

シルボンヌ



活動が自身の
学びにつながる

静岡県 富士市シルバー人材センター

望月 芳子さん

70代

職種

各種講座等の指導
(市民向け講座で足半草履の製作指導)

◆シルバーへのきっかけ◆

既入会会員(友人)から、「市民向け講座の手伝いをしてくれない?」とお誘いの一言があり、講師補助に興味や関心があったので入会させていただきました。

◇入って良かった事◇

人に教えることで、自分自身が勉強になります。作品が仕上がった時の笑顔で自分自身が癒されます。指導に当たり、仲間で意見を出し合い工夫する楽しさも覚えました。

◆今の楽しみ◆

皆様に役に立つこと喜んでいただけることを考え、伝えていきたいです。(洋服等の端切れを利用した小物作りのほか着付け、三味線、民謡の教授免許有り)

愛知県 西尾市シルバー人材センター

鈴木 智恵子さん

60代

趣味を
活かした仕事を!

職種

指定管理施設内(歴史公園 旧近衛邸)
呈茶業務

◆シルバーへのきっかけ◆

シルバーの仕事の中に「抹茶呈茶」があり、趣味で続けている茶道経験を生かした仕事ができると思い入会しました。

◇入って良かった事◇

会員同士の交流があり仲間の輪が広がっていること、地域の歴史や文化など学びがあること、呈茶の仕事にやりがいを感じる事など多数あります。

◆今の楽しみ◆

茶道研究会で、茶の湯の歴史や道具について深掘りをしています。その時代を思い描いて、歴史に遊ぶ時間を楽しんでいます。毎月集まることに感謝です。



チャレンジと
やりがい!

三重県 志摩市シルバー人材センター

大村 弘子さん

60代

職種

除草と植栽作業

◆シルバーへのきっかけ◆

限られた仕事だけではなく、いろんなことにチャレンジ出来て、やりがいがあると思い入会を決めました。

◇入って良かった事◇

静岡県浜松市からの移住者です。地元の人と親しくなれ、情報共有ができるようになりました。

◆今の楽しみ◆

シルバーでの仕事が、今、一番楽しいです。就業環境が、自分に合っていると思います。



社会貢献を
目標に

滋賀県 大津市シルバー人材センター

矢吹 淑子さん

70代

職種

バラ園の管理

◆ シルバーへのきっかけ ◆

夫に誘われ、近くの市民センターで入会説明会を受講。どんな仕事があるのかもわかりませんでしたが、社会貢献を目標に、何でも挑戦しようと思っていました。

◇ 入って良かった事 ◇

シルバーの活動を通じて、沢山の仲間ができました。仕事で体を動かすことは健康維持に繋がっています。また、バラ園に来場される方の笑顔は私に元気をくれます。

◆ 今の楽しみ ◆

孫の成長を楽しみにする一方で、バラ園の来場者にさらに喜んでいただけるようにするため、仲間とバラの種類や最適な手入れ方法を学び、考えることが楽しみです。

兵庫県 芦屋市シルバー人材センター

檜田 隆子さん

60代

一緒に頑張れる
仲間との出会い

職種

傾聴活動
(高齢者のお話し相手・回想法の実施・傾聴講座の講師)

◆ シルバーへのきっかけ ◆

定年後社会の繋がりがほとんど無くなり自身の存在すらあやふやな毎日でした。何かしたい!何かしなくちゃ!ともがいていた時にシルバーを知り、即入会しました。

◇ 入って良かった事 ◇

傾聴の仕事と仲間に出会えたこと。傾聴のスキルを維持するために学習を続けていますが、一緒に頑張る仲間がいる事が大きな励みになっています。

◆ 今の楽しみ ◆

シルバーで知り合った人達と、リコーダーとオカリナの演奏を楽しんでいます。



良い出会いと
生きがいと

奈良県 桜井市シルバー人材センター

澤 順子さん

80代

職種

三輪明神大神神社でご朱印帳への
記帳・捺印・授与品の対応業務

◆ シルバーへのきっかけ ◆

今まで培った経験を活かし人の役に立つことが出来ればよい、又、良い出会いがあれば楽しいだろうなと思い入会しました。

◇ 入って良かった事 ◇

シルバーの仕事や集まりを通じて、たくさんの方々と出会い友人が増えました。又、自分に合った仕事につけて良かったです。

◆ 今の楽しみ ◆

友人や職場の方々とお話すること、仕事をすることで生きがいを感じれること。

シルボンヌ



色々な初めての
チャレンジ!

