



公益社団法人 鳥取市シルバー人材センター

# シルバーとっとり

高齢者の社会参加をサポートし、活力ある地域社会の発展を目指しています。

会員数 681人(男 436人 女 245人) 令和3年12月15日現在

vol.76  
2022.1

## 賀露神社(鳥取市賀露町)

賀露神社は、歴史情緒あふれる港町と美しい日本海が一望できる丘陵にある神社で、境内には全国的に珍しい虎の狛犬が鎮座しています。



2 新年のごあいさつ

3 寅年会員 新年の抱負

4 安全就業パトロール、安全・適正就業標語募集

5 こんなお仕事もやってます  
新型コロナウイルス・インフルエンザ予防

6・7 発注者満足度アンケート調査、普及啓発活動

8 第5次中期事業基本計画について

9 講座・講習会、レシピ

10 インフォメーション

シルバーとっとり  
76号  
目次

# 新年のごあいさつ



公益社団法人  
鳥取市シルバー人材センター

理事長 伊藤 茂樹

新年明けましておめでとうございます。

皆様には、おだやかな初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。さて、昨年7月から始まつた新型コロナウイルス感染症の第5波は、医療崩壊の逼迫を招き、経済活動や雇用等に大きな影響を与えて、本センターにおいても、契約高が減少する等厳しい状況に直面しました。

このようなかつて、本センターは、昨年12月に、令和4年度から今後5年間の活動指針を示す「第5次中期事業基本計画」を策定しました。

会員、役員及び職員は、一体となつて、同計画に示した事業目標を達成するため、取り組んでいきたいと思います。

ところで本センターは、昨年の最低賃金の大幅な引き上げを受け、配分金の一部見直しを行い、令和4年度から改正することとなりました。

会員の皆様には、発注者である市民の皆様や企業、公共団体に理解を得るために、より一層、きめ細やかなサービスの提供に努めています。

また、令和5年10月から施行予定の適格請求書等保存方式（イノボイス制度）に対応するため、本年中頃には必要な財源を確保する方法を取りまとめ、年末までに実効性のある対策を講じていきたいと考えています。

終わりに、関係各位のご発展と会員の皆様並びにご家族のご健勝とご多幸を祈念申し上げ、新年のあいさつといたします。

# 新年のごあいさつ

鳥取市長

新年明けましておめでとうございます。

会員の皆様におかれましては、新しい生活様式による感染防止を徹底していただきながら健やかに新年をお迎えのこととお慶び申します。

貴センターにおかれましては、昨年は新型コロナウイルス感染症拡大に伴う厳しい経営環境が続く中にあっても、設立40周年を迎えた派遣事業を中心に就業機会の拡大を通じて長年培われた経験や能力を地域社会に還元していただきました。人生100年時代のシルバー事業の積極的な展開を図つていただきおりましたことに心より感謝申し上げます。

本市としましては、本年も「生涯現役社会」の実現の一翼を担う貴センターと歩調を合わせながら、賑わい溢れる安心して暮らせるまちづくりを目指してまいりますので、引き続き御支援を賜りますようお願いいたします。

結びに、新型コロナウイルス感染症の早期の収束を願うとともに、貴センターの益々の御発展及び会員の皆様の御健勝と御多幸をお祈り申し上げ、新年の御挨拶といたします。

謹賀新年

新しい年を迎える会員並びにご家族と関係各位のご多幸を心よりお祈り申しあげます

公益社団法人  
鳥取市シルバー  
人材センター

理事長

伊藤

茂樹

山本

雅宏

吉田

一男

山下

峰子

瀧

寿美雄

須田

すみ枝

中島

有爲子

松本

大輔

洞崎

雅好

藤本

保

太田

義久

事務局職員一同

# 年男・年女の 会員さんに 聞きました



- ①シルバー人材センター入会の動機
- ②元気の秘訣・健康法
- ③今年(2022)の抱負・やりたいこと

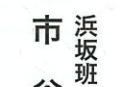
今年の年男・年女の会員は、59名いらっしゃいました。今日はそのうちの名の方に今年の抱負を聞きました。



