野ごと各種施策に取り組めます。

<取り組みの重点目標>

- 女性会員のさらなる拡大と退会抑制に取り組み、会員拡大に努めます。
- 地域における新たな社会参加活動の体制の推進を図ります。
- 認知症に関する正しい知識と理解の促進に努めます。
- デジタル化による事務の効率化を推進し、費用削減に努めます。
- 新たな契約方法への移行を適切に進め、経営基盤の強化を図ります。

令和7年度事業実績

会員数: 2,963名

契約金額: 1,218,204千円

請負・委任: 1,046,167千円

派遣: 172,037千円

令和7年度は「中期経営方針2023」の最終年度であり、同方針に掲げる「めざすべき4つの方向性」に基づき重点目標及び目標数値を明らかにし、その達成に向けて、女性向けの入会促進イベントやシルボノス全国大会、新しい業務の受注拡大など各種施策の推進を図りました。

結果、会員数は過去最高を更新し、契約金額においては、受託業務・派遣事業ともに増加し、両事業合計で初めて12億円を超え、目標数値を大きく上回ることができました。

変革期の中にあっても、シルバー人材センターが果たす役割を見失うことなく、「自主・自立、共働・共助」の基本理念のもと、センターが果たす役割への期待の高さを認識しながら、会員の健康と安全を第一に持続可能な運営に取り組んできました。



令和7年度 接遇研修会



■開催日／令和8年1月26日(月)

■会場／仙台市泉区

仙台銀行ホール イズミティ21 小ホール

令和7年度の接遇研修会が2部構成で開催されました。相手の気持ちに寄り添い、気配りの心構えを学ぶマナー研修には、当日参加も多く、約150名が熱心に聴講しました。

第1部 仙台市シルバー人材センターで起きているトラブル事例について

【講師】仙台市シルバー人材センター 組織部会担当 柳田 耕輝 主事

仕事の定義から始まり、ビデオ放映でのケーススタディーでは、挨拶・会話・身だしなみの重要性が強調されました。トラブルに繋がったハラスメントとして、「受けを狙った発言が他人を傷つけた」「昔は良かったのに今は駄目」といった事例が説明されました。またうっかり接触を含む暴力や、意図せず相手に不快感を与えた言動が、どのように深刻な結果を招くのかについても、巧みな話術で丁寧に解説され受講者からは感嘆の声が上がっていました。



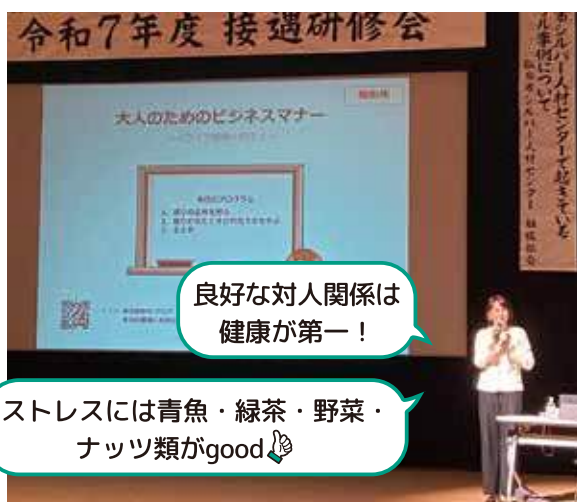
昔と違う！
モラルのアップデートを！

第3者が見ていることを
常に忘れない！

第2部 大人のためのビジネスマナー研修～イライラ感情の抑え方～

【講師】ワイズクオリティ株式会社 代表取締役 小藤 弓 氏

マナーコンサルタントとして活躍する小藤氏から、聴講者とのコミュニケーションをテンポ良く取りながら、簡単な演習や質問を軽妙な話術に乗せて進められました。心身が健康でないと感情はブレてくる、健やかに他人と接することが大事と強調されました。また、怒りの感情は組織内に伝染するためコントロールすることの重要性についても触れられました。さらに、大人として守るべき言葉遣いやストレスを抑える食べ物まで幅広い知識を伝授してくださいました。



