



公益社団法人 福井市シルバー人材センター
〒910-0018 福井市田原1丁目13-6 フェニクスプラザ2階
TEL.0776(27)0701/FAX.0776(27)0779
E-mail: genkikun@sjc.ne.jp

清水・越廼支所
〒910-3622 福井市風巻町20-17 福井市きらら館内
TEL.0776(98)5590/FAX.0776(97)8009

美山支所 〒910-2351 福井市美山町6-6
TEL.0776(90)1560/FAX.0776(90)1561

ワークプラザ 〒910-0017 福井市文京1-26-10
TEL.0776(27)0801/FAX.0776(27)0192

会員数(令和5年12月25日現在) 男性 1,184名 女性 1,030名 合計 2,214名

あじさい、

シルバーで やりがい 生きがい いい出会い



会員の笑顔があふれた

ふれあいまつり



公益社団法人 福井市シルバー人材センター 会員 誓いの言葉

1. わたくしたちは 身体を大切にいたします
2. わたくしたちは あたたかい家庭をつくります
3. わたくしたちは 手助けを必要とする方々のために働きます
4. わたくしたちは 趣味を持ち心豊かにくらしめます
5. わたくしたちは このまちを大切にします



げんきくん

目次

- P1 • ふれあいまつり2023開催風景
- P2 • 新年のご挨拶
- P3 • 年男・年女の抱負
- P4~P5 • ふれあいまつり特集
- P6 • シルバーの日ボランティア・民謡
• シルバーパネル展
- P7 • 女性セミナー
- P8 • 講習会風景
スマホ教室・子育て料理講習会・剪定スクール
- P9 • 互助会便り
ミニミニスポーツ祭り・日帰り旅行
- P10 • 会員募集・仕事依頼・編集後記

シルバーの基本理念：自主・自立、共働・共助

新年のごあいさつ



理事長
中川 康正

新年明けましておめでとうございます。
会員の皆様をはじめ関係者各位には、健やかに新年をお迎えのこと、心からお慶び申し上げます。

さて、現在シルバー人材センターを取り巻く環境はインボイス制度導入等新しい施策の中、会員の皆様から誠意あるセンターとして親しみを持っていただけるよう、役職員が一体となって努力をして参る所存でございます。何卒よろしくお願いたします。

令和5年のセンターは、新型コロナウイルスの影響からの完全脱却を目指して、様々な施策を積極的に実施して参りました。その成果として、会員数は令和5年11月末時点で、昨年度の会員数2,137名を大きく上回る2,228名となっています。また、受注事業も順調に推移しており、仕事の面で会員の方々に満足していただけるように、就業機会の拡大・開拓に取り組んで参ります。

安全就業につきましても、就業中の事故発生件数は昨年度と同程度となっており、転倒等の事故発生が予想されますこれからの季節、こまめな注意喚起を呼びかけて参ります。

今年の干支は辰（たつ）。辰年は変革、時代が動く年、また努力が実って夢叶う年と言われています。

3月には北陸新幹線が福井開業を迎え「待ちに待った新時代」が訪れます。センターがもう一段ステップアップする好機と捉え、あらゆる機会を通じてPR活動を実施いたしますので、会員の皆様方のご協力とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆様方のご健勝とご多幸をご祈念申し上げます、年頭のご挨拶といたします。

新年のごあいさつ



福井市長
西行 茂

新年あけましておめでとうございます。
公益社団法人福井市シルバー人材センターの会員の皆様には、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

貴センターでは、高齢者の多様なニーズに対応した就業機会の確保や会員の皆様の生きがいづくりに取り組まれており、本市をはじめとする公共団体や企業、地域の様々な業務を担っていただいていることに敬意を表します。

さて、私事でございますが、このたびの福井市長選挙におきまして、市民の皆様のご信任を賜り、市政運営の重責を担わせていただくこととなりました。この信頼と期待に応えるため、福井の輝く未来づくりに全身全霊で取り組む所存でございます。

本年は「甲（きのえ）辰（たつ）」の年です。勢いよく活気あふれる年、成長していく年と言われています。いよいよ3月16日には北陸新幹線福井開業を迎え、国内外から多くの方々が本市を訪れることとなります。会員の皆様におかれましては、福井がにぎわいに包まれる中で、是非おもてなしの心でお迎えただくとともに、自身の豊かな知識や経験を活かし、それぞれの得意分野で今後益々活躍いただくことを期待しております。