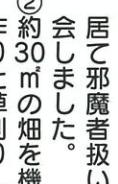
岡  
本  
恭  
典



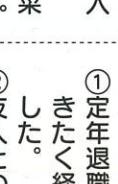
木  
下  
和  
子



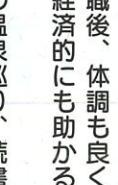
市  
谷  
佳  
世



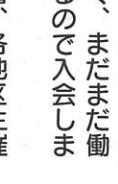
北  
脇  
好  
純



津  
ノ  
井  
君  
恵



井  
上  
豊  
明



池  
本  
悦  
男



- ①松の盆栽が15鉢程度あり、退職後、県の高等技術専門学校造園科に入り技術を習得しました。卒業後、この技術を生かすべくシルバー人材センターに入会し、現在に至っています。
- ②仕事上、バランスを崩しやすいため筋力・持久力が必要で毎朝約5km先の賀露海岸までジョギングをし、不足分は公的施設での筋トレを続けています。
- ③また、今年も大山・氷ノ山登山を目指しています。その他、JAZZを聞くことも趣味の一つです。

東年生まれの人は前向きでチャレンジ精神が強い人が多いと言われていますが、みなさんはいかがでしょうか。東年生まれの有名人には、小林旭、和田アキ子、市毛良枝、鶴ひろし等がいます。

- ①退職はしたものの、身体もまだまだ元気なので入会しました。健康である限り続けたいと思っています。
- ②最近始めた70歳からでも出来るスポーツ「バウンズボール」を楽しんでいます。毎年受ける人間ドック、歯科でのクリーニング、内科での3ヶ月毎の血液検査をし、健康寿命を長く維持できるよう心掛けています。
- ③6回目の東年の年男を迎えて、次の7回目を健康で迎えられることを願いつつ努力したいと思います。楽しい目標を設定し、それに向かって気持ちを高めたり、くよくよと物事を考えず一日一日を明るく過ごしストレスのない生活を送りたいです。

- ①退職後、まだまだ元気に働きたいと思い入会しました。
- ②歩くこと、「手作りの会」でみんなと小物作りをすることがあります。
- ③手芸が続けられるよう、元気に過ごしたいと思います。

- ①65歳で前の仕事を辞めましたが、まだまだ動けうるので友人からシルバーのことを聞き早速入会させていただきました。
- ②これといったことはありませんが、毎

- ①定年退職後、体調も良く、まだまだ働きたく経済的にも助かるので入会しました。
- ②友人と温泉巡り、読書、各地区主催のウォーキング、各所巡り。孫の成長。
- ③健常に気を付けながら、仕事にミスがないようそつなくこなし、体に無理がない程度に近場のウォーキングを始めみたいと思っています。

# 本年度の安全パトロールを終えて

本年度も、会員の皆さまの安全意識の高揚と就業場所での安全指導を行うため、5月～11月に不定期で月2回、7月は「安全就業月間」と定め、毎週1回の安全パトロールを行いました。剪定、草刈り、除草、その他屋内外の作業現場等、幅広くパトロールを行い、合計で74ヶ所の現場の巡回を行いました。

その中で、印象に残った会員の取り組みについて紹介したいと思います。

夏場には、例年熱中症警報が発令されるほど気温が高くなる日が続きますので、熱中症対策として、気温が35度以上になつたら作業を中断する、午前中のみ就業する、送風ファン付のベストを着用する、といった対策をされている方がおられました。水分や塩分の補給、こまめな休憩といつたことに加えて、ぜひ、このような取り組みを参考



