



公益社団法人 福井市シルバー人材センター
〒910-0018 福井市田原1丁目13-6 フェニックスプラザ2階
TEL.0776(27)0701/FAX.0776(27)0779
E-mail: genkikun@sjc.ne.jp

清水・越廼支所
〒910-3622 福井市風巻町20-17 福井市きらら館内
TEL.0776(98)5590/FAX.0776(97)8009

美山支所 〒910-2351 福井市美山町6-6
TEL.0776(90)1560/FAX.0776(90)1561

ワークプラザ 〒910-0017 福井市文京1-26-10
TEL.0776(27)0801/FAX.0776(27)0192

あじさい

会員数(令和7年6月30日現在) 男性 1,108名 女性 1,031名 合計 2,139名

シルバーで やりがい 生きがい いい出会い



通所介護施設「ひだまりの家」

ひだまりの家で 農園体験

福井市シルバー人材センターの通所介護施設「ひだまりの家」(福井市大宮2丁目)で5月22日、施設利用者の高齢者と子どもたちが、「ひだまり農園」と名付けて野菜などの苗を植える体験をして楽しい時間を過ごしました。

施設では、収穫した野菜などを調理して利用者のみなさんで食べる予定です。



「ひだまり農園」でカボチャやサツマイモの苗植え



アサガオの
苗などを植える
子どもたち



ゴーヤやパプリカ
などの苗を植える
施設利用者のみなさん

公益社団法人 福井市シルバー人材センター

会員 誓いの言葉

- 1.わたくしたちは 身体を大切にいたします
- 2.わたくしたちは あたたかい家庭をつくります
- 3.わたくしたちは 手助けを必要とする方々のために働きます
- 4.わたくしたちは 趣味を持ち心豊かにくらしします
- 5.わたくしたちは このまちを大切にします



げんきくん

目次

- P1・ひだまりの家紹介
- P2・第45回 通常総会開催
- P3・20年表彰おめでとうございます
- P4~5・福井市シルバー人材センター介護保険事業所 特集
- P6~7・就業風景
ソーイング・リサイクルショップげんきくん・ふれあいサロンげんきくん・ふくい桜マラソン
- P8・諸行事
安全適正就業大会・女性セミナー・パネル展・会員ブロック研修
- P9・互助会だより
園芸大会・健康麻雀大会・ボーリング大会・卓球クラブオープン大会
- P10・賛助会員ご芳名・事務局便り・編集後記

シルバーの基本理念：自主・自立、共働・共助

第45回通常総会 in フェニックス・プラザ小ホール

令和7年6月18日(木)、第45回通常総会が開かれました。約220人の会員が参加し、西行福井市長並びに田中福井市議会議長をはじめとする来賓の方々に来ていただき、盛大に開催されました。まず初めに、シルバーセンターで長年活躍された会員の方の永年表彰、また年間3名以上の新規会員を紹介して頂いた会員4名の表彰が行われました。表彰を受けられた皆様、おめでとうございます。

その後議案の審議に移りました。今年度の議案①令和6年度事業報告について②令和6年度決算について③令和7年度役員の選任について、いずれも賛成多数で可決されました。そして理事会が開催され、清水新理事長が就任されました。

■理事長退任の挨拶

中川 康正



退任に当り一言ご挨拶申し上げます。この度総会に於いて無事理事長の重責を終えることが出来ました。これも一重に役職員・会員の皆様のご協力、ご支援の賜と感謝申し上げます。さて、今日100年時代と言われております。今後シルバー人材センターはなお一層高く評価され皆様会員にとっても益々活躍出来るものと期待しております。私もこれから一会員として頑張っていきたいと思っております。よろしくお願い申し上げます。

最後に、福井市シルバー人材センターのご発展と、役職員・会員の皆様のご健勝とご活躍を心よりご祈念申し上げ、退任のあいさつとさせていただきます。本当にありがとうございました。