和歌山県 海南市シルバー人材センター

赤井 明美さん

70代

職種

老人保健施設でのシーツ交換(最大28床)・
備品補充業務

◆ シルバーへのきっかけ ◆

夫が入会していて、誘われたためです。

◇ 入って良かった事 ◇

今まで経験してこなかったような初めての職種にチャレンジできたこと。なにより仕事を通じてこれまで出会えなかったであろう人たちとの出会えたことがよかったです。

◆ 今の楽しみ ◆

昔の友達(バレーボールを通して知り合った)とのたまの食事会。

鳥取県 南部広域シルバー人材センター

西川 美智子さん

60代

同年代と
花咲く会話

職種

とっとり花回廊での花の植え付け、
花柄摘み、抜取り廃棄、除草作業

◆ シルバーへのきっかけ ◆

主人が先にシルバー人材センターに入っており、シルバー人材センターの所長さんから勧められ入会しました。

◇ 入って良かった事 ◇

一年中きれいな花が楽しめ、花の種類も覚えられました。同年代の人ばかりで、共通の話題があり楽しいです。

◆ 今の楽しみ ◆

毎日の仕事も楽しめて出来るし、友人との家の話や食事など楽しく生活できています。



趣味に仕事に
楽しい毎日!

岡山県 浅口市シルバー人材センター

田中 むつ子さん

70代

職種

干し柿作り

◆ シルバーへのきっかけ ◆

時間的に余裕ができたので、自分も登録して仲間と一緒に楽しみたいと思い入会しました。

◇ 入って良かった事 ◇

仕事などを通じて多くの人と知り合うことができ、いろんな人に声をかけられることが多くなって楽しく過ごせていることです。

◆ 今の楽しみ ◆

グラウンドゴルフ大会へ出たり趣味の手芸を習いに行ったりすることです。



ありがとうの一言が喜びに。

広島県 江田島市シルバー人材センター

香川 裕子さん

60代

職種

障子・襖張替作業

◆ シルバーへのきっかけ ◆

主人が先に入会し、障子・襖張替作業に従事していました。事務局にも勧められ、それを手伝う形で、入会しました。

◇ 入って良かった事 ◇

障子・襖張替作業をして搬入時に、お客様に「ありがとう」と感謝されることです。また、多くのシルバー会員仲間と知り合えたことです。

◆ 今の楽しみ ◆

親代々のみかん畑があるので、楽しみながら(絶やさぬよう)作業しています。

山口県 山口市シルバー人材センター

吉永 ヒロ子さん

70代

新しい知識が新しい楽しみに。



職種

植木剪定

◆ シルバーへのきっかけ ◆

会員の方から「退職したらシルバーに来ないか」と誘われたのがきっかけです。

◇ 入って良かった事 ◇

剪定の技術と知識を身につける事が出来ました。男性と女性で力は違いますが、チームで助け合いながら仕事を仕上げている喜びを日々体験しています。

◆ 今の楽しみ ◆

剪定技術を磨くには数をこなす事が一番ですが、よそ様のお庭を扨越に拝見しながらの散歩や観光地の庭園巡りで目と心を養い、シルバー世代を楽しんでいます。



自分の時間と両立できる!

徳島県 徳島市シルバー人材センター

橋本 敬子さん

70代

職種

阿波おどり会館 ロープウェイ受付業務

◆ シルバーへのきっかけ ◆

退職後、母の介護をしながら週1回のサークルに参加していた時、友達からシルバー人材センター入会を勧められ、説明会に参加して登録会員となりました。

◇ 入って良かった事 ◇

月10日程働き、自分の時間が持てる今は仕事も楽しく、会員の皆様とも仲良くなり、今日(用)今日(行く)場所があります。とにかく元気になれることが感謝です。

◆ 今の楽しみ ◆

人生100年時代に向けて、私の楽しみはウォーキングとゴルフで健康管理をし、サウナでリフレッシュすること、そして家族の為に美味しい食事を作ることです。

シルボンヌ



健康面も改善!?