にしていただきたいと思います。今年度は傷害事故が2件、賠償事故が4件発生しています。昨年同時期に比べると、傷害事故の発生件数は同じですが、賠償事故は4件減少しております。しかしながら、刈払機による飛石事故が3件発生しており、依然として賠償事故の大半を占めています。

## 安全・適正就業標語を募集します

会員の皆様の安全意識の高揚を図るため「安全・適正就業標語」の募集を行います。

### ●応募作品

令和4年 安全・適正就業標語

### ●応募点数

1人3点以内

### ●応募方法

会員番号、氏名、地域班名を明記し事務局へ郵送、メール又はご持参ください。  
送り先 〒680-0845鳥取市富安2丁目104-1  
E-mail : tottori@sjc.ne.jp

(応募用紙の書式は自由)

### ●応募締切

令和4年2月4日(金)

### ●選定・表彰

最優秀賞1点、優秀賞3点を選考し、表彰します。(賞状及び記念品を贈呈)

### 第21回安全大会中止

新型コロナウイルス感染症防止対策は緩和されていますが、冬季に入り感染の再拡大が想定されるため、会員の安心、安全確保を優先し、今年度も開催を中止します。

草刈作業の前には、事前に車両等の移動を依頼し、移動不可能なものがある場合には飛散防止ネットを必ず使用してください。また今年度は、作業現場に忘れ物をしたため、お客様から連絡をいただくことが多くありました。作業終了後には忘れ物がないかよく確認してから帰宅してください。

来年度も、「安全は全てに最優先する」ことを念頭に置き、より一層安全就業に努めていた



## 墓地の清掃・供花

田舎にお墓があるけど帰省できない、高齢のため掃除や供花ができない時など、心を込めてお墓を守るお手伝いをします。

## 花の水やり

急な入院やご旅行で長期に自宅を留守にされる場合、お庭や花壇、鉢植えの草花の水やりを代行します。



## 衣類の片付け

季節の変わり目の衣類の整理や部屋の片付けをお手伝いします。

## 通院の付添い・食事作り

ひとり暮らしは何かと大変。通院の付添い、買い物や食事作りをお手伝いします。



## 除 雪

玄関周りや生活道路までの除雪をお手伝いします。

## 包丁研ぎ

包丁を研ぎ直してみませんか。最初の切れ味が蘇ります。



## 子どもの見守り

保育園の終了後や学童保育後、仕事で遅くなる日の子どものお迎えや見守りをお手伝いします。

こんな  
お仕事も  
やってます！



## 簡単な大工仕事

経験豊富な会員が、住まいのちょっとした修繕などをお引き受けします。

## 裁 縫



リフォーム・丈直し・小物作りなど、裁縫はお任せください。  
春からの通園・通学バッグも作ります。

## 賞状・宛名書き

賞状、感謝状、表彰状などいただく方の一生の記念は、きちんとした手書き文字をご利用ください。はがきや案内状も手書きの宛名書きは喜ばれます。

## 家の中のお清掃・電球交換

台所や浴室などの掃除やちょっとした住まいのサポートをします。



## 空家の見廻り・清掃

人が住まなくなった建物は傷みが早く、庭木や雑草が伸び放題になると、ご近所に迷惑をかけてしまい、防犯上の心配もあります。  
郵便物やチラシがたまっていないかチェックをしたり、敷地内の清掃などもいたします。

## 囲碁・将棋の対局相手



ご自宅に伺って対局相手いたします。

# 新型コロナウイルスとインフルエンザを予防して 冬を元気に過ごしましょう!!

昨シーズンは新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行が懸念されましたが、インフルエンザの流行はほとんどみられませんでした。これは、新型コロナウイルスの感染予防対策として、マスク、手洗い、アルコールによる手指消毒、三密回避などを徹底したことにより、飛沫感染で拡がるインフルエンザも同時に予防できたことが大きな要因だったと言われています。