■新理事長就任の挨拶

清水 拓



歴史ある福井市シルバー人材センターの理事長に選任されましたことは、身に余る光栄でありますと同時に、その職の重さに身の引き締まる思いをしているところでございます。福井市シルバー人材センターは、今年度から5年間の計画期間とする「第6次中期計画」に基づき各種事業を進めることとしております。当センターのキャッチフレーズであります、「シルバーで やりがい 生きがい いい出会い」のとおり、会員がいつも笑顔で生きがいをもって就業し、また会員相互の交流・親睦を通じて楽しい場所となるよう、魅力あるセンターづくりに、会員をはじめ役職員などあらゆる関係者が相互に密接な連携を図りながら、計画に沿って着実に事業を展開してまいります。

私、もとより微力ではございますが、これまでに行政で培いました経験を生かし、また、皆様方からのご助言、ご協力を仰ぎながら、役員一同、当センターの更なる発展に向け、全身全霊で取り組んでいく決意でございます。どうぞ、皆様方のあたたかいご理解とご協力を心からお願い申し上げます。

■役員紹介



新任
理事長
清水 拓



副理事長
山本 靖夫
(総務・会員拡大委員会
ふれあいまつり実行部会)



新任
常務理事
乙部 泰三



理事
安野 由紀
(就業開拓委員会
子育て・生活支援部会)



理事
山田 智恵
(総務・会員拡大委員会
介護・生活支援部会)



理事
朝倉 由美子
(地区組織活性化検討委員会
総務・会員拡大委員会
介護・生活支援部会)



理事
木村 一夫
(安全・適正就業委員会
ふれあいまつり実行部会)



理事
木村 芳秀
(安全・適正就業委員会
各職群班担当)



新任
理事
岡田 泰治
(総務・会員拡大委員会
機関紙編集部会)



新任
理事
竹内 早苗
(地区組織活性化検討委員会
ふれあいまつり実行部会)



新任
理事
山口 良伸
(就業開拓委員会)



新任
監事
菅谷 康裕

関係団体より

【理事】 福井市商工労働部 部長	黒田 慶廣
福井商工会議所 理事・事務局長	藤川 博史
【監事】 福井市商工労政課 課長	堀 晃一郎

20年表彰おめでとうございます

社 南 東 清治さん

シルバーから仕事を紹介してもらい、現在に至ります。これからも社会の為、自分の健康の為、続けていきたいと思っています。

足 羽 今村昭夫さん

しばらくではあったが、就労機会を頂いたことで、悩み事など話し合える新しい仲間ができたこと。

松 本 梅田順子さん

振り返れば20年！
入会と同時に販売の仕事をしていただき、オーナーさんと開催日には毎回楽しく働かせていただきました。今はコロナで中止になりましたが、健康で働くことができました。ありがとうございました。

豊 兼 八小夜子さん

自分の得意分野で働ける場所ができ、たくさんの人達との出会いがありました。利用者様にも喜ばれ、ありがとうと言ってもらえる時は、とてもやりがいを感じます。自分も健康に過ごせて感謝しています。

麻生津 北 勝利さん

定年退職を迎えて、日々どのように過ごすかと考え、体も頭も使えるようにと入会致しました。派遣先の職務との関係で、体はそれほど使いませんでしたが、ボケ防止にはなったかと。

旭 北嶋 彰さん

理事長・役職員の皆様、地区担当班長及び会員の方々のお力添えにより永きに亘り就業することができました。(遺跡発掘作業、花火大会後の清掃) 厚く御礼申し上げます。

東安居 小林陣也さん

60歳で定年。妻は仕事、気づいたら話し相手が一人もいない、何をしたらいいのかわからない、これではダメだと思い、シルバーにお世話になりました。今はとても楽しく働いています。