香川県 坂出市シルバー人材センター

中上 美代子さん

80代

職種

香風園休憩所管理
(指定文化財の公園休憩所でのお茶等の接待)

◆ シルバーへのきっかけ ◆

退職してから1年間は何もせず自宅で居たのですが、暇な日常に耐えられずシルバーに入会しました。

◇ 入って良かった事 ◇

入会後すぐ就業先が決まり仕事に行くことで健康面の不調が改善されてお茶を飲みに来てくれる常連さんの会話を聞くことで知識を得られるし友達の輪も広がりました。

◇ 今の楽しみ ◇

細かいことを気にせず、子供に頼らず、よく笑い、時々友人と日帰り旅行を楽しむことです。

高知県 嶺北シルバー人材センター

右城 勝子さん

70代

夫婦ともに
幸せな毎日を。

職種

学校用務員

◆ シルバーへのきっかけ ◆

友人に誘われて入会しました。

◇ 入って良かった事 ◇

私生活でも農作業などの仕事をしますが、シルバーの用務員の業務は、生徒の皆さんの食や環境美化に関わる仕事で、楽しくやりがいもあり大変充実しています。

◇ 今の楽しみ ◇

今年、金婚式を迎えました。夫婦ともに元気で仕事ができることが幸せです。一日の仕事を終えて一緒に晩酌をする事も楽しみの一つです。

自分の時間に
合わせて
仕事を選べる!

福岡県 粕屋町シルバー人材センター

白水 浩美さん

60代

職種

広告モデル、忠霊塔清掃、空家管理(除草)

◆ シルバーへのきっかけ ◆

ランニングコースである公園の清掃をシルバーさんがやっているのに関心がありました。

◇ 入って良かった事 ◇

自分の時間にあわせて仕事を選べることです。サークルや講習会に参加して毎日が充実できてます。

◇ 今の楽しみ ◇

フルマラソンで3時間半を切って年代別優勝を果たすことです。



喜ばれる
嬉しさ

佐賀県 鳥栖市シルバー人材センター

80代

山津 弥生さん

職種

リフォーム教室の先生
(和服や帯を洋服やバッグ等にリフォーム)

◆ シルバーへのきっかけ ◆

前任者が体調不良により辞められて、その後任として生徒さんから推薦があり、会員となり、シルバー人材センターのリフォーム教室の先生となりました。

◇ 入って良かった事 ◇

着る機会の少なくなった着物を生徒さん自身がリフォームした洋服を着て喜ばれていることで、「やって良かった。」

◇ 今の楽しみ ◇

地域の卓球クラブに所属し、仲間と週2回の練習で、しっかり身体を動かし汗を流し、お喋りすることが今の楽しみです。

長崎県 長与・時津シルバー人材センター

60代

今井 清香さん

職種

家庭内清掃、農園作業

新しい体験に、
新たな友達。



◆ シルバーへのきっかけ ◆

何もしないで家の中にいると「ボケ」してしまうかとも思い、外に出て活動し、社会とのつながりを持つためにも、シルバーに登録しました。

◇ 入って良かった事 ◇

仕事以外にも、シルバー農園での農作業や、理事としての活動など、今までに経験したことがないようなことをたくさん経験でき、新たな友達も増えたこと。

◇ 今の楽しみ ◇

シルバーに入って毎日何かと外出が多くなり、趣味も増えました。シルバー農園にいろんな野菜を植えているので、季節ごとに収穫するのが楽しみです。



楽しい気持ちで
働く毎日!

熊本県 大津町シルバー人材センター

60代

中村 睦子さん

職種

大津市ビジターセンター(JR大津駅内)観光・交通機関等案内

◆ シルバーへのきっかけ ◆

週2~3日の勤務で半日の短時間なので負担も少なく、楽しい気持ちで働けるからです。

◇ 入って良かった事 ◇

様々な環境に接したり、知らない風景に日々勉強で悪戦苦闘しながら老化防止に励んでいます。

◇ 今の楽しみ ◇

最近は海外からの旅行者も増えて、「今日はどこの国、何語かな」とドキドキでお客様を迎える時です。

シルボンヌ



サークル活動の
交流が楽しみ

大分県 宇佐市シルバー人材センター

高月 弥生さん

70代

職
種

公民館の管理、コロッケ作り(月に1度)

◆シルバーへのきっかけ◆

「観光ガイド養成講習会」を受講後入会しました。

◇入って良かった事◇

今迄に出会ってきた(仕事や子育てを通じて)人々とは違う仲間との出会いがあります。

◆今の楽しみ◆

センター主催のサークル活動(手芸の会、焼酎の会)等での交流が楽しみです。
また、四国八十八か所巡りをリピートしています。

宮崎県 綾町シルバー人材センター

末山 美代子さん

70代

活き活きた
姿に後押しされて

職
種

にこにこ子ども食堂(調理、配膳)