しかし多くの人が免疫を獲得していないことや移動制限が緩和され、人々が移動や交流する中、今年は流行があるかも知れません。

万一の流行に備えるために、十分な休養とバランスの良い食事を取り、今一度、基本的な感染予防の徹底を心掛けましょう。

正しく使おう  
マスク！



こまめにしよう  
手洗い・  
手指消毒！



目指そう  
ゼロ密！



厚生労働省 HP 感染症情報より抜粋

# 発注者満足度アンケート調査

アンケートは下記の方法で実施しました。

調査期間 令和3年9月1日～9月30日

調査方法 500人対象、はがきによる回答(無記名方式)

回答者数 275人(55.0%)

センターでは、この度ご利用いたいたお客様を対象にアンケート調査を行いました。これは、仕事の出来栄え、センターに望むこと等についてお客様の生の声をお聞きし、今後の事業運営に反映させるためのものです。皆様のご協力に感謝申し上げるとともに、いただいた貴重なご意見を基に公益社団法人として地域社会に貢献できるシルバー人材センターを目指していきたいと考えています。

世話になりありがとうございました。

## 《助言・要望・ご意見》

- 頼んでからが長かったです。
- 年々少しづつ料金が上がっています。(同じ敷地なのに)
- 墓地清掃、清掃、供花後の写真をメールでも送付いただければ幸いです。
- 清掃した日を記入してほしい。
- 配分金と材料費等の区分が理解難。

## 襖張り・障子張り作業

### 《感謝・励ましの声》

- この度はお世話になりました。安心して仕事をしていただきました。

## 草刈り・除草作業

### 《感謝・励ましの声》

- 丁寧な仕事をしていただきました。大変いい人ばかりでした。ありがとうございました。次回もお願いします。
- 丁寧な仕事、信頼出来る。アドバイスも的確。
- 遠方(群馬県)からお願いしてありますので大変助かります。お盆は暑いし、雨が続いたらしくて天候の悪い中よくしていただき感謝しています。お彼岸もお

## 《就業会員のマナーで悪かった点があった》

- 変更があったのに連絡なし。花束の数(墓地清掃)

## 《仕事の出来栄えに不満な点があつた》

- 2年前から利用させてもらつて3年目になります。前年までは本当にきれいにしていただきて心安らぐ感じでしたが、今年の春の時は雑な感じで、人が違うのかと思いました。

## 剪定作業

### 《感謝・励ましの声》

- 暑い中での作業ありがとうございました。色々と相談にも乗つていただき安心してやつていただきました。今後共、よろしくお願いします。
- 丁寧で作業も早くとても満足しています。切った枝葉の清掃も

きっちりしていただきました。是非、またお願ひしたいと思いました。

(枝の始末)

## その他作業

### 《感謝・励ましの声》

- 以前よりやや雑だった。(枝の始末)
- リーダーのマナー最高でした。
- 仕事にかかる前、きちんと確認をとり早朝から一生懸命、気持ちよく仕事をしてくれ大満足です。次回もまたお願ひしたいです。(初めてご利用の方)
- とても丁寧で整理されて大変助かります。
- 大変いい世話を聞いていただき感謝しています。
- 以前、良かれと思つてされた除草:クリスマスローズを根こそぎ抜かれたことがあり、悲しかつた。
- 朝顔が切られていた。相談して
- コロナ禍でひとり育児をして、大変な思いをしているお母さんは、たくさんいると思います。そんな方々にも是非利用をすすめて欲しいです。(初めてご利用の方、産後家事支援)

## お客様からのご意見・ご要望に対する対応について

\*事前の打ち合わせでは、概算見積額を提示し、お客様のご要望をしっかりとお聞きした上で作業に取りかかるよう徹底してまいります。

\*毎年、同じ敷地内であっても作業の内容や状態により作業量が変動し、料金は変わります。請求内容にご不明な点がございましたら詳しく説明させていただきますので、事務局へお問い合わせください。

