



(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
公益的委員長 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】100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
ます。

4年ぶり参加 百万踊り 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、

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」。



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

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。

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。
小倉南区公益的委員長
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

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



「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

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ークラスの作業をし、100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人の会員が集結。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



賞状書きの研修に取り組み筆耕班のメンバー（9月11日）

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。

11日は、開会に先立ち野口政美さん（小倉南区）に対する感

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、測上信子代表班長が花束を贈りました。



測上さん（右）から感謝の花束を贈られる野口さん

この研修会で各班員が書いた賞状は10月の「さわやかシルバークラス」に出品の予定です。

10月12日から、さわやかシルバークラス作品展

今年の「さわやかシルバークラス作品展」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。

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。

総務課

無料会員スマホ教室の年内の日程

お住まいの区	会場	開催日	予約受付中	予約開始日	予約開始日
門司・小倉北	黄ちや	10月24日	11月21日	12月19日	
小倉南	金				
若松・八幡東・戸畑	西出張所	10月31日	11月28日	12月26日	
八幡西	出張所	10月17日	11月14日	12月12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。

無料会員スマホ教室に参加しよう！

黄金まちや（小倉北区）と西出張所（八幡西区）で来年3



和気あいあいのスマホ教室
11月8日午後、黄金まちやで



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、途中でコマーシャル（CM）をはさみます。私達はこのCMを受け入れています。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。

★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

★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。事務局から振込用紙をお送りします。

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 北九州市小倉北区片野新町1-1-6 北九州市シルバー人材センター企画課。問い合わせも同課（TEL 093・922・4801）へ。

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。