明 新 竹内重子さん

多くの人との出会いがあり、人と人とのつながりが大事であることを心に、20年良い時を過ごせたことに感謝しています。ありがとうございました。

社 南 中川堯靖さん

シルバーに入会してよかったのは、仕事の仲間の人達、皆さんどなたも非常に真面目であることです。良き人生を全うされるのではないのでしょうか。退会する気はありません。自分に合った催し物に参加させていただき、ありがたく存じます。

美 山 橋詰国雄さん

よくぞ20年。振り返ればこの間、健康にも恵まれ、周りの方々にも支えられ、ここまでシルバーの会員として一生懸命仕事をさせていただきました。本当に感謝です。互助会の行事にも参加させてもらい楽しかったです。

鶉 増田治重さん

シルバーに入会していたお陰で、「約束を守る・時間を守る」を厳守できました。80歳迄元気に過ごせました。大変感謝しています。

西藤島 町原元子さん

仕事を通じて色々なことを教えてもらったこと。
小規模多機能の施設で退院時、医師にもう起立歩行が出来ないと言われた利用者様が、両脇を支えることで室内歩行、階段の上り降りが出来るようになったこと。利用者様と桜の花の下等で、童謡を歌ったり、手遊びしたこと。

安 居 宮下弘子さん

シルバーセンターに入会して良かったことは、長い間仕事ができたと。病気の時は休みながら仕事ができよかった。初めての仕事で訪問介護の利用者様が家で具合が悪くなった時、びっくりして事務所に電話した事もありました。仕事を通して良い友達や先輩に恵まれて今はとっても楽しい人生です。

(他10名の皆様)



永年20年表彰



永年15年表彰



永年10年表彰

福井市シルバー人材センター介護保険事業所



デイサービス 「ひだまりの家」

こどもたちの笑い声のあるあたたかい雰囲気で、
自宅にいるようにくつろげる小規模なデイサービス

広い庭には、桜や梅、柿、栗など様々な木々が100本以上植えられており、
花見や梅干しづくり、干し柿づくりなど豊かな環境を生かした昔ながらの
楽しみを体験できます。何よりスタッフはシルバー人材センターの会員な
ので、経験豊かな上に利用者と年齢が近いからこそ配慮や心のこもった
サービスを提供しています。



福井市大宮2-18-25 ☎0776-26-5478

デイサービス「ひだまりの家」の5つの特徴

自然豊かな環境



子どもたちの笑顔がいっぱい
(認可外保育施設と併設)



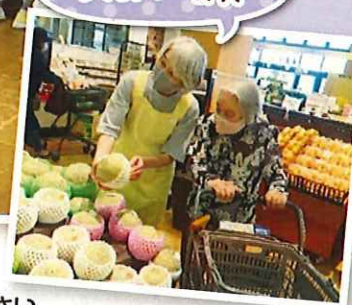
手作りの家庭料理
おやつ



楽しいレクリエーションや
個別機能訓練



スタッフは
シルバー会員



☆利用には、介護保険の認定が必要です。

ご希望の方は、**ひだまりの家 ☎26-5478**、**介護保険事業所 ☎27-0180** にご相談下さい。

デイサービス「ひだまりの家」のある日



1 送迎車でご自宅にお迎え



2 朝のバイタルチェック・朝礼
看護師による検温・血圧・触診



3 個別機能訓練
スーパーへスタッフと一緒に買い物♪



4 入浴
個浴です



5 嚥下体操
お食事の前の嚥下体操



6 食事・おやつ
調理スタッフ手作りの家庭料理



7 個別機能訓練



8 レクリエーション
チーム対抗戦などのゲーム



9 終礼・送迎車でご帰宅



介護保険のお仕事紹介



●訪問介護

会員のホームヘルパーが利用者の自宅を訪問して、排泄・入浴・食事介助などの身体介護や調理、掃除、洗濯、買い物などの生活援助を行い在宅での暮らしを支援します。シルバー人材センター介護保険事業所の訪問介護（ホームヘルパー）は経験豊富で熟練した会員が対応しています。

