

シルバー人材センターで一緒に働きませんか

10月は広報活動強調月間

シルバー人材センターは、市内在住の働く意欲のある60歳以上の方に、臨時的・短期的な就業の機会を提供し、高齢者自身の生きがいや生活の充実を図り、活力ある地域社会づくりを担うために設置された公益法人で、全国の区市町村で活動しています。

働くことが適度な運動となり、健康の維持や介護予防の効果を高めています。

あなたも会員となって、地域のために明るく生き生きと働いてみませんか。

【会員の就業による収入状況】

センターでの就業は、請負業務の就業と労働者派遣による就業があります。センターへの入会は就職ではありませんので、毎月一定の額を保証するものではありません。令和4年度のセンターで就業した会員の年間平均配分金はおよそ40万円でした。

【入会方法】

市内在住で60歳以上の健康で働く意欲があり、シルバー人材センターの趣旨に賛同していただける方定各回20人(当日先着順) 持筆記用具、健康保険証等の本人確認書類、年会費2千円(原則毎月第2木曜日(祝日の場合は第1木曜日)午後1時までに、本町作業所(本町6-5-16)で開催する入会説明会・



主な仕事例

管理分野	駐輪場、公民館、集会施設、運動施設
サービス分野	広報紙配布、福祉・家事援助、子育て支援、出張ヘアカット
技能分野	植木手入れ、ふすま・障子・網戸張り替え、簡易な大工仕事、包丁研ぎ、家具転倒防止金具取り付け
一般作業分野	除草、屋内・外清掃、家庭内の片付け、粗大ごみ搬出等軽作業、植木水やり、電球交換、封入・宛名貼り等作業
事務分野	賞状筆耕、宛名書き
専門技術分野	学習教室、各種講座講師、パソコン個人指導、和服・洋服のリフォーム、着物の着付け、手工芸品作製

問同センター ☎04227-7117

シニア運動教室

時①11月3日～24日の毎週金曜日午後2時30分～3時30分(全4回) ②11月2日～23日の毎週木曜日午前11時30分～午後0時30分(全4回) ③11月2日(木)、16日(木) 午前10時～11時(全2回) 所メガロス武蔵小金井(緑町5-3-24) 内①②筋力・柔軟性等を高める運動③水中ウォーキング等 市内在住で、一人で運動可能な65歳以上の方(初めての方優先) 定①②各5人③15人(いずれも多数抽選) 申10月25日(必着) までに、往復はがきに住所・氏名

(ふりがな)・年齢・電話番号・希望コース(①③のいずれか)を明記し、介護福祉課包括支援係(〒184-8504住所不要 ☎042-387-9845)へ

こがねい介護教室 抱え込まないために 時11月11日(土)午後1時30分～3時 所聖ヨハネ会本館戸塚ホール(桜町1-3-22) 講阿久津美栄子さん(NPO法人代表理事) 対高齢者の在宅介護をしている方等 定15人(申込順) 申10月16日から、電話で本町高齢者在宅サビ

に、往復はがきに住所・氏名

電話で本町高齢者在宅サビ

習得講座 講同センターパソコン班 対Eメールを使用でき

センター(☎042-388-8011)へ

シルバー人材センター マンツーマン 無料Zoom教室

時▽水曜午後3回コース 11月18日～11月1日▽木曜午後3回コース 11月19日～11月2日▽金曜午後3回コース 11月10日～24日いずれも午後1時30分～3時30分 所同センター 東町会議室(東町4-38-26 トーケンプラザ2階) 内パソコンで同時に複数人と交流できるZoomの使い方方の習得講座 講同センターパソコン班 対Eメールを使用でき

お元気サミット・介護みらいフェス

認知症や介護が必要になっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らすための取り組みの紹介を、小金井 宮地楽器ホールで行います。 問介護福祉課包括支援係 (☎042-387-9845)

とき	ところ	内容	講師等
11月8日(水)	小ホール	シンポジウム 「認知症 知って安心! 『小金井の認知症施策』 - 小金井市に住み続けるために」	■出演 病院、介護事業所、地域包括支援センター、市職員ほか
		パネルディスカッション 「商業活性化福祉への挑戦!」- 地元根ざした事業者ができること	■出演 こがねい互助会ほか
		パラリンピック正式種目 ポッチャ体験会	講 「ポッチャの輪をつくらう会 小金井支部」 どこでもポッチャ隊
		市民参加による朗読劇 いつまでも安心して暮らしていくために 今やっておくこと- お金の管理編	■出演 市民、生活支援コーディネーター
15:40~16:30	介護予防	小金井さくら体操実演	講 小金井リハビリ連絡会
10:00~16:00	マルチパーパススペース	スマホ相談会	講 小金井スマホサポーター、東京都スマートフォン普及啓発事業事務局
11月9日(木)	小ホール	講演・実演 腰痛、転倒予防について(体操有り)	講 小金井リハビリ連絡会
		講演 施設の感染予防と利用者の楽しみについて	講 金のきりん
		市民公開講座 朗読劇 「家で迎えた最期」- 母の回想	■出演 市在宅医療・介護連携推進会議 急変時対応・看取り支援部会
		市民公開講座 講演 元気なうちに考える「人生の最期に過ごしたい場所」	講 大井裕子さん(医師)
10:00~16:00	マルチパーパススペース	介護事業者連絡会 福祉用具展示	介護事業者連絡会

こがねいの木でブックス タンド作りー生活に木を取り入れよう



市内で伐採した木を活用し

予防接種等保健衛生事業は健康ガイドへ

シルバー人材センター 出張入会説明会

時10月21日(土) 午後1時から 所東町会議室(東町4-38-26 トーケンプラザ2階) 対 市内在住の60歳以上の方 持年会費(2千円)、現住所を確認できるもの 申当日直接会場へ 問同センター ☎04227-7117

シルバー人材センター 入会相談、手工芸品の販売、子育て支援班による楽しい遊び、写真や絵画の展示などさまざまなブックスを用意します。

シルバー人材センター いきいきシルバーフェア 開催

入会相談、手工芸品の販売、子育て支援班による楽しい遊び、写真や絵画の展示などさまざまなブックスを用意します。

時11月4日(土)、5日(日) 午前10時～午後4時 所 小金井宮地楽器ホール小ホール、マルチパーパススペース 問同センター ☎04227-7117

学校名	月日	入学説明会		公開授業	
		受付時刻	開始時刻	開始時刻	終了時刻
第一中学校(☎383-1161)	12/8(金)	14:30	14:45	13:35	14:25
第二中学校(☎383-1162)	12/9(土)	10:40	11:00	8:50	10:40
東中学校(☎383-1163)	12/16(土)	10:30	10:50	-	-
緑中学校(☎383-1164)	11/24(金)	14:20	14:30	13:30	14:20
南中学校(☎383-1105)	12/4(月)	14:15	14:30	-	-

※表中、電話番号は市外局番042を省略しています

問各中学校

来月4月に市立中学校へ入学する生徒の保護者を対象に、入学説明会および公開授業を、左表の日程で行います。

入学予定者は、平成23年4月2日～24年4月1日に生まれた方です。

市立中学校入学説明会・公開授業

主催 (一社) 東京学芸大 講師 環境政策 策課環境係 (☎042-387-9817)



申込フォーム