良好な対人関係は
健康が第一！

ストレスには青魚・緑茶・野菜・
ナッツ類がgood

会員の活動紹介

後期高齢者規格外!? / 宮城野区 鈴木 猛 会員

出勤後の静まりかえった公務員独身寮で、黙々と外廊下の掃除をこなす鈴木さん。

今年77歳、喜寿を迎えたと伺っていたが、とんでもない後期高齢者規格外の方だった。

昨年76歳で初出場の『ツール・ド・東北』で65kmを完走したことも驚異的だが、鈴木さんはその前年に旅行で行った瀬戸内の「しまなみ海道」もレンタル自転車で完走したそうだ。

「楽しかったんで、さあ来年は“ツール・ド・東北”に出るぞ!って目標にしました」。

仲間からの称号『健康優良爺』

一年後の出場に備えて脚力を鍛え直そうと、鈴木さんはスポーツジムの門を叩いたそうだ。「指導員に相談したら“ロードバイクをやるなら体幹を鍛えた方が良い”と言われて筋トレをやることになったって」。ご自身は、せいぜいジムの自転車のような器具を使うトレーニングをイメージしていたそうだ。

「筋トレやったらすぐに腹の肉がへこんだんですよ、ベルト2穴も。それで病みつきになって、今でも週に2〜3回ジムに通って筋トレしています。この歳になっても鍛えれば効果は出るんですね」。ムムム…。良い爺はうかつに真似しないように。

何でもチャレンジ! そして楽しい

「ロードバイクを積める車を買って、あちこち走りに行きますよ」と話しつつ「衰えは足からと言うので、意識してますね」と、今度は登山!?の話。

「登山は若い頃から好きでして、やはり日本で一番高い富士山は登っておかねばと73歳の時に登りました」。オイオイ…。

そのほか月に1回、会員になっているウォーキング協会での10km程度のウォーキング。2か所ある畑での家庭菜園。雨の日は、昔から好きでやっている水彩画やスケッチ、DIY。たまに晴れた日に家にいると奥様に「どこか具合でも悪いの?」と言われるほどだという。

数々の趣味に加えて、シルバー人材センターの仕事を月4〜5回こなし、尚且つ昨年まで組織部会委員を6年間務めた。

「66歳で定年退職となり、2年間ぐらい思い切り好きなことをやっていたのですが、何か物足りなさを感じましてね。社会に貢献したいと思い立ち、どんな仕事でもやります」と人材センターに入会して今年で9年目。「やってみればどんな仕事も楽しいし、感謝されれば嬉しいですよ」。

「何でもやってみたいし、やれている自分は幸せだと思います。それもこれも健康で丈夫な体に産んでくれた両親に感謝ですよ」。ちなみに歯は全部自前の歯とのこと。

次の挑戦は…

これからやってみたい事は?の問いに鈴木さんは、「奥さんに、“それだけはやめて”と言われてるんですが…」スカイダイビングだと!





私のお仕事 ズームアップ

太白区 板垣 昌孝 会員



仙台市の西部、観光地として、最近とみに脚光を浴びている秋保地区が私の仕事場です。
市内の自宅からは往復約70kmと結構広いエリアですが、市内とは、違うページを開いたかの様に变化する四季折々の風景に、飽きることはありませんね。

主な仕事は、

- ①秋保温泉から二口渓谷に至る間にある、3カ所の公衆トイレの清掃と1施設の館内及びトイレの清掃。(それぞれ週2～4回)
- ②秋保大滝地区の、2本の遊歩道の管理、及びゴミ除去(それぞれ週1～2回)。
- ③二口林道入り口付近の駐車場の管理、及びゴミ除去(週1回)。
一人での仕事で、1日2カ所から5カ所を、人出を予想しながら順番を調整しています。

月によって作業日数は変動しますが、年間約170日間の勤務です。

コロナ禍終盤の2022年から従事したせいか、特に秋保大滝を訪れる観光客は、インバウンドを含め年々増加している印象ですね。

特に初夏から晩秋にかけては、午前8時半を過ぎると観光バスがどんどん到着し始め、トイレ利用の人たちでごった返すので、その前には仕上げるようにしています。

駐車場には、盛岡や弘前などの近県ナンバーは言うに及ばず、知床! 沖縄!? 宮古島!!!? なんて遠方のナンバーを見つけた時には、乗客を思わず探してしまいますね。

何かのご縁で秋保にお越しになった全国からの人たち。
気持ちよく過ごせるよう、明日もがんばります。



プラチナエイジ向け

ビューティーアップセミナー開催

～毎日を生きいき、はつらつ、私らしく～



駅前の高層ビルの一室に、60歳以上のアクティブで洗練された女性たちが集い、“プラチナエイジの美しさを底上げする”学びの時間が穏やかにスタートしました。会場には続々と参加者が入場。初対面の緊張なのか、これから「一旦すっぴんになる」…ドキドキなのか、開始前は張り詰めた空気が流れていました。

実践 スタート!