\*ご希望があれば、作業前後の写真をお送りいたしますのでお申し出下さい。(有料)

今回、依頼してから作業までが長かった、丁寧さに欠けるなどのご指摘もいただきました。

作業時期によっては申込みが集中し、お待たせすることもあり大変ご迷惑をおかけしました。お寄せいただいたご意見・ご要望は今後の就業や運営に反映させるとともに、作業日程等の連絡の迅速化、親切・丁寧な作業を心がけ、すべてのお客様に満足いただけるよう、一層努力してまいります。

## 普及啓発活動

10月の「全国シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」の活動の一環として、公共施設等にパンフレットの設置やポスターの掲示を行いました。

コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度も街頭啓発や役員による企業訪問は自粛しましたが、パンフレットの設置場所を増やし、センターのPRに努めました。



トスク本店



ふれあい会館

## 【会員拡大・就業拡大の取り組み】

- ★会員募集パンフレットを10月に市内全戸に配布
- ★市報とっとり11月号にセンターの特集記事を掲載
- ★市役所等公共の場所に会員募集とセンター紹介パンフレットの設置とポスターの掲示
- ★鳥取商工会議所会報にセンター紹介のパンフレットを折込し、市内事業所に向けて派遣事業やセンター事業をPR。

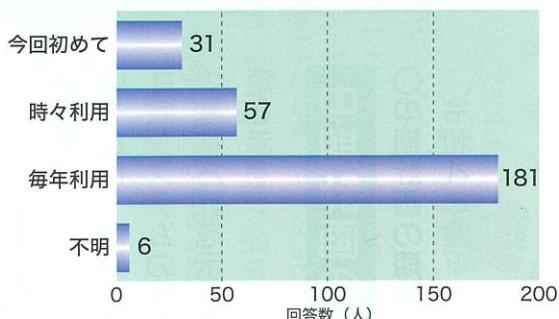
会員の皆さん一人ひとりの声かけで、働く仲間を増やしていきましょう。

お知り合いの方にパンフレットをお配りいただける方は、必要枚数をお渡ししますので、事務局へお知らせください。

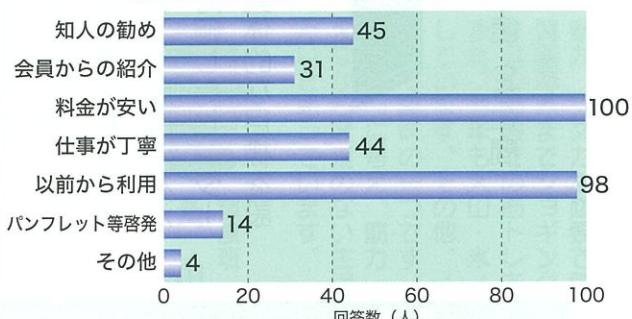
## 発注者満足度アンケート集計グラフ

(はがき調査 令和3年9月実施)

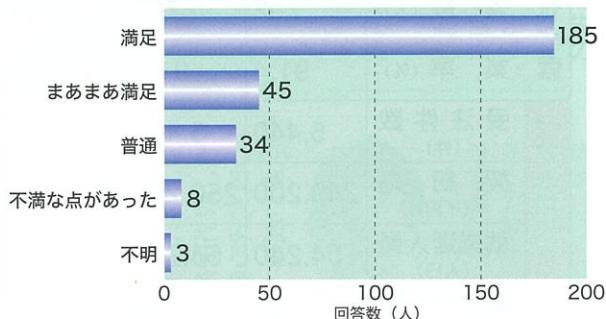
### センターのご利用



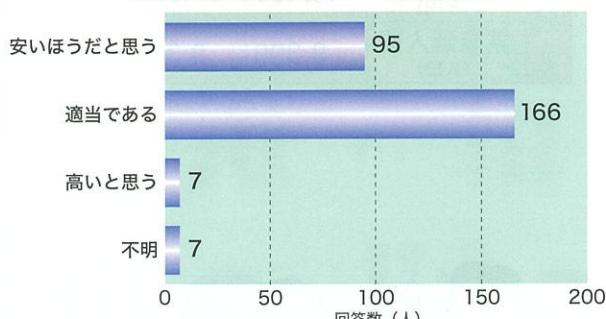
### ご利用のきっかけ(複数回答)



