令和５年度派遣教育訓練について

公益社団法人　山梨県シルバー人材センター連合会　東山梨地区広域事務所
（公益社団法人東山梨地区広域シルバー人材センター内）

日時：令和５年10月20日(金)
13時30分から
場所：山梨市民総合体育館アリーナ

1. 開　会
2. 事務所長挨拶
3. 講　義

元気に就業するための健康的な体力作り
～　体力年齢をご存じですか？　～
講師：山梨市生涯学習課

4. 閉　会

状況報告

- 参加者数　23名　（女性13名　男性10名）
- 年代別　60歳代　8名　70歳代14名　80歳代1名
- 当日アンケート回答

生きがいについて

- 人との交流。
- 社会とのつながりができている。
- 社会復帰、社会の一員という心構えや思いが強くなったこと。
- 同年齢の人と話ができる。社会の役に立てていると感じられる。
- 職場で会話できること。
- 生活に張りがある。
- 子供たちの近くで仕事ができて楽しい。
- 毎日幸せに元気で生活できること。
- 良いチャンスをいただきありがとうございました。
- 健康でいること。いつも健康であり五体自由に動くことができること。
- 感謝して働けることに感謝しています。
- 社会とのつながりがあると思えること。
- 元気。
- 体が動けること。
- 生きてる気がする。
- 元気で仕事ができること。
- いつまでも元気ですごしたい。
- 仕事を楽しいと感じる不断の努力

その他

・楽しかったです。
・仲間意識をもって何かをするということが大切だと思うので、もっとこういう事をしてほしい。
・片足立ちのバランスが短い。

事務局から
今年も和やかな雰囲気で行うことができました。
講師を務めていただいた山梨市役所生涯学習課の皆様、ありがとうございました。
来年も元気で参加できますよう健康に留意し、安全な就業をお願いします。