スキンケアから頭皮ケアまで、盛りだくさん。47名の参加者が6テーブルに分かれて、講師の指導で実践が始まりました。

》スキンケアでは、

「明るい・ふっくら・ハリのある肌」が簡単に作れる方法を伝授。“これだけでOK”のシンプルケアに皆さん感動。鏡に映る血色の良いお顔に、自然と笑みがこぼれます。

》メイクでは、

プラチナエイジ特有のお悩み(乾燥・くすみ・たるみ・シミ・シワ…)に皆さん深くうなずき合いながら、講師の一挙手一投足に視線が集中。

「メイクの順番で肌が変わる!」「眉で5歳若返る!」そんな衝撃の事実、参加者は、「えっ、そんな簡単に?」と、リアクション。眉の描き方レッスンでは、会場の空気が一気に“真剣モード”。眉ひとつで若返るのだから侮れません。チークを入れた瞬間は、まるで“ほっぺのスイッチ”が入ったかのように参加者のテンションは急上昇。会場の空気までキラッと輝いて見えました。

》頭皮ケアでは、

血行を良くする炭酸スプレーを吹きかけると「バチバチッ」と雷のような音が!「頭がスッキリ」「シャンプーしたみたい」と!皆さん驚きつつも楽しそうな表情でした。

参加者のリアルボイス

》Y.Kさん

まぶたのたるみで
アイシャドウが難しい…

▼
メイクのテクニック
がとても参考に
なりました。

》K.Mさん

シミやほうれい線が
気になっていました。

▼
上品に仕上がり、
大満足です。

》M.Mさん

自分のメイクが年相応
なのか不安でした。

▼
他のやり方を
知ることができて
良かったです。

》S.Aさん

今日は
すっぴんで来ました。

▼
正しいスキンケアが
わかり、楽しく
学びました。

- 開催日 / 2月24日(火) 10:00
- 会場 / エル・ソーラ仙台[AER28階] 大研修室
- 講師 / 資生堂ジャパン株式会社
- 主催 / 仙台市シルバー人材センター

》ほっとタイム

セミナー後は、コーヒーとお菓子でほっと一息。和やかな雰囲気の中、「仙台市シルバー人材センター」からのPRも行われました。

》取材を通して

プラチナエイジの皆さんが求めているのは、“若返り”ではなく、「今の自分を一番輝かせるメイク」。メイクを通して気持ちがふっと上向くことを、参加者の肌ツヤや輝いている表情から強く感じました。ビフォー＆アフターの写真もご覧ください。



Before



After



Before



After

読者の皆さまへ “今日から試せるワンポイント”

- レモン大の泡でやさしく洗顔。
- ファンデーションはブラシでふんわりと。
- 眉は 真ん中 → 眉尻 → 眉頭 の順で描く。

次に輝くのは、この記事を読んでいる“あなた”かもしれません

～杜の都のシルボンヌ～ vol.4

高平 美恵子 会員



筆耕班所属7年目の高平美恵子さんは、明朗快活で気さくな方！センター入会前は、小学生の添削指導をしていたが、幼い頃から続けてきた書道を賞状書きなどに生かしたいという夢があり、筆耕班の門を叩いたそうです。

「筆耕の仕事には責任感と正確さ、そして一字一字を丁寧に美しく書くことが求められており、難しさもあります。そのため、必ず下書きをしてから本番に臨み、お客様に満足していただけるよう、全身全霊を込めて書くことを心掛けています」と話します。

また、「筆耕班の仕事は賞状や宛名書きだけでなく、看板や横断幕など多岐にわたります。先輩方のように幅広く、どのようなものでも書けるようになることを目標に、一層精進したい!」と、意気込みを話されました。筆耕の仕事に対する誇りと情熱、そして楽しさがにじみ出る言葉に圧倒されました。

