みにNews

第 460 号　R 8. 11.13 発行

公益社団法人
杉並区シルバー人材センター
電話　３３１７－２２１７
FAX　３３１７－９０９０

杉並区シルバー人材センター公式 YouTube チャンネル
動画を続々配信中！ぜひチャンネル登録をお願いします！

【会員ポイント】60 ポイント獲得会員インタビュー

「楽しみながら参加していたら自然に 60 ポイントになりました」

T さん(80 代)

特にポイントを意識して活動していたわけではありませんが、地区活動、研修など、健康維持のためにできるだけ外出するよう心掛けていたところ、自然とポイントがたまっていきました。

シルバーの活動だけでなく、シルバーパスを利用してスマートフォンで経路を調べながら柴又や青梅を訪れたり、一人で井の頭公園を散歩したりすることもあります。しかし、会員ポイントの対象となる活動の一番の魅力は、人との交流が生まれることです。普段はあまり話す機会のない会員の方と知り合うことができ、新たな仲間づくりにもつながりました。また、地域のお祭りでは若い世代や子どもたちと触れ合う機会もあり、良い刺激をもらっています。

シルバーの活動は仕事だけではありません。無理のない範囲で参加してみると、思いがけない楽しみや新しい出会いが待っています。ぜひ気軽に参加してみてください。

会員ポイントは、センター活動への参加でたまります。10 ポイントから景品と交換できますので、

ぜひご活用ください。詳細は同封のチラシ参照。

阿佐ヶ谷地区　ボランティア　参加者大募集！　　毎月 原則、第2水曜 開催

地域の見守り活動　～児童の下校時刻に地域を歩いて見回ります～

★会員ポイント5ポイント対象★

●偶数月 12 月9日(水) 2 月10日(水)
神明宮大鳥居前　13 時集合
杉並第一小～杉並第七小 周辺

○奇数月 1月13日(水) 3 月10日(水)
東一会館前(成田東)　13 時集合
杉並第二小～東田小 周辺

※一般(会員以外)の方や所属地区以外の方も参加できます！
※雨天(小雨)中止
※申込不要:当日、現地へお越しください

3ポイント付与
60 歳以上
長寿応援
ポイント対象

杉並区 長寿応援ポイント

【問合せ先】本部事務局7階　担当:渡邊 石井　TEL:3317-9091

スマホ無料講座　　申込締切：各開催日の前日

♤ **無料スマホ講座： 個別相談会**　　1 人 30 分以内、事前に伺った相談内容にお答えします！

11 月 30 日(月) 午前 10 時～11 時 30 分の時間予約制	【定員】6 名(申込順) 【会場】杉並区シルバー人材センター702室 【持ち物】スマホ、筆記用具

♣ **無料スマホ講座： 集合型講習会**　スマホの基礎(電話、音声で検索、写真、地図、QR コード)

12 月 14 日(月) 午前 10 時～11 時 30 分の時間予約制	【定員】8 名(申込順) 【会場】杉並区シルバー人材センター702室 【持ち物】スマホ、筆記用具

☻ **Smile to Smile(スマスマ)活用講座**

初期設定から活用方法までわかりやすくご説明します。

スマホ操作に不安のある方も安心してご参加ください。

① 11 月 19 日(木) 午後 2 時～4 時	【定員】各回10名(申込順) 【会場】杉並区シルバー人材センター702室 【持ち物】スマホ、筆記用具、「ログイン ID・パスワード通知書」(無い方は当日再発行します)
② 11 月 24 日(火) 午前 10 時～正午	



※スマスマ登録後は、配分金明細書、みに News、就業のひろばの郵送は無くなります。

【申 込】本部事務局 6 階　TEL：3317-2217

就業支援講習 受講者募集　　申込締切：11 月26 日(木)

1. ホームネットワーク接続サービス

ネットワークの基本や構築・ファイル共有に関する知識と技術等を学びます。

※パソコンの基本操作や入力について問題なく出来る方を対象とした講習です。

◆**日　時**：1/26(火) 午前 9 時 45 分～午後 4 時　1/27(水) 午前 10 時～午後 4 時
1/28(木) 午前 10 時～午後 4 時　※全日参加。お昼休憩 1 時間あり。

◆**定　員**：20名

◆**場　所**：東京しごとセンター 4階 401 教室 (千代田区飯田橋 3-10-3)

2. 生活支援サービス研修(調理) ④

生活支援サービスの利用者の方に、必要な食事を作るための基本を調理実習及び座学で学びます。
限られた時間で利用者様に満足いただくための、調理テクニックや工夫を学びます。
第 4 回は、フレイル予防につながる「鉄・亜鉛」を意識的に摂るメニューです。

◆**日　時**：1/28(木) 午前 10 時～午後 3 時 30 分

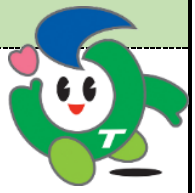
◆**定　員**：15名

◆**場　所**：府中市市民活動センタープラッツ 6 階 料理室・第三会議室
(府中市宮町一丁目 100 番地 ル・シーニュ内)

【申 込】 杉並区シルバー人材センター清水分室　担当：井上・中村　TEL：3394-2253

※当落については後日、東京しごと財団より郵送で通知させていただきます。

令和 8 年度事業実績等 9 月末現在



■契約件数	■会員数	■就業実人員
3,242 件	2,498 人	1,644 人
(計画数値：5,349 件)	(計画数値：2,800 人)	(計画数値：2,000 人)