●居宅介護

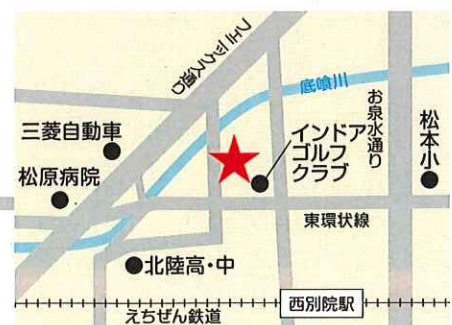
会員のケアマネージャーが利用者の身心の状態、環境に応じて利用者や家族の選択により保健、医療、福祉サービスを受けながら、要介護状態となっても自宅で生活ができるように支援します。

仕事には、初任者研修終了、介護福祉士、介護支援専門員の資格が必要です。
就業希望の方は下記までご相談下さい。

福井市シルバー人材センター介護保険事業所
福井市文京1-26-10 ワークプラザ
☎0776-27-0180



ヘルパー実務者の研修風景（年4回実施）



就業風景

こんなに素敵なもの作っています!!

ソーイング班
「夢工房」

福井市シルバー人材センターのソーイング班「夢工房」では、洋服のお直し、衣装作り、カーテン等のリフォーム、袋物等を依頼を受けて作っています。

今回は結婚式場からの依頼で、永遠の愛を誓う指輪の枕「リングピロー」を紹介します。脇役ではありますが、新郎新婦の前で輝いています。一つひとつ丁寧に作っている会員は、「幸せな気持ちになります」と話していました。

手作り大好きな方、お仕事一緒にしませんか。仕事の相談もおまわしております!



和装用リングピロー



洋装用リングピロー

丁寧にお直ししています



リサイクルショップ
げんきくん

すてないで! まだ使えるものありませんか?

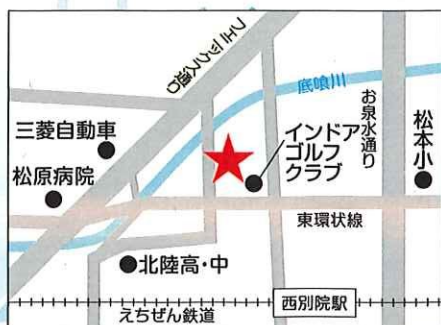
ワークプラザ1階にある「リサイクルショップげんきくん」は、毎週火曜日から土曜日の午前10時~16時開店しています。

一般のご家庭で使わなくなった日用品や衣類などを持ち込んで頂き、福井市シルバー人材センターの会員が委託販売しています。

利用者は、「資源を無駄なく再利用、しかも格安の価格で、何回も利用しています」と話していました。

どなたでも利用できますのでぜひご来店下さい!

タオル・日用雑貨・
洋服など、販売する物を
募集しています



ソーイング「夢工房」・リサイクルショップ「げんきくん」
場所: 福井市シルバー人材センター ワークプラザ
福井市文京 1-26-10 ☎0776-27-0801

駅前で、ほんとひといきしませんか！

「ふれあいサロンげんきくん」は、新栄商店街の中ほどで、シルバー人材センターが15年前から運営しています。午前10時から16時30分まで（休みは火曜日）

会員の日替わり店長は笑顔とあったかい声で迎えます。美味しいコーヒーや飲み物でほんとひといきできる、ゆったりくつろげる、来てよかった、また来たいと思う所にしたいと気配りをしていました。

4・5人が集えるテーブルが2卓、「顔が見える距離で話が広がって楽しい」「似通った年の人が集まって話を聞いてもらえてほっとする」「趣味・趣向が色々あって、おもしろい」「週に一度は顔を出さないと落ち着かない」「ここに来ると元気になる」……。店長の心温まるおもてなしが「げんきくん」をなくてはならない場所にしていました。会員手作りのさをり織のショール・袋・バック・人形なども展示販売しています。