さらに、「今は自分の夢が叶い、日々の生活が楽しく充実しています。筆耕の仕事を続けていくためにも健康第一と考え、テニススクールに通って体を鍛えています」と、終始笑顔で話してくれました。

シルボンヌとは

「シルバー」とフランス語で女性のお手伝い・親切を意味する「ボンヌ (bonne)」の意味を合わせた造語。シルバー人材センターで活躍する女性会員の愛称です。

「元気いっぱい! シルバートーク」

～ 出演会員のトーク & 感想 ～

ロジャー大葉さんと六華亭遊花さんがパーソナリティーを務める『ロジャー・遊花のあるあるあ〜る』の番組内で「元気いっぱい! シルバートーク」コーナーを放送した時に出演した会員のトークと感想です。第1回目は加藤眞由美会員で「シルバー仙台第60号」に掲載しています。

公益社団法人仙台市シルバー人材センター https://webc.sjc.ne.jp/sendaisc/activity_8

こちらから
視聴できます



カメラで読み込んでね♪



【第2回目】 11月18日 七戸 美枝子会員

スタジアム清掃など今まで経験のない多くの仕事をやりました。いろんな人との出会いで刺激をもらっています。

感想

緊張の為、シナリオを読むだけで精一杯と思っていたのですが、仲間4人が応援に来てくれて、緊張はどこへやら。あっという間の30分でした。大変貴重な時間に感謝です。



【第3回目】 12月16日 氏家 喜美子会員

老人ホームでの厨房業務、小学校での子ども見守り、スーパーの仕事など今まで経験したことのない仕事を楽しくしています。第二の人生として良い出会いがあるので、入会を勧めます。

感想

ロジャーさん・遊花さんのように「聞き上手は話し上手」であることは、互いに理解し合えることであることを勉強しました。



【第4回目】 1月20日 芳賀 芳明会員

除草機械刈班として充実した生活を送っています。1年でやめようとしたが、楽しく13年間継続しています。仙台市民の皆さんもセンターに入会して楽しんでください。

感想

ロジャーさん・遊花さんのおしゃべりが、大変楽しい時間でした。もしまた機会があれば出演してみたいです。



【第5回目】 2月17日 岩崎 友喜枝会員

筆耕班で現在勉強中です。単発業務として試験監督・通行量調査・封入業務などの仕事を楽しくやっています。クラリネットが最大の趣味です。

感想

生出演のため大変緊張しましたが、ロジャーさん・遊花さんの明るいリードに乗せられ、あっ!という間に放送時間が過ぎたように感じました。良い経験をさせて頂きました。



最終

【第6回目】 3月17日 竹野 義信会員 & 吉田 広一会員

(広報委員会委員長 & 副委員長)

パーソナリティのロジャーさん・遊花さんの楽しく巧みな話術に乗せられて、出演した会員は自分のこと、人材センターで楽しく働いていること、魅力あるセンターであることを話しました。また、事務局職員の荒井主事はセンターの詳細な説明をしました。市民の皆さん如何でしたでしょうか。吉田会員は「人材センターを知って頂く一助になれば参加した甲斐がありました」と感想を述べていました。

地域支援活動について

地域で育てる子どもたちの朝

— 仙台市「朝の校内学び・体験の居場所づくりモデル事業」の現場から

朝7時20分頃、「おはようございます」と元気な声とともに登校してくる子どもたちを迎えるのは、シルバー人材センターの支援員たちです。子どもたちに笑顔で声を掛ける姿は、まるで孫を見守るような温かさがあります。

仙台市では、令和7年度より、地域住民や民間団体などの支援者の見守りのもとで、小学校の始業前の時間に、学校施設内で児童が安全に学び・体験できる居場所を開設する「朝の校内学び・体験の居場所づくりモデル事業」に取り組んでおり、現在、小学校3校で開設しています。



この事業を仙台市シルバー人材センターが受託し、昨年7月から始まりました。泉区のとある小学校では、この地域の会員8名が支援員として登録し、毎朝7時から8時30分まで、3～4名が交代で対応しています。



