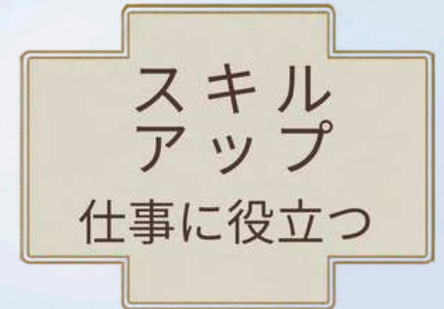
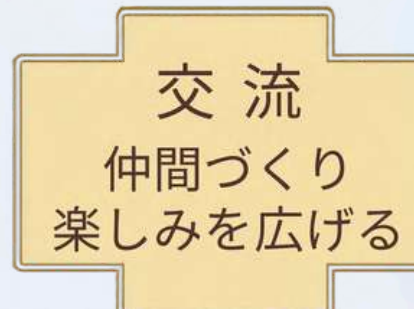
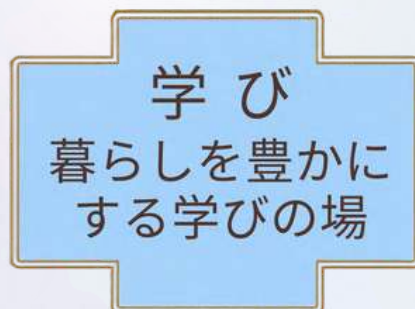
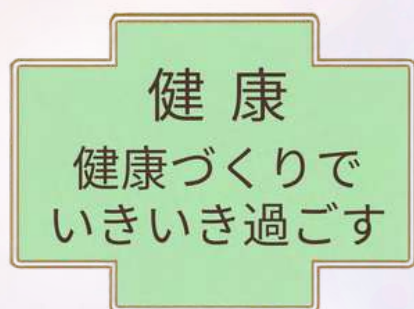


センターの活動が もっと身近に もっと楽しく

イベント参加のきっかけが見つかる「きらめきプラス」誕生。
4つの「きらめきカテゴリー」で選びやすく。



きらめきプラス

会員・サポート会員の方はどなたでも参加できます。
お気軽にお申込み下さい。

お申込み・お問い合わせはお電話で ☎ **0836-31-3251**

公益社団法人 宇部市シルバー人材センター 📍 福祉ふれあいセンター5階



気になる活動をチェックしてみましょう！

健康
健康づくりで
いきいき過ごす

心も体もリフレッシュ！ フラダンス教室

10月14日(水)
10:00-12:00

📍 福祉ふれあいセンター 1階多目的ホール

参加費無料

定員20名

初心者、男性におすすめ！
ゆっくりペースで楽しめる
やさしいフラダンス教室です。

👤 主催：女性委員会（遊楽里）

きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター



健康
健康づくりで
いきいき過ごす

からだが硬くても大丈夫！

はじめての ヨガ教室

10月19日 月
10:00-12:00

📍 福祉ふれあいセンター 1階多目的ホール

参加費500円

定員20名

ある方はヨガマット

※持っていない方は貸出可



講師：三原 あかね 会員

初心者の方大歓迎！ご参加お待ちしております。

きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター

学 び
暮らしを豊かに
する学びの場

暮らしを彩る季節の花々

※写真はイメージです

秋の寄せ植え講習会

10月22日(木) 10:00-12:00

📍 福祉ふれあいセンター 1階多目的ホール

参加費1,500円

定員20名

✂ はさみを持って
来て下さい



講師：磯部 光隆 会員
1級フラワー装飾技能士

きらめきプラス

宇部市シルバー人材センター

交 流
仲間づくり
楽しみを広げる

芸術の秋を満喫しましょう！

CDで楽しむ

音楽鑑賞会

10月30日(金)