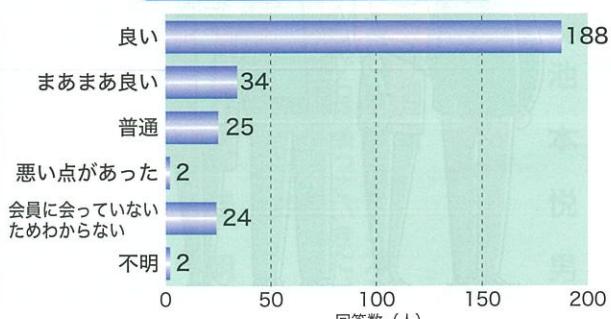
### 仕事の出来ばえ



### 仕事の請求金額



### 就業会員のマナー



# 第5次中期事業基本計画策定!

令和3年度は「第4次中期事業基本計画」の最終年度に当たるため、今後5年間の本センターの活動方針を示す「第5次中期事業基本計画」を新たに策定しました。会員、役員及び職員が力を合わせ、目標の達成を目指していきましょう。

## 計画策定の趣旨

第5次中期事業基本計画は、就業を通じて地域社会に貢献する組織づくり、就業機会の拡大、会員の拡大及び会員の能力や資質の向上並びに財政運営の健全化を目的とし、鳥取市シルバー人材センターの活動の指針とするものです。この中期計画の策定に当たっては、「自主・自立・共働・共助」の基本理念のもとに、地域の経済状況や雇用の状況、社会システムの変化に対応したセンターの基本方針を示して、具体的な目標を設定します。

## 中期計画の期間

○中期計画の期間  
令和4年度～令和8年度（5年間）

## 中期計画の推進方法

(1) 会員数、就業率、受託事業及び派遣事業に係る各年度の目標値  
中期計画を達成するため、計画期間の各年度に数値目標を設定し、会員、役員及び職員が一体となって、活動を開拓し、年々ごとに検証していきます。

区分	年 度	4年度	5年度	6年度	7年度	8年度
会員数(人)	702	705	708	711	714	
就業率(%)	91.4	91.5	91.6	91.7	91.8	
受託事業	受注件数(件)	5,440	5,450	5,460	5,470	5,480
	契約高(千円)	249,200	250,200	251,200	252,200	253,200
	就業延人員(人日)	54,240	54,720	55,210	55,700	56,200
派遣事業	受注件数(件)	75	78	81	85	89
	契約高(千円)	49,400	51,300	53,300	55,400	57,500
	就業延人員(人日)	9,300	9,390	9,490	9,590	9,690

(2)

## 財政運営の方針

○令和5年10月から適用される適格請求書等保存方式（インボイス制度）に対応するため、事務費率の引き上げ等により資金を確保するとともに、発注者となる市民の利用代金の負担軽減の方策について、鳥取市と協議していきます。

○収支相償の原則を維持しつつ、財政運営の健全化に向けて、「収支相償の不適合」による剩余金の有効な活用方法や法人会計の適切な運営を検討していきます。

○鳥取市と連携を図り、財政基盤を確立して高齢者に就業機会を提供し、健康で生きがいのある生活を実現していくことを目指します。



## 健康講座

### もっと元気に! パーソナルカラーを みつけよう

9月16日(木)、女性部主催行事として、元気に前向きに過ごすためにカラーの魅力を知り活用術を学ぼうとカラリストの遠藤紀久代さんをお招きし健康講座を開催しました。

初めに「パーソナルカラー」とは何か、次に、色の性質や効果について説明していただきました。その後、色見本を顔に近づけた時、色による印象の違いを実際にみることで自分に似合う色を自己分析し、各自が自身のイメージを描きました。人の印象は視覚からの情報が大半を占めるそうです。カラーを意識することで魅力が引き出せるかもしれません。また、自分を見つめ直す機会にもなったとの声も聞かれ、多くの気づきがあった講習会でした。