本市といたしましては、引き続き、貴センターとの連携強化を図り、会員の皆様がいきいきと社会参加できるよう努めてまいります。

結びに、本年が貴センターと会員の皆様にとりまして、輝かしい年となりますことを祈念申し上げます、新年の挨拶といたします。



年男年女の皆さんに、次の2つの質問に答えていただきました。
①今年も続けたいことや今年したいこと ②私の健康法



松本 池上 利作

- ①毎日健康で、仕事にやりがいがあります。今年是新幹線がきますから、駅周辺を毎日きれいにしていきます。
- ②散歩と体操とグランドゴルフを毎日しています。



森田 高島 良之

- ①思い出作り。お世話になっている襖班の仲間と楽しく仕事をしたい。
- ②仕事を精一杯やり、合間にウォーキング（目標 7,000 歩/日）



明新 池田 澄子

- ①今年が6回目の貴重な辰年!!いろんな事に目を向け、興味を持ち、元気に楽しく「あ・の・ね、」の子供達と過ごしていきたいなあ〜
- ②・早寝早起き・毎日欠かさずラジオ体操・腹八分目・大きな声で笑うをモットーにしています。



西藤島 森川 慶子

- ①趣味の洋裁。ご先祖様や仏様に感謝し、毎日お仏壇に手を合わせる事。今年こそ恐竜博物館へ行きたい。
- ②毎日家族と自分の為に家事で身体を動かす事。孫と遊ぶ事。犬と散歩する事。心穏やかに過ごす事。



湊 奥田 宏

- ①シルバーからの仕事依頼を心待ちに、同年輩の方々と仕事をするのがとても楽しくて、出来るかぎり続けたいと思います。
- ②仕事を楽しく続けたい。これが私の健康法。



足羽 帆谷 ますみ

- ①シルバーでの様々な仕事で、人のご縁と働ける喜びを知り、体力ある限り続けたいと思います。脳活のためにと、日々独学を解いています。
- ②体力作り。健康維持のために、ヨガとジム通いに励んでいます。



和田 川口 信子

- ①今の仕事を10年めざして頑張りたい。断捨離もしたい。
- ②毎日6時30分からのラジオ体操とウォーキング



中藤島 堀 芳弘

- ①年2回程度、登山と観光旅行を今年も実行する。家庭サービスで家内と温泉旅行。
- ②運動で汗を出す事。仕事に精を出す。頭を使う。楽しいですよ。



豊 鈴木 年一

- ②常に体を使うこと。シルバーで働く事や、自分で出来る事は何でも挑戦することで体や脳が活性化し、健康を保てます。



啓蒙 道場 久代

- ①今年も誰と、どんなつながりができるか楽しみ。今日を元気に生きる。転ばぬように。
- ②登校する子供達の見守りをしています。たくさん挨拶して一日を始めます。



社西 瀧野 博行

- ①辰のようにどっしりと構えて7回目の年男も仕事をがんばります!
- ②ウォーキングを毎日約7,000歩と、愛犬の散歩も30分ほどしています。愛犬コナンくん（チワワ）でいやされています。



木田 山本 春美

- ①年男は縁起が良い?悪い? なんとかなるさ!!
- ②自分の作った野菜を食べる事と、少しのウォーキング。



／シルバード／

雨にもかかわらず
2000人余り来場！
ようこそ!!

♥りがい ♥きがい いい出♥い ふれあいまつり 2023

10月28日(土)10:00～15:00 フェニクス・プラザ

オープンの朝、大勢の会員が
心を合わせて、いよいよスタート!

発表の場・ふれあう場・楽しみの場 人の輪が広がる場



オープニング

女性音楽家3人「SailOn」による音楽会!
知っている曲が多く、楽しい!



事業の展示・広報パネル刷新



会員は、様々な分野で活躍中!

会員互助会パネル展



関心度高〜い! 様々なサークル
活動! 会話も弾みます!

障子張り実演! 紙をきれいに貼るコツは?
どんな道具を使う? ベテラン職人の的確なアドバイス!

屋台村



雨の中並んで、豚汁・ポップコーンのふるまい、おいしかったよ! 若狭牛入りの焼きそば、早々と完売!



展示・実演・販売

すごい人出! 市民も会員も和気あいあい!