13:30～15:30

📍 フリースペースねんりん（寿町2-3-18）

.....
JR琴芝駅から徒歩1分

参加費無料

定員10名



講師：梶山 淳幸 会員

きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター

スキル
アップ
仕事に役立つ

あなたの好きなこと

生かしてみませんか？

初心者大歓迎！小筆の練習

書道講習会

2回シリーズ（原則2回受講）



講師：宇野 典彦 会員
（筆耕班）

<1回目>



11月 4日(水) 14:00-16:00



福祉ふれあいセンター 3階 第2講座室

<2回目>



11月13日(金) 14:00-16:00



福祉ふれあいセンター 3階 第3講座室

参加費無料

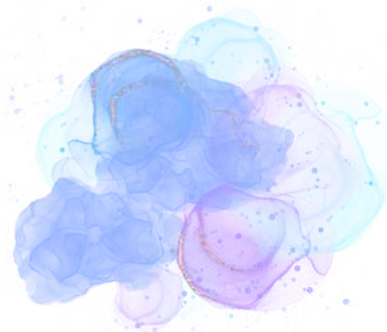


書道道具（硯・筆・文鎮・下敷き）は
各自で持参してください。

定員20名

きらめきプラス

宇部市シルバー人材センター



「糸島（ショッピング）＆九州国立博物館・太宰府天満宮の旅」ご案内

旅行を下記のとおり開催いたしますので、会員の皆様、お知合いの方をお誘い合わせの上ご参加ください。

記

日 時 令和8年11月6日（金）
集合場所 午前7時40分 宇部市福祉ふれあいセンター
旅行先 午前8時00分 宇部市福祉ふれあいセンター出発
福岡県 糸島市（JA糸島産直市場・伊都菜彩）
博多はねや総本家（昼食:和食御膳）
九州国立博物館（特別展：卑弥呼の鏡）、太宰府天満宮
募集人員募集 60名（先着順・定員になり次第締め切ります）
締切 令和8年10月21日（水）
旅行代金 10,000円（会員）・12,000円（60歳以上の宇部市民に限る）
美術館入館料・昼食代含む



※キャンセルをされる場合は、次のキャンセル料がかかります。（旅行代金に対して）
7日前～2日前は40％。前日は50％。当日は100％のキャンセル料がかかります。
注）できるだけ公共交通機関等をご利用の上、集合時間までに集合場所までお越しください。昼食時等に飲酒をされる方は帰宅時に絶対に運転をしないでください。なお、飲み物代（お酒・ソフトドリンク等）は旅行代金に含まれていませんので、各自でお支払いください。

旅行行程表



バスガイド：金子 淳子 会員

出発

宇部市福祉ふれあいセンター 8:00 — JA 糸島産直市場・伊都菜彩 11:00～11:45 — 博多はねや総本家（昼食）12:30～13:30
解散
九州国立博物館・太宰府天満宮 14:10～16:00 — 宇部市福祉ふれあいセンター 18:30

申込は下記の申込書にご記入の上、旅行代金と一緒に事務局へご持参ください。

✕ きりとり ✕

宇部市シルバー人材センター 研修旅行申込書

同伴者が家族の場合は同伴者欄に氏名のみ記入。その他は参加者ごとに申込書を提出ください。

住所	〒			—
所属	会員・市民	氏名		
電話番号			緊急連絡先	
同伴者所属	会員・市民	氏名		

健康
健康づくりで
いきいき過ごす

学び
暮らしを豊かに
する学びの場

交流
仲間づくり
楽しみを広げる

スキル
アップ
仕事に役立つ

「会員のつとめ」を開催します

豪華景品が当たる
抽選会もあります!!



2026 年

11月11日(水) 13:00~15:00

(シルバーマルシェは12:00開始)

会員のつとめを開催しますので、皆様のご参加をお待ちしています。
参加をご希望の方は、10月30日(金)までに電話にてお申し込みください
(31-3251)。

- 会 場 宇部市福祉ふれあいセンター2階ふれあいホール及び1階展示ホール
※駐車場に限りがあります。公共交通機関をご利用ください。
- 定 員 先着150名(会員以外の方の参加はできません。)
- 内 容 講演会「災害に備えて」・交通安全教室・会員作品展
お楽しみ抽選会・シルバーマルシェ・健康測定コーナー
- その他 作品展出品者(手作り作品・書・絵画・写真等)を募集します。
※作品出品者は作品を事務局までご持参ください。

シルバーマルシェも開催! 12:00~15:00

会場: 1階展示ホール

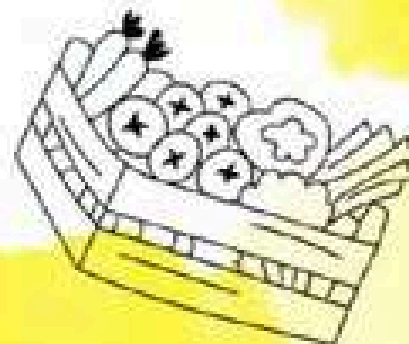
シルバー会員さんが心を込めて作ったハンドメイド小物、手作り野菜などを販売します。

●マルシェ出品者大募集!