支援員の業務は、施設の解錠や準備、児童の受付、活動中の見守り、片付け、日報作成など多岐にわたります。利用する子どもは30名前後で、1～4年生が中心です。支援員と将棋を指したり、折り紙やけん玉、縄跳び等様々な過ごし方をしており、支援員は常に子どもたちが楽しく安全に過ごせるよう気を配っています。8時の校舎の昇降口が開く時間に無事送り出し、帰り際に窓から手を振ってくれる子どもたちの姿を見ると、自然と笑顔がこぼれます。

もし皆さまの地域の学校でも同様の取り組みが始まった際には、支援員として関わる機会が生まれるかもしれません。地域の温かいまなざしが、子どもたちの安心と成長を支えています。子どもたちの未来を、これからも一緒に育てていきたいものです。

3月19日発行の「河北ウイークリー 仙台」に、シルバーの支援員が子どもたちを見守る様子が掲載されました。





その土地に鎮座して住民を守ってくれる
氏神様の聖地に行ってみっぺ



今号から“行ってみっぺ”の新シリーズ『神社巡り』がスタート。

1回目となる今回は宮城野区の「小田原神明宮」と宮城野区の「宮城野八幡神社」をご紹介します。



小田原神明宮 [おだわらしんめいぐう]



杵江小学校近くに氏子たちを和ませてくれる枝垂桜があり、その下の40段の階段を息を切らせながら登っていく。近くには幼稚園があり子供たちの明るい声が神社に響き、親子の参拝する姿も見かける。仙台市杵江に鎮座する小田原神明宮は、「寛文九年（江戸時代）四代藩主綱村公の創祀するところにして玉崎神宮と称したが、文政のころ村名「小俵」を「小田原」と改め、小田原神明宮といったと伝える。また、この社は文治年間（鎌倉時代）の勧請ともいう（社伝、口碑）。なお、末社の青柳神社は、文治二年、此の地の守護神として勧請した（社伝）。境内社 青柳神社、猿田彦神社 氏子 500戸」と神社正面の社号額に記されている。今日も園児を優しく見守ってくれているだろう。



宮城野八幡神社 [みやぎのはちまんじんじゃ]

仙台市銀杏町中に4匹の狛犬を従い、大銀杏を頂き鎮座する宮城野八幡神社がある。「桓武天皇の延暦17年（平安時代）坂上田村麻呂男山八幡神の分霊として社殿を造営す往古生巢八幡宮と称した後醍醐天皇の御元年弘2年（鎌倉時代）陸奥守北畠顕家多賀城に在る際 社殿を修造し弓矢並びに太刀を献じ武運を祈る故に北畠八幡宮の称あり 康平5年（平安時代）源義家 武甕槌神を祀って戦勝を祈るという 文禄年間（安土桃山時代）国分



盛重この地に築城するに及び鎮守神として尊崇す 後仙台藩主歴代伊達氏の種々奉獻すること篤く これを崇（あが）め宮城野八幡宮と呼んだ 明治5年村社に 幣帛供進社の指定を受けた 祭神は応神天皇」とあり、歴史の深さに感嘆しました。近所の方から、土井晩翠が氏子であったこと、例大祭には境内にある土俵で子供相撲大会が開かれ大賑わいであることを聞かされたことや、大銀杏の大きさにも驚きでした。氏子は銀杏町はじめ近隣6町（社号板より）



- 武甕槌神（たけみかづき）：日本三大軍神の一柱であり、建御名方神と共に相撲の祖神
- 尊崇（そんすう）：神社でのお供え物やお参りを通じて、祟（たた）り（祟り）を避けるための儀式
- 幣帛供進社（へいはくきょうしんしゃ）：国家や地方公共団体から祭礼の際に神饌や幣帛の供進を受けることで、地域の神社運営を支えた制度上の神社。



※次回は若林区の「三宝大荒神社」と「七郷神社」をご紹介します予定です。

互助会の活動紹介



中央互助会 サークル活動紹介 ★★パークゴルフ同好会誕生★★

月2回、仙台市海岸公園パークゴルフ場にて活動を行っています。宮城県内のパークゴルフ場で一番難しいコース、左右傾斜・砲台グリーンの中で11月19日ホールインワンとアルバトロス、12月17日にホールインワンを達成した会員のレベルの高さを感じました。

