



(公社)北九州市シルバー人材センター

(10月号)

9月1日現在 男 1,645名  
女 950名  
総会員数 計 2,595名

### 10月は「シルバー人材センター」 事業普及啓発促進月間」です

#### PR活動や清掃ボランティアに多数の参加を

「就業機会の拡大」と「会員の増強」は当センター発展に  
とっての車の両輪であり、最大の課題です。その中で最も大事なことは、より多くの市民の皆様  
様にシルバー事業の意義や活動内容を  
知っていただくことと、会員一人ひとりが自分のこととして  
考えることです。

10月は全国シルバー人材セン

#### 4年ぶり1月26日開催 グラウンドゴルフ大会

さわやかシルバーグラウンド  
ゴルフ大会が4年ぶりに次の要  
領で開催されます。会員の皆様、奮  
ってご参加ください。

【日時】令和6年1月26日(金)  
9時受け付け・9時30分開始・  
12時終了予定【会場】穴生ド

ひまわりちゃん  
よっしー (28)



していたチラシ等の配布も予定  
しています。多くの会員の参加  
をお願いします。

広報委員長 山本 良一  
公益目的事業委員長 土谷 国臣

#### 1人1会員入会促 進運動にも協力を

当センターの令和4年度新入  
会員の入会経路の第1位は「市  
政だより・求人情報紙」で46  
%、第2位は「会員・知人」  
で24・2%となっています。

新入会員の約4人に1人が会  
員や知人の紹介であり、会員に  
よる入会勧誘は、会員増強に  
とって欠かせない活動です。

今年度の「1人1会員入会促  
進運動」は、10月の事業普及啓  
発促進月間をキャンペーン期間  
として展開することにしまし  
た。ひまわり10月号にチラシ等  
を同封しますのでご覧ください

ム(八幡西区鉄竜1-2-5)  
【募集人員】1000人(会員50人、  
市民50人)【参加資格】60歳以  
上の市民(市内在住者または勤  
務者)【申し込み方法】会員は  
必ず地域班長を通じて申し込ん  
でください。住所、氏名、年齢、  
会員番号、生年月日、電話番号  
を地域班長に連絡してください  
【参加費】無料(用具類は準備  
守吉

#### 藤代医師の 健康アドバイス

##### 睡眠、休養について

夏場は、自律神経のうち外敵  
に立ち向かう交感神経が優位に  
立つと言われていた後、暑さ  
という外敵に立ち向かった後は  
誰もがバテますよね。このよう  
な状態では、睡眠や休養という  
守りの副交感神経が重要になり  
ます。

効率よく疲れを取るには、各  
自の体調や特性に合った睡眠や  
休養を取っていただきたいので  
すが、ここでも高齢になった時  
には(若い時とは違う)今の自  
分を把握する、ということがポ  
イントになります。若い時のよ  
うに徹夜はできないし、朝目が  
覚めるのも早くなったでしょ  
う?

くれぐれも「若い時には平気  
だった」という錯覚に惑わされ  
ず、今のご自身に合った疲労回  
復を図ってください。朝目が覚  
めた時に幸せを感じた日に、そ  
の前の日にどう睡眠や休養を  
取ったか、振り返ってみるのも  
良いかも。

産業医 藤代 一也

い。ご協力をお願いします。  
就業開発委員長 山本 良一

#### 11月10日に「第22回 市民と会員のつどい」

女性委員会は県シルバー人材  
センター連合会(県シ連)と共  
同で第22回「市民と会員のつど  
い」を11月10日(金)午後1時  
〜4時、戸畑市民会館(ウエル  
とばた)3階中ホールで開催し

参加はシルバー人材センター  
会員と、シニア女性の就業に関  
心のある概ね60歳以上の男女が  
対象。参加費は無料。

「つどい」の内容は、第1部  
が女性会員による就業体験発表  
▽第2部が会員によるミニ音楽  
会▽第3部が料理研究家でエッ  
セイスト・山際千津枝さんの講  
演「人生を美味しく食べよう」  
食べ方、生き方、最新情報」。

会員手作りの小物類の販売など  
も行います。

参加希望者は「ひまわり10月  
号」同封のチラシの申込用紙に  
よる申し込みが必要。締め切り  
は10月27日(金)必着。シルバ  
ー会員の申し込みが多数の場合  
は選考します。  
問い合わせは、業務第2課(0  
93・383・8850)の宮  
本か三ツ廣へ。