子ども広場



ステージでは園児の、うた・ダンス・
太鼓の発表。広場では、プラレール・
バルーンアート・風船であそぼう・
ゲームコーナーなど、どこも子ども
の歓声でいっぱい!



サイエンス教室

子どもも大人も集まれ!
イタドリ笛が鳴ったよ!
空気砲にビックリ!

介護相談



歴史講座



「朝倉遺跡とアワビ」
「どうする 秀康」
熱く語る会員



会員互助会 ステージ発表



フラダンス 庄巻のステージ!



介護保険事業所 手話コーラス



吟剣舞 キリリ 決まります!



北陸高校演劇部 オレオレ詐欺
甘い言葉に要注意!



女性活躍部会 愛称決定
「プラチナママ」



地域社会に感謝の気持ちを込めて・・・

ボランティア活動を実施しました

今年も10月の第3土曜日のシルバーの日に、市内9か所でゴミ拾いや除草・落ち葉拾い等のボランティアを行いました。このシルバーの日ボランティアは、全国のシルバーで一斉に行っているものです。今年はいにくの雨でしたが、総勢約200名あまりの会員が参加し早朝から気持ちの良い汗を流しました。毎年参加される会員も多く、手慣れた様子でてきぱきと作業していました。また、同じ地域の会員同士で話はずみ、交流の場にもなっていました。



▲きらら館周辺にて

▲下馬中央公園にて

▲駅東けやき通りにて

▲西部緑道にて

令和5年10月21日
市内各地で行いました！

ひだまりの家・駅東けやき通り・西部緑道・下馬中央公園・幾久公園・一乗谷朝倉氏遺跡・きらら館・越廼海水浴場・美山公民館



シルバーパネル展開催『人生100年時代を楽しむ生き方』

11月7日～9日の3日間、アオッサ1階のアトリウムでシルバーパネル展を開催しました。一般市民を対象とした普及啓発と就業の拡大・会員の拡大を目的とした活動で、事業紹介と入会相談・就業相談を実施しました。

従来の就業風景の他にも『やってみよ！ちょっとjob』等でいろいろな仕事が紹介されていて、「迷ってましたが入会したくなりました」「少しの時間でも仕事ができるならしたい」など入会への意欲の声も聞かれました。

平日にも関わらず来場者は213人、入会説明会への問い合わせも多数あり、シルバー人材センターを知ってもらう良い機会となりました。



福井フェニックス祭り民踊大会に参加しました！

8月19日(土)、福井市シルバー人材センターとして、福井フェニックス祭り民踊大会に今年も参加しました。毎年お見かけするなじみのメンバーで、練習で集まれば、近況報告や世間話などに花が咲きます。目的は楽しみながらフレッシュして、みんなで一つになること。初めて会った方とも仲間意識が芽生え、「イッチョライ節」「新ドンリン囃子」「はびねず音頭」の3曲を踊りぬいた時には、「ヤッター」と手をとりあって喜びました。毎年健康で楽しく踊れることの幸せと達成感を感じました。



女性セミナーを 開催 様々な働き方をPR

女性会員の入会を促進するために、昨年度から女性セミナーを企画し開催しています。今年度は8月から12月にかけて「女性のための防災セミナー」など4講座を開催しました。

8.31(木)

女性のための 防災セミナー



講師 日本赤十字社福井県支部 救急法指導員
会場 アオッサ

巨大な台風の増加や局地的豪雨の頻発、今後発生が予測される大規模地震等、命を脅かす様々な災害への対応では自身で考え行動することが重要で、早めに安全な場所に避難する。それにはハザードマップの確認、避難行動の確認等、平時から事前の備えが大事との話に、改めて気を引き締めました。

その後はグループ毎に心肺蘇生やAEDの使い方の実習です。人命に関わる緊急事態に遭遇した場合「誰か手を貸してください」と周りに呼び掛けて複数で対応することが大事とのこと。AED探し、救急車要請、交代要員など連携プレーの必要性を実感しました。



「もしもし亀よ、亀さんよ…」のリズムに合わせて▲

9.27(水)