健康効果と認知症予防に和気あいあい楽しく活動しております。

参加者を随時募っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

- 開催日：月2回
第1・第3水曜日
(10時～12時30分位)
- 活動施設：仙台市海岸公園 パークゴルフ場
(若林区荒浜字川向10番地)
- 入会金：無し / 会費参加毎200円
(貸出クラブ及びボール代)
- 代表者：小野寺 昌子



● お問い合わせ先 ●
中央互助会 担当者 090-3364-6334

北部支部互助会 サークル活動紹介 ★★シルバーグラウンドゴルフ愛好会★★

シルバーグラウンドゴルフ愛好会は、令和5年9月に発足し、今年で3年目を迎えます。

グラウンドゴルフは、専用クラブとボールを使い、運動場、公園、広場など平坦な地面にゴールポストと呼ばれる輪(カゴ)を置いて、できるだけ少ない打数で輪に入れるスポーツです。

活動施設となる「シェルコムせんだい」は、雨・風無縁で、高齢者にとって無理なく運動不足解消やストレス発散ができます。

「100歳までグラウンドゴルフを!」を合言葉に、皆さまの参加をお待ちしています。

- 開催日：毎月第1木曜日
(8:45受付 9:00スタート)
- 活動施設：シェルコムせんだい
(泉区野村字新桂島前48番地)
- 施設利用料：500円 ※クラブ用具の貸出は無料
- 年会費：500円
※年間表彰やホールインワン景品などの楽しみがあります。
- 代表者：橋本 富士夫



● お問い合わせ先 ●
北部支部互助会 担当者 090-2951-9012

事務局からのお知らせ

事務所の移転について

■本部事務所の移転について

仙台市シルバーセンターの大規模改修工事が終了し、本部事務所は花京院へ移転しました。

《移転先住所》

仙台市青葉区花京院1-3-2 仙台市シルバーセンター6階

※電話番号・FAX番号は変わりません。

※シルバーセンターには休館日があります。一般の方は入館できないためご注意ください。

■北部支部事務所の移転について

泉区役所の建て替え工事に伴い、北部支部事務所は健康増進センターへ移転しました。

《移転先住所》

仙台市泉区泉中央2-24-1 仙台市健康増進センター1階

※電話番号・FAX番号は変わりません。



熱中症に注意しましょう!!

