



## 和田堀地区イベント『立川防災館見学・体験』参加者募集！

【開催日時】10月28日(月)午後3時45分～午後4時45分

【集合場所】JR「立川駅」北改札付近(注・北口ではなく多摩モノレール「立川北駅」最寄りの出口となります)集合後、バスで移動します。

【集合時間】午後3時 【定員】24名(申込順)

【申込締切】10月21日(月)午後5時

【申込み先】古谷 TEL090-1042-5931 ・氏名、年齢、電話番号 ・会員/一般の別をお伝えください。

### ★他の地区イベントも参加者募集中！

同封しているチラシの案内をご確認ください！！

### 無料スマホ講座 どちらのコースも“やさしく、ゆっくり、何度でも！” 申込締切:各開催日の前日

|     | ♣ 集合型講習会<br>～スマホの基礎<br>(電話、音声で検索、QRコード、写真)～ | ♠ 個別相談会<br>～1人20分程度<br>事前に確認した相談内容にお答え～ |
|-----|---|---|
| 開催日 | 11月21日(木)                                   | 10月24日(木)                               |
| 時間  | 午前10時～11時30分                                | 午前10時～11時の時間予約制                         |
| 定員  | 8名(申込順)                                     | 6名(申込順) ※枠に限りがあるため、新規の方が優先となります。        |
| 会場  | シルバー人材センター本部事務局 702教室(阿佐谷南1-14-2-7F)        |   |
| 持ち物 | スマホ、筆記用具                                    |   |
| 申込  | 本部事務局6階(Tel3317-2217) ※定員に達し次第、受付終了         |   |



## Smile to Smile(スマスマ)登録相談会 登録者数900名(9月末現在)

いよいよ11月1日からフリーランス新法が施行されます。この対応として、会員の方には、スマスマを活用した就業条件の明示を行っていきますので、この機会に是非、登録をお願いします。(フリーランス新法の詳細は、シルバーすぎなみ175号(8月発行)P4に掲載していますので、併せてご確認ください。)

★スマスマ登録相談会では登録方法、使い方に加えて、ホーム画面への貼りつけと、ID・パスワードの保存をサポートします。

登録は済んでいますか？  
10月末までに登録をお願いします。

| 日程                   |   |
|----------------------|---|
| ① 10月16日(水) 午前10時～正午 | 【定員】各回10名(申込順)<br>【会場】シルバー人材センター本部事務局702教室<br>【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いたします)<br>【申込み】本部事務局6階 ☎3317-2217 |
| ② 10月16日(水) 午後2時～4時  |   |
| ③ 10月17日(木) 午前10時～正午 |   |
| ④ 10月17日(木) 午後2時～4時  |   |
| ⑤ 10月21日(月) 午後10時～正午 |   |
| ⑥ 10月21日(月) 午後2時～4時  |   |

※スマスマ登録後は、配分金明細書、みにNews、就業のひろばは画面で確認いただくため、郵送はなくなります。

有料スマホ講座（第2回）「LINEに楽しくチャレンジ！」 申込締切：10月17日（木）

この講座は、センターの会員以外の一般の方も参加できる講座です。お誘い合っでご参加ください♪  
ユーザー同士で無料でメッセージのやり取り、音声通話、ビデオ通話ができるアプリ「LINE」を学びます。

【講座内容】LINEアプリのインストール・友達登録、削除・グループ作成・トーク、スタンプ  
写真やビデオの送り方、公式アカウントや迷惑広告の取扱い等  
この他、スマホに関する悩みや課題をサロン形式で学ぶことができます。

【講師】センタースマホ班で活動している会員

【日程】10月18日（金）、25日（金）/11月1日（金）、15日（金）

【時間】各回午前10時～正午

【会場】シルバー人材センター本部事務局 702教室（阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル7F）

【受講料】5,000円（全4回コース、テキスト代込み、途中キャンセル不可）

【申込み】本部事務局7階：田島 Tel.3317-9091

シルバーすぎなみ176号 寄稿文/表紙素材募集！ 【締め切り：11月15日（金）】

広報委員会では、会員の皆さまからの寄稿文/表紙素材を募集しています。令和7年1月発行の176号に掲載する予定です。是非ご応募ください。

【テーマ】寄稿文A…趣味・特技の紹介

いつまでも元気に楽しくいるために続けていることや新しい挑戦など。

寄稿文B…プチ自慢

誰かに聞いてほしいこと。ペットや育てている花など、どんなことでもOK！

表紙素材C…「お正月らしいもの」

【形式】寄稿文A・B…Word文書 200～400字程度。Bは写真のみでも構いません。

※文章の長短や誤字等、校正/編集させていただく場合があります。

表紙素材C…絵・写真・書 など

【応募方法】「シルバーすぎなみ」掲載希望/会員番号/氏名/題名を明記の上、下記にメール応募。

[suginami@sjc.ne.jp](mailto:suginami@sjc.ne.jp) ※手書きの場合は本部へ郵送。原稿は返却しません。

表紙素材はA4印刷に耐える画質で5MB程度に圧縮zip形式。

※現物の場合は本部事務局への持ち込み・後日引き取りをお願いします。

※人物の顔が写っている場合は、個人が特定できないように処理してください。

【掲載発表】紙面掲載をもって発表に代えさせていただきます。

包丁研ぎ 11月開催日 受付時間 9:30～12:30 1本500円～



開催日程・場所一覧

詳細はこちら↓

- |                         |                       |                   |
|-------------------------|-----------------------|-------------------|
| ●高円寺地域区民センター11/12(火)    | ●荻窪地域区民センター休館         |                   |
| ●西荻地域区民センター11/13(水)     | ●阿佐谷地域区民センター11/13(水)  |                   |
| ●西荻南区民集会所 11/14(木)      | ●永福和泉地域区民センター11/19(火) |                   |
| ●高井戸地域区民センター11/20(水)    | ●浜田山会館 11/21(木)       | ●八成区民集会所 11/26(火) |
| ●コミュニティふらっと本天沼 11/27(水) | ●井草地域区民センター11/28(木)   |                   |