防災は日頃のお付き合いかから

講師 福井県防災士会理事 飛田 幸平氏
会場 福井県立図書館

突然発生する災害に対して、いかに身を守るか、命を守れるかという講演に時間を忘れて聞き入りました。家の中で地震が起こったらどうやってケガをせず非難するか、家の中にある物を利用しての安全確保、ちょっとした工夫を覚えることで大変役に立つ講演でした。家族との意思の連携、地域住民同士の助け合いの大切さ等、今後迫りくる災害に向けての心構えを学習しました。



水かお湯を注ぐと握らずに三角おにぎりの出来上がり▲

11.17(金)

秋の伝統料理



講師 料理研究家 出倉 弘子氏
会場 アオッサ

35名が受講し、福井の昔懐かしい郷土料理を全部で8品作りしました。

- ①揚げごんざ (おばあちゃんもだまらせてしまうほどの美味しさ、別名“ばばごろし”)
- ②ぼっかけ (根菜や糸こんにゃくの具だくさんで作った汁を温かいご飯にかけて)
- ③油揚げご飯 (具を入れたら混ぜずに炊く)
- ④長寿なます (油揚げを入れたなます)
- ⑤ふのからし和え (匂いも辛味も強い福井の“地がらし”使用)
- ⑥ほうれん草の白和え (季節のぜんまいでも)
- ⑦人参のごま和え (弱火で煎ってからすり鉢でする)
- ⑧里芋のころ煮 (上庄芋を使用)



特に里芋のころ煮は、蓋を開けずに焦げないように気をつけて、じっくり煮含めたので味が染みて美味しかったです。参加者からは「伝統の料理で簡単に作れるものをもっと習いたい」との声が聞かれました。

ビデオ鑑賞会

12.16(土)

「ぼけますから よろしくお願ひします。 ～おかえりお母さん～」

会場 ワークプラザ

認知症になった母を支え、介護する家族の愛と絆に心打たれました。老々介護や遠距離介護などの社会問題も含めて身につまされ、自分たちの今後の生き方を考えるよい機会になりました。



各講座の終わりには、一般参加者に向けてシルバー人材センターの事業や多様な働き方、互助会活動について説明し「地域の中で、人との関わりの中で、自分の生きがいを見つけてみませんか」と入会を呼びかけました。講座後には参加者から「とてもためになる講座で良かったです。シルバーでは週1回でも月1回でも働けると聞いたので入会しようと思います」という声も聞かれました。今後も、魅力ある企画でシルバー人材センターをアピールしていきたいと思っています。

一般家庭・企業・
事業所の皆さん

仕事のご依頼をお待ちしています

シルバー人材センターは、次のような仕事をしています。お気軽にお電話ください。

- 宛名書き ●チラシ配達、封筒入れ ●施設管理 ●障子、襖張り ●簡単な大作業 ●剪定、雪つり
- 草刈り、除草、除草剤散布 ●受付事務 ●屋内、屋外清掃 ●家事援助(洗濯など) ●育児支援
- シルバー派遣事業(送迎・工場内軽作業・品出し・惣菜調理など)…などなど…その他の仕事もご相談ください。

ご依頼は(公社)福井市シルバー人材センター(27-0701)まで

★HPからも依頼できます [福井市シルバー人材センター](#)



お仕事をお探しの60歳以上の皆様へ

会員募集中!



「シルバー人材センター」をご存知でしょうか？

高齢者が健康維持や生きがいをづくりの目的を持って、生き生きと働いているところです。

皆さんも会員に登録して、一緒に仕事をしてみませんか？

入会を希望される方は、入会説明会にお越しください。

毎月第1・第3火曜日 9:30～ 事前予約制

会費無料 キャンペーン実施中!!

令和6年1月～3月に入会した方は今年度の会費が無料に

詳しくは福井市シルバー人材センター(27-0701)までお問い合わせください。

編集後記

明けましておめでとうございます。

新型コロナも5類の対応となり、行動制限のない行事や活動が再開となりました。市民参加型の盛大なふれあい祭りを開催する事ができ、その他のイベントや互助会のミニミニスポーツ祭りや旅行などたくさんの会員の元気な笑顔をご紹介する事ができました。

今年3月16日には北陸新幹線が敦賀まで開通します。新しい駅を見ているだけでわくわくします。乗って出かけるのも、お客様を迎えるのもとても楽しみです。

シルバーの行事に積極的に参加されている方達にはその時々思い出を、思うように参加できなかった方には紙面を通じてシルバーパワーの熱気をお届けできればと思います。(広瀬)