

奈良

シルボヌの つどい 2026

シルボヌ「Silbonne」とは
英語「silver」とフランス語
「bonne」を合わせた造語で
ありシルバー人材センターの
女性会員の愛称です。



入場
無料

開催日時 令和8年10月22日(木)

13:00～16:00(開場/12:00)

会場 あらかしホール(大淀町)
大ホール及び小ホール
奈良県吉野郡大淀町桧垣本2090番地

申込方法 裏面をご覧ください

定員 150名(先着順) 対象者 奈良県在住の方

大ホール

13:00～13:10	開会
13:10～13:30	会員募集PR動画視聴「60歳からの笑エナライフ」
13:30～13:50	事例発表 テーマ「女性会員活動報告、入会促進の取り組み等について」 ①公益社団法人 橿原市シルバー人材センター ②公益社団法人 御所市シルバー人材センター
13:50～14:10	休憩
14:10～15:40	ごぼう先生の講演(健康体操)

小ホール及び大ホールホワイエ

12:00～13:00	川上村シルバー人材センターによる もちつき・もちの振る舞い(小ホール) 先着100名
12:00～13:00	センター展示販売(大ホールホワイエ)
13:50～14:10	手作り雑貨、季節の飾り、木工・絵画作品、草餅の販売など
12:00～16:00	センター紹介パネル等(大ホールホワイエ)

ごぼう先生 (株式会社GOBOU 代表取締役 築瀬 寛(やなせひろし))

日本福祉大学卒業。2014年「高齢者の笑顔をつくる会社」株式会社GOBOUを創業。28歳で地域密着型サービス「リハビリカフェ倶楽部」を開設。その一方で、「大人のための体操のお兄さん」ごぼう先生として、イスに座ったままできる健康体操の普及に努める。介護の「ご」予防の「ぼう」が「ごぼう先生」の由来。「できなくていい!楽しむことが一番大事!」をモットーに、気持ちよく歳を重ねるおひとりさま健康塾お友達な100歳を増やすため、日々健康と機能向上を意識できる体操をクリエイト。高齢者や介護職員からの人気や支持は高く、介護事業所での体操コンテンツ指導日本一で、講演会・研修会の出演回数は700回を突破。のべ8万人以上の方々と一緒に健康体操講演を行っています。

■主催/公益社団法人 奈良県シルバー人材センター協議会

〒635-0015 大和高田市幸町2番33号 TEL 0745-24-6880 FAX 0745-24-7880 <https://naraken-sjc.or.jp/>



奈良シルボンのつどい2026

申込方法

A シルバー人材センター会員の方

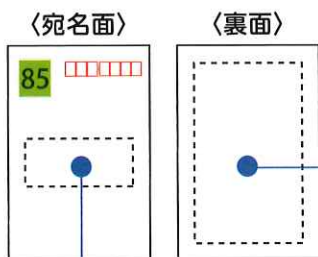
所属のシルバー人材センターにお申込みください。

B シルバー人材センターの会員でない方

①②いずれかの方法でお申し込みください。



官製ハガキでない場合は
85円切手を貼ってください



ハガキ宛名面に貼り付け

〒635-0015
奈良県大和高田市幸町2番33号
奈良県産業会館2階
公益社団法人
奈良県シルバー人材センター協議会 行

奈良シルボンのつどい2026

申込書

名前
フリガナ
性別 女 ・ 男 ・ 回答しない
生年月日 年 月 日
年齢 歳
住所 〒

電話番号

1



ハガキでの応募

ハガキで左記のとおりご応募ください。左下記の申込書を切りとって、**ハガキ裏面に貼り付け**、ご記入のうえ申込み宛先まで郵送をお願いします。

2



インターネットでの応募

<https://naraken-sjc.or.jp/> または

奈良県シルバー

検索

から



「奈良シルボンのつどい2026」

➡申込みフォームより、ご入力ください。



右記二次元コードを読み取っていただきますと、
googlemapが立ち上がりますのでご利用ください。



注意事項

- 入場には入場券が必要です。
- 入場券は令和8年10月以降、順次郵送します。
- 郵便事情を鑑み、イベント前日までに入場券が届かない場合は当日そのままお越しください。受付で入場券をお渡しします。
- 電話、FAXでの申込みはできません。
- 個人情報は、本イベントに関する業務にのみ使用します。
- 駐車場には限りがございます。