#### 受講者の声

- 年齢とともに自分に似合う色も分からなくなってきたので、参考になりました。
- 色によって他人からどのように見られるのかが分かりました。

## 家庭内清掃講習会

10月13日(水)、株さんびるの林真弓さん、井中真知子さんを講師としてお招きし、家庭内清掃講習会を開催しました。

今回の講習会は、日頃清掃作業をする会員から清掃時の洗剤の選び方、掃除の手順等、どうしたらきれいに仕上がるか、作業が進めやすいかと話題に上がることがあり、疑問を解決しようと福祉・家事援助サービス班が企画しました。

当日は、洗剤の液性には酸性、中性、アルカリ性などがあり、汚れや材質にあわせて使用することが重要であるといった洗剤の基礎知識を学び、また、掃除道具を適切に使用することできれいに仕上がるとアドバイスもいただきました。この講習会を受講し、正しい知識を身につけたことで、今よりもストレスなく作業ができ、今後掃除をするのが楽しみになったようです。



#### 受講者の声

- 洗剤の特性を教えていただいたのが勉強になりました。
- 洗剤の知識が広がって良かったです。
- これからの仕事の参考になりました。

## 剪定講習会

10月27日(水)、28日(木)の2日間、株渡辺造園の伊藤亨氏を講師に迎え、湖東中学校を会場として剪定講習会を開催しました。一般の方も含め11名の参加がありました。

初めに安全装備の基礎を学んだ後、剪定ばさみの種類や用途、各種樹木の剪定時期や剪定方法を教えていただきました。

基礎学習が終わり、講師やアシスタントの丁寧な指導や助言のもと、実際にはさみを持ち希望する樹木の剪定を行いました。

松の剪定を希望する受講者が多く、疑問に思ったことを質問したり、休憩時間も剪定の技術や庭木の管理について参加者同士で情報交換をしたりと活気にあふれた講習会となりました。

今後も当センターでは、剪定作業の技術向上のため剪定講習会を開催する予定です。



#### 受講者の声

- 講師の先生やアシスタントの方にたくさんアドバイスをいただきとても参考になりました。
- 詳しく剪定作業を教えていただきました。庭木の作業に生かします。
- 技術の向上のためにと思い受講しました。今後の役に立つことと思います。
- 剪定仲間を探すのに大変役に立ちました。



鶏肉とたっぷり野菜の温かいスープです。  
しょうがでおいしく漬塩し、  
さらに体温キープで免疫力アップ!

#### 1人分の栄養価

- エネルギー 177kcal
- たんぱく質 12.3g
- 脂質 11.9g
- 食塩相当量 0.8g

## 鶏肉と白菜のしょうがスープ

#### 材 料(4人分)

鶏もも肉	1枚 (260g)	水	4.5カップ
白菜	300g	鶏がらスープの素(顆粒)	大さじ1
長ねぎ	1/2本	しょうが(千切り)	1かけ
えのきだけ	1/2束	酒	小さじ1
		塩	小さじ1/2
		こしょう	少々



- ① 鶏肉は一口大に切る。白菜は縦半分に切り、一口大のそぎ切りにする。長ねぎは斜めの薄切りにする。えのきはいしづきを取り、半分の長さに切る。
- ② 鍋に分量の水、鶏がらスープの素、鶏肉、しょうが、酒を入れて火にかけ、煮立ったら少し火を弱め、あくをすくう。
- ③ 白菜の軸を加え、弱火で6~7分煮る。白菜の葉先、長ねぎ、えのきを入れてさらに3分煮て、塩、こしょうで味を調える。