近年の気温上昇により、熱中症に罹る危険性が高まっております。熱中症は屋外だけでなく、室内でも発生します。体調管理には十分ご注意ください。

- こまめな水分・塩分補給 ●無理をせず適度に休憩を取る
- エアコン・扇風機をしっかり活用(一時の節約が一生涯の出費に!?)
- 睡眠・食事をしっかり取る

「少しおかしいかも」と感じたら、無理をせず涼しい場所で休憩を取りましょう。

周囲の方への声掛けもよろしくお願いいたします。



センターイベント情報

—— プラチナエイジ向け健康イベントの開催について ——

大人気の健康イベントが7月に開催されます！
ストレッチ体操やニュースポーツ体験で、楽しく体を動かしませんか？

【内容】

健康体操（簡単な筋トレやストレッチ）とニュースポーツ（ボッチャ）体験

【日時】 令和8年7月29日（水） 10:00～11:30〔受付9:15～〕

【会場】 本山製作所青葉アリーナ（青葉体育館）2階剣道場（青葉区堤町1-1-5）

【申込】 令和8年7月13日（月）9:00～ 電話 または Eメール

【定員】 15人程度（先着）※定員になり次第締め切りになります。



E-mail》 sendaisc@sjc.ne.jp TEL》 022-214-6262（本部）

当日は運動できる服装、タオル、飲み物を持ってお越し下さい。

—— 「安全就業と健康の講演会」の開催について ——

～転ばない・負けない・長く働くために～

「転倒やケガを防ぎたい」「安全に長く働きたい」
「健康づくりに関心がある」「対人トラブルへの対応に不安がある」
そんな方にオススメの講演会になっております。

【第1部】「転倒予防のための筋力トレーニング」

講師：イムス明理会仙台総合病院 リハビリテーション科

【第2部】「現場で役立つカスハラ対応講座」

講師：ワッツ・ビジョン 代表 笹崎 久美子 氏

【日時】 令和8年7月30日（木） 13:00～15:30〔予定〕

【会場】 仙台市シルバーセンター 交流ホール（青葉区花京院1-3-2）

【申込】 Smile to Smileのお知らせ、E-mail、お電話にてお申し込みください。

【締切】 令和8年7月27日（月）※定員になり次第締め切りになります。



E-mail》 sendaisc@sjc.ne.jp TEL》 022-214-6262（本部）

—— 手作り作品の出品者を募集します ——

9月に開催される「高齢者生きがい健康まつり」や
10月頃に開催される区民まつりで出品する手作り作品について、
昨年までの販売方法を見直し、新しい方法にチャレンジします！
販売方法の説明会を下記のとおり開催いたしますので、
出品を希望される方は必ずご参加ください。

【日時】 令和8年7月30日（木） 10:00～12:00

【会場】 仙台市シルバーセンター7階 第一研修室（青葉区花京院1-3-2）

【申込】 お電話にてお申し込みください。



TEL》 022-214-6262（本部）

『会員の声』～表紙写真～

今号の表紙写真は公募から選ばれています。見事表紙を飾ったのは泉区の杉原勝秀さんです。
「この写真は泉ヶ岳の新緑に囲まれた水神碑を撮影しました。表紙に選ばれて嬉しく思います」

次号「シルバー仙台62号」も会員の皆様から、表紙を飾る写真を募集します。

募集要件：仙台市内で撮影した写真。1月発行の時期にあった写真。

表紙に選ばれた方には粗品をプレゼントいたします!!

下記メールアドレス宛にJPEGデータを添付してください。

会員番号、ご氏名の明記をお忘れなく!

※ご応募いただいた写真が必ず掲載されるとは限りませんので、ご了承ください。

会員の声も募集しております!

●旅行などの体験記 ●日頃思っていることなど、テーマは自由です。

字数は300字程度、下記FAXまたはメールアドレス宛に応募してください。

《どちらも応募期限は 令和8年11月20日(金)》



メールアドレス / sendaisc@sjc.ne.jp

FAX / 022-214-6264

担当 / シルバー仙台 会報編集担当



61号・編集委員から

- 今号からまた新たな編集委員が加わり、誌面づくりが一層活気づいています。初の表紙写真募集も実現しました。「会員の声」も継続募集中です。文章構成や添削にはAIも活用し、より親しみやすい広報誌を目指します。(吉田)
- 新シリーズは「氏神様」の由来を中心に取材することにしました。号板等には難解な文字で記録されており、理解するのが困難でした。しかし、氏子の心の拠り所として鎮座されていることを知り、その尊厳さに首が垂れました。各区の「氏神様」を掲載しますので楽しみにお読みいただければ幸いです。(竹野)
- 仕事場所の秋保地区は、熊の生息地として広く認知されているが、幸い、この四年間まだ出会ったことはない。恐ろしい顔が描かれた「熊に注意」の看板。熊のプーさんとは程遠い存在になったのはなぜ?(板垣)
- ウォーキングで四季の移ろいを感じます。街路や公園には年が明けると、梅に始まりこぶし、木蓮、桜、藤、つつじ、花水木と綺麗な花で心を和ませてくれます。つくづく良い街仙台を実感する今日この頃です。(鈴木)
- 今号はGW前から体調を崩して通院を重ね、楽しみにしていた取材を断念することになってしまいました。今回は何も協力できず心苦しい限りですが、まずはしっかり体調を整え、次回のリベンジを期したいと思います。(松本)
- 今号は、ひまわりみたいに皆さまの笑顔がぱっと咲く一冊に。編集委員みんなで、そっと夏の想いをページに散りばめました。(渡邊)

シルバー仙台 第61号 令和8年7月発行

編集長 吉田 広一

第61号編集委員 竹野 義信・板垣 昌孝・鈴木 源一・松本 正房・渡邊 美子

発行所 公益社団法人仙台市シルバー人材センター

〒980-0013 仙台市青葉区花京院1-3-2 仙台市シルバーセンター6階

TEL 022-214-6262 FAX 022-214-6264

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

印刷 株式会社仙台紙工印刷