◆シルバーへのきっかけ◆

皆、活き活きとした表情で頑張っている姿をみて、自分もまたいろんなことに挑戦したい。今からでも若返りたいという気持ちで入会しました。

◇入って良かった事◇

色々な人に出会いグランドゴルフをしたり、寄せ植えをしたり心も体も喜ぶ活動ができ、活き活きとした人生が送れそうでよかったです。

◆今の楽しみ◆

子ども食堂で今まで得た知識を活かし、少しでも皆に喜んでもらえる食事を提供したいです。

元気なうちに
できることを!

鹿児島県 霧島市シルバー人材センター

窪田 久子さん

80代

職
種

食事作り(一般家庭)、病院付添

◆シルバーへのきっかけ◆

私自身も高齢になり、元気なうちに地域のために役立ちたい、また、時代に取り残されたくないと思慮したとき、シルバーセンターのことを知ったのがきっかけです。

◇入って良かった事◇

日々の過ごし方に、めり張りが生まれ、色んな人と巡り会うことに感謝しています。

◆今の楽しみ◆

仕事先の子供の成長を感じる時。そして何より笑うことが多くなったような気がします。

沖縄県 豊見城市シルバー人材センター

安谷屋 富士子さん

70代

子どもとの
関わりが元気に
つながる

職
種

屋外清掃作業、放課後子ども教室、学童補助(派遣)

◆シルバーへのきっかけ◆

歌が好きでシルバー人材センターのカラオケサークルに飛び入りで参加していた事がきっかけで賛助会員2年間を経て、正会員となりました。

◇入って良かった事◇

平成22年入会で会員番号がラッキーなことに「555」で、学童補助など子供達と関わることで心身ともに若返り、今年は理事を務め第二の人生を謳歌しています。

◆今の楽しみ◆

市図書館で毎週金曜日に「しまくとぅば研究会」を行い、仲間も増え、ワイワイ楽しく勉強しており、シルバー主催のイベントにも参加し、エンジョイしています。

会員の活動紹介やイベントの案内等



Instagram

Instagramで 情報発信!



シルボンヌ
活躍中!

全国各地の様々な場所で地域の笑顔を支えています!
紹介しているセンター以外でもInstagramを活用した
情報発信を行っています♪開設増加中!

enlwa_sc
恵庭市

北海道

駅前の花壇草取奉仕作業

01

恵庭市SC
[enlwa_sc]



shikama_sc
色麻町

宮城県

手作り台車(草取り)

02

色麻町SC
[shikama_sc]



sjc_utunomiya
宇都宮市

栃木県

女性会員のお仕事紹介(施設管理)

03

宇都宮市SC
[sjc_utunomiya]



sjc3221
白岡市

埼玉県

フェルト人形

04

白岡市SC
[sjc3221]



hadano_silver
秦野市

神奈川県

スレップははじめます

05

秦野市SC
[hadano_silver]



sakai.sjc1350

福井県

女性限定入会説明会

06

坂井市SC
[sakai.sjc1350]



愛知県

tomo.chiryu

かわいいキッチンセット

キッチンセット

知立市SC
[tomo.chiryu]



大阪府

kadomasilver

蓮(レンコン)雑貨

門真市SC
[kadomasilver]



兵庫県

itamisilver

児童クラブ昼食

伊丹市SC
[itamisilver]



奈良県

gose_sjc

御所市シルバー人材センター

カフェ開催

御所市SC
[gose_sjc]



広島県

kaita_sc

託児施設20周年

海田町SC
[kaita_sc]



宮崎県

nobeoka.sjc
延岡市シルバー人材センター

マルシェ(広報活動)

延岡市SC
[nobeoka.sjc]



鹿児島県

kagoshima_sjc

ひまわり劇団「ひよっこ」

鹿児島市SC
[kagoshima_sjc]



福岡県

silbonnefukuoka

シルボンヌ紹介

福岡県連合会
[silbonnefukuoka]



編集 公益社団法人福岡県シルバー人材センター連合会
発行 2023年11月

公益社団法人

全国シルバー人材センター事業協会

TEL 03-5665-8011(代) FAX 03-5665-8021

E-mail zsk@sjc.ne.jp URL <https://zsjc.or.jp>

公式サイト