生活習慣病予防・重症化予防のための  
栄養教室や相談をお受けします。

鳥取市保健所 健康・子育て推進課食育推進係(富安2丁目138-4 駅南庁舎1階) TEL 0857-30-8582  
鳥取東保健センター(国府町宮下1221 国府町総合支所1階) TEL 0857-25-5008

## 高齢者就業相談日

### ★対象者

◎一般の方（60歳以上で就業を希望されている方）  
就業に関するご相談

### ◎シルバー会員の方

現在就業中で悩みをお持ちの方  
就業の機会がまだない方  
就業に関する要望等



### ●毎月第4木曜日（予約制）

午後1時30分～3時30分

※前日までに電話予約のうえ、ご利用ください。

令和4年 1月27日(木) 令和4年 5月26日(木)  
2月24日(木) 6月23日(木)  
3月24日(木) 7月28日(木)  
4月28日(木)

上記相談日に限らず、  
電話、窓口でも隨時ご相談をお受けしています。

※マスクの着用をお願いします。

### 講習会の予定

#### 襖・障子・ 網戸張替講習会

受講料無料 定員20名



●日程 令和4年2月中旬頃

●場所 鳥取市シルバー人材センター（作業室）

●講師 会員講師

★作業ができる服装・弁当持参・マスク着用

会員の方はもちろん、会員以外の高齢者の方も  
是非ご参加下さい

※講習会についてのお問い合わせ、お申込みは  
事務局（TEL 22-0050）までお願いします。  
新型コロナウィルス感染症の拡大状況により中止  
する場合もあります。

### 編集後記

一昨年、昨年とコロナ禍で外出する機会が減り、自宅に居る時間が多くなってしまいましたが、櫻谿公園に出かけた時に、早朝から夕方まで、多くの人達が本陣山に登るのを見て一念発起、私も登ってみることにしました。

続けていくうちに、顔見知りの人も増え、談笑しながら連れ立って行くこともあります。

春から夏は色々な花の名前を教えてもらったり、秋はアケビを見つけたり、雪が積もった冬の山道も少し怖いですが楽しいです。そして、天気に恵まれれば大山もきれいで見え得した気分になります。

遠くに出かけなくても皆さんの身近なところにも、四季の景色を楽しみながらウォーキングができる場所があるのではないかでしょうか。

冬には冬の楽しさがあります。今日から早速お出かけしてみてはいかがでしょう。（U.N）

## 会員募集

60歳以上の方

私たちと一緒に働いてみませんか？



シルバー人材センターは、家庭・企業・公共団体等から、高齢者にふさわしい仕事を引き受け、ライフスタイルに合わせたお仕事を会員に提供しています。

鳥取市にお住まいの、健康で働く意欲のある60歳以上で、センターの趣旨に賛同する方であれば、どなたでも会員になります。

会員になって働いてみたいけど「できる仕事があるかなあ」「自信がないなあ」と心配されずに、まずは説明会にご参加ください。

### 入会説明会

話を聞くだけでも  
かまいません。  
お気軽に  
ご参加ください。

#### ●毎月第2・第4火曜日

午後2時から（約1時間程度）

※予約不要（祝日にあたる場合は翌日になります。）

#### ●場所 鳥取市シルバー人材センター 研修室

令和4年 1月11日(火)・25日(火)

2月8日(火)・22日(火)

3月8日(火)・22日(火)

4月12日(火)・26日(火)

5月10日(火)・24日(火)

6月14日(火)・28日(火)

※マスクの着用をお願いします。



鳥取市シルバー人材センター  
(高齢者福祉センター内)



公益社団法人 鳥取市シルバー人材センター  
TEL 0857-22-0050 FAX 0857-22-0051 E-mail:tottori@sjc.ne.jp https://www.tottori-sjc.or.jp