出品してくださる会員さんを募集します。販売はこちらで行います。ハンドメイド小物、衣類、手作り野菜、遊休品(手作り菓子などの加工食品は保健所の許可を得る必要があります)など。

出品を希望する方は、10月13日(火)までに下記までお問い合わせください。

【事務局】31-3251(担当:高須)



好評です！

スキル
アップ
仕事に役立つ

シルバー会員のための スマホ講座

11月17日 火
13:30～15:30

📍 福祉ふれあいセンター
3階 第2講座室

参加費無料

定員6名

こんな方におすすめ

- ・子どもに聞いても面倒くさがられて聞きにくい方
- ・「分からないこと」が分からない方

触ってみると
意外と簡単！

一人で悩まず
お気軽に
ご参加下さい

どうやるんだ？

分からないな…

こんなことが学べます！

- ✓ 基本操作
- ✓ アプリの使い方
- ✓ smile to smile

きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター

楽しく学べて

学び
暮らしを豊かに
する学びの場

美味しくできる



料理教室

ゆうれい寿司作りに挑戦！



11月18日(水)
10:00~13:00

📍 男女共同参画センター
1階 調理室

注意：会場がいつもと違います

参加費500円 **定員30名**

👤 講師：宇部市食生活改善推進員
主催：女性委員会（遊樂里）



※イラストはイメージです

🛒 持ってくるもの

- ・タオル2枚
- ・エプロン
- ・三角布
- ・持ち帰り用容器

きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター

交流
仲間づくり
楽しみを広げる

Merry Christmas

大きな松ぼっくりで作る クリスマスツリー作り

今年のクリスマスは、
自分で作ったツリーを飾りませんか？
男性の方も大歓迎です！



12月8日(火) 13:30～15:30

📍 福祉ふれあいセンター 3階 第3講座室

参加費200円

定員30名

 講師：山本 美津子 会員

工作が苦手な方も大丈夫です！
自由に飾りつけを楽しんで下さいね。



きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター

学 び
暮らしを豊かに
する学びの場

お正月の しめ縄作り

講習会①

12月15日(火)

13:30 - 15:30

📍 福祉ふれあいセンター
3階 第3講座室

参加費500円

定員15名



はさみを持って来て下さい



講師：井上 玲子 会員
初めての方もぜひご参加下さい！



きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター

好評です！

スキル
アップ
仕事に役立つ

シルバー会員のための スマホ講座

12月22日 火
13:30～15:30

📍 福祉ふれあいセンター
3階 第1講座室

参加費無料

定員6名

こんな方におすすめ

- ・子どもに聞いても面倒くさがられて聞きにくい方
- ・「分からないこと」が分からない方

触ってみると
意外と簡単！

一人で悩まず
お気軽に
ご参加下さい

どうやるんだ？

分からないな…

こんなことが学べます！

- ✓ 基本操作
- ✓ アプリの使い方
- ✓ smile to smile

きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター

学 び
暮らしを豊かに
する学びの場



今までの作品の一例です

お正月の しめ縄作り

講習会②

12月23日(水)

13:30 - 15:30

📍 福祉ふれあいセンター
3階 第3講座室

参加費500円

定員15名

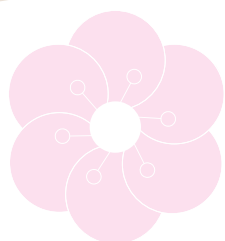


はさみを持って来て下さい



講師：井上 玲子 会員

初めての方もぜひご参加下さい！



きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター

交 流
仲間づくり
楽しみを広げる



今年を締めくくる素敵なひとときを...

CDで楽しむ 音楽鑑賞会

CHRISTMASスペシャル

12月24日(金)

📍 フリースペースねんりん
(寿町2-3-18)
.....
JR琴芝駅から徒歩1分



参加費無料

定員10名



講師：梶山 淳幸 会員

とっておきの音楽とトークでHappy Christmas!

きらめきプラス
宇部市シルバー人材センター