#### 4年ぶり参加 64人の隊列に加わって

8月6日(日)、連日の暑さ  
の中「わっしょい百万夏まつり」  
は最終日の「百万踊り」を迎え  
ました。新型コロナウイルスで規模を  
縮小していたこのまつりは5類  
への移行に伴い、今年は通常開  
催となりました。

この日も気温は34度前後。私  
は午前中に小倉城大手門の近く  
に「シルバー人材センター」隊  
の集合場所を設営。午後2時頃  
から水、お茶、氷、おにぎりな  
どが運び込まれ、4時過ぎには  
シルバーの仲間たちが「暑い!  
暑い!」と集まり始めました。

41団体・約2800人が参加  
する「百万踊り」は、小文字通  
りを進みます。両側を見物の多  
くの市民が埋め尽くしました。  
暑さが少し和らいだ6時30分、



6列に並んだ水色の法被姿の  
「シルバー」隊はテーマ曲「燃  
えろみんなの北九州」に誘われ、  
メインステージ前をスタート。  
補給班、のぼり班を含め総勢  
64人。先頭にプラカードやのぼ

りを掲げた中川裕二事務局長ら  
3人。踊り手の最前列は村地史  
朗理事長と「若松わっしょい」  
の女性連立写真。踊り始めると、  
かなり体が動いています。練習  
が自信となり、沿道の人波も気  
にならず進んでいきます。  
「シルバー」隊は4年ぶりの  
参加で、7月中旬に2回、本部で  
練習会を開きました。初参加の  
私も若松わっしょい同好会の踊  
りを見よう見まねで覚えまし  
た。「燃えろみんなの北九州」  
を聴いたらなぜか心が熱くなり  
ました。練習の効果は本番で発  
揮できたように思われました。  
8時過ぎ、終了の合図が伝え  
られ、私の長い一日が終わりま  
した。来年もぜひ参加しよう。  
その時は思いました。

小倉南区公益目的事業委員  
鳥越 寛志

#### 会員募集

公益社団法人 北九州市シルバー人材センター本部  
TEL 093-922-4801 FAX 093-922-4818  
〒802-0062 北九州市小倉北区片野新町一丁目1-6  
ホームページ <http://www.kitakyusilver.jp/>

西部出張所  
TEL 093-482-6112 FAX 093-482-6114  
〒806-0021 北九州市八幡西区黒崎三丁目1-3  
菅原第一ビル4F



HPは  
こちら

無料会員スマホ教室の年内の日程

お住まいの区	会場	予 約 受付中	予約開始日 10月13日	予約開始日 11月15日
門司・小倉北	黄 ま ち や 金	開 催 日	10月24日	11月21日
小倉南	西 出 張 所		10月10日	11月7日
若松・八幡東・戸畑			10月31日	11月28日
八幡西			10月17日	11月14日

※日程、会場は、センターのホームページ  
会員専用ページにも掲載しています。

黄金まぢや（小倉北区）と西  
部出張所（八幡西区）で来年3

無料会員スマホ教室に  
参加しよう！



「まつりみなみ」会場の清掃活動に  
参加した小倉南区の会員たち

4年ぶりの「まつりみな  
み」でPRや清掃奉仕

8月26日（土）に小倉南区の  
夏祭り「まつりみなみ」が志井  
公園で4年ぶりに開かれまし  
た。盛りだくさんのステージイ  
ベントや2000人規模の総踊  
り、打ち上げ花火もあり、大勢

が夏の夜を楽しみました。

区内の会員18人は午後2時か  
ら会場内のテントでシルバ―事  
業紹介のチラシとティッシュを  
組み合わせる作業をし、100  
0組を作り上げ、5つの会場入  
り口でまつり入場者に水色の法  
被姿で手渡しました。午後5時  
前に全部配り終わりました。

翌27日は午前9時に21人の会  
員が集合。1時間余り、まつり  
あとの清掃活動に汗を流しまし  
た。今回は清掃活動参加団体が  
少なく、水色の法被が目立ちま  
した。

小倉南区公益目的事業委員  
鳥越 寛志

筆耕班が研修会

筆耕班は9月11日と12日に、  
センター本部で地域別の技能向  
上の研修会を開きました。  
11日は小倉北、小倉南、若松

月まで開催する無料会員スマホ  
教室の参加者を募集中です。

教室は毎週火曜日の午前9時  
30分開始と午後1時30分開始  
（内容は同じ）。定員は各教室4  
人。電話による予約制で先着順。  
黄金まぢやは「門司区・小倉北

各区の17人が、12日は門司、八  
幡西、戸畑各区の16人が参加し  
ました。

内容は、両日とも賞状や卒業  
証書の書き方と、宛て名書き。  
午後1時30分から約3時間、熱  
心に取り組みました。



賞状書きの研修に取り組み  
筆耕班のメンバー（9月11日）



和気あいあいのスマホ教室  
11月8日午後、黄金まぢやで



インターネット利用時に  
注意する事はありますか

2点あります。

(1)使い過ぎに注意しましょう。  
面白いからといって使い過ぎ  
ると、当初契約のペケットを超  
えることがあります。特に、動  
画は多くのペケットを使います。  
Wi-Fi環境でない時は使い  
過ぎに注意しましょう。思わぬ  
出費がかさみます。

(2)インターネット上の広告に  
注意しましょう。

インターネットは無料で閲覧  
できますが、途中途中に「広告」  
があります。テレビの民放と同  
じイメージです。民放は無料で  
視聴しますが、途中でコマーシ  
ヤル（CM）をはさみます。私達  
はこのCMを受け入れています  
が、インターネット上の広告の  
中には誇大であったり、犯罪に  
関わるものもあります。すみっ  
こに小さく「×」があり、そこ  
をタップすると広告は消えま  
すが、高齢の私達は思うよう  
に指が動きません。無視する習  
慣をつけましょう。

【予約申し込みの手順】  
①申し込みたい日を決める  
②西部出張所（093・482・  
6112）に電話する  
③会員番号と希望日時（午前、  
午後）を伝える

区」と「小倉南区」の会員が対  
象。西部出張所は「若松区・八  
幡東区・戸畑区」と「八幡西区」  
の会員が対象。  
年内の日程は別表の通り。

今年10月1日から適格請求書  
等保存方式（インボイス制度）  
が導入されます。適格請求書発  
行事業者（課税事業者）である  
会員の方は、10月31日までに総  
務課経理担当へご連絡をお願い  
します。  
登録申請中の方、今後登録を  
された方も、必ずご連絡をお願  
いします。  
センターへ提出する領収証等に  
ついて（材料費及び組織活動の

総務課

インボイス発行事業者の  
会員は事務局に連絡を

物品購入）

インボイス制度では、就業の  
際に立て替えていただいている  
「材料費」、組織活動費の「お茶  
代」や「市民センター利用料」  
等のレシートが「適格簡易請求  
書」となり、仕入税額控除の対  
象となります。  
レシートは下部を切断したり  
せずに発行されたままの形で提  
出してください。なお、領収書  
は必要事項の記載がなければ  
「適格簡易請求書」にはなりま  
せん。



謝式をしました。野口さんは16  
年間、毎年の研修会で務めた講  
師を昨年限りで勇退しました。  
野口さんの後任の中崎忠俊さ  
んが謝辞を読み上げ、洲上信子  
代表班長が花束を贈りました。  
この研修会で各班員が書いた  
賞状は10月の「さわやかシル  
バ―作品展」に出展の予定です。

若干の修正やトリミングをす  
ることがあります。原稿はお返  
ししません。ご了承ください。  
締め切りは11月30日（木）必  
着。送り先は〒802-0006  
2 北九州市小倉北区片野新町  
1-1-6 北九州市シルバ―  
人材センター企画課。問い合わ  
せも同課（TEL093・922・  
4801）へ。

10月12日から、さわ  
やかシルバー作品展

今年の「さわやかシルバー作  
品展」は10月12日（木）〜17日  
（火）にリバーウォーク北九州  
5階市民ギャラリーで開催され  
ます。多くの方のご来場をお待  
ちしています。

★会費納入のお願い

正会員または特別会員で今年  
度の会費が未納の方は、納入を  
お願いいたします。また、配分金か  
らの納入を希望した方で、10月  
末までに控除できるだけの配分  
金の支払いがなかった方や、人  
材派遣のみで就業されている方  
には、お電話くださいれば事務局  
から振込用紙をお送りします。

★令和5年度配分金支払日

就業月	配分金支払日
10月分 →	11月27日(月)
11月分 →	12月25日(月)
12月分 →	1月25日(木)
1月分 →	2月26日(月)
2月分 →	3月25日(月)
3月分 →	4月25日(木)

発行  
公益社団法人北九州市  
シルバー人材センター

新型コロナウイルス感染防止に 会員1人1人が努めましょう

予防対策として、「手洗い」や「換気」「マスクの効果的な場面での着用」などに  
取り組みましょう。体温が高く、体調が悪い時は仕事を休み、静養しましょう。