皆さん立ち寄ってください。
待っています！

ふれあいサロン 営業時間のお知らせ

いつもご愛顧ありがとうございます。
営業時間を変更させていただきます。
宜しくお願い致します。

10:00～16:30



今日の店長工藤清美さん、笑顔がすごいです。ざりげなく話に加わって、「顔を見ると元気が出るよ」と言われていました。

3月30日

ふくい桜マラソン2025 今年も仕事にボランティアにと活躍

「風が強く体感的に寒い日だった。橋の上では、旗がなびいて大変だったが、力を合わせて頑張った」「高さを合わせたり、倒れないようにしっかり立てることに気がついた」平野政和さんをはじめ、11人で仕事！

季節外れの寒さと雨！
“がんばって”沿道の応援に
笑顔で手を振ってこたえる
選手たち！

中央公園でランナー誘導
あったかい笑顔と声かけ！
皆さんがんばって



前日、沿道でランナーを出迎える応援のぼり旗設置！まずは新九頭竜橋の54本からスタート。その他9か所で切れ目なく計280本ランナーをカブけました。

マラソン当日は、ボランティアで沿道でのランナー誘導・トイレ誘導案内と活躍しました。知事から、協力に感謝する手紙が届きました。

ふくい桜マラソン2026も開催が予定されています。シルバーもランナーとして、また、ボランティア・仕事・応援に参加し、盛り上げましょう。



御 礼

公益社団法人福井市シルバー人材センター 殿

時下 ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

早速は、ふくい桜マラソンの大会開催にご理解、ご協力も頂いております。申し上げます。

さて、このたびの「ふくい桜マラソン2025」は、夢懸けの走り道にもかわらず県内外から13,485人のランナーにご参加いただき、盛会のうちに終了することができました。

これら以上に大会運営にご協力くださいました企業、団体、多くの市民ボランティアの御協力のおかげであり、ご支援・ご協力もいただいた全ての御機嫌に厚く御礼申し上げます。

当実行委員会としては、ふくい桜マラソン2026をさらに充実した大会とするため、より一層、努力していく所存でございます。今後とも、御機嫌のご支援・ご協力も頂きますようお願い申し上げます。大会終了のご報告とお礼とさせていただきます。

2025年 4月吉日

ふくい桜マラソン実行委員会

会 長 福井県知事

杉本達治

安全適正就業大会

令和7年2月28日(金)フェニックスプラザ小ホールにて「安全適正就業大会」を開催しました。屋外の職群班に属する約100名の会員が参加しました。

まず、損保ジャパンの賠償事故事例やドライブレコーダーでの交通事故の自損事故の映像など衝撃が強いものもありました。

さらに、福井署交通2課長からは、高齢者の交通事故と自転車の運転に関する注意喚起の話があり、会員一人ひとりの意識を変えていかなければいけないと思いました。



自転車の運転には
必ずヘルメットと
反射板を!!

パネル展&おしごと相談会 開催してます!!

令和7年度も、パネル展&おしごと相談会を開催しています。「希望する仕事が見つからない」「職員と直接話しがしたい」など、個別の相談に応じています。

「シルバーセンターはどんな仕事があるの?」気になる方は気軽にパネルだけでも見に来てください。生き生きと仕事をする会員の姿がご覧いただけますよ。

おしごと相談会へのお申込みは、
各会場の開催日の3日前までにお電話ください。

☎ 27-0701



ご来場お待ちしております!

- ・ 5月30日(金) 8:30~14:00 喜ね舎 愛菜館
- ・ 6月20日(金) 10:00~16:00 エルパ1階 シックスフォー前
- ・ 6月25日(水) 10:00~16:00 ショッピングシティ ベル
- ・ 7月8日(火) 10:00~16:00 パリオ1階 スギ薬局前
- ・ 7月23日(水) 9:00~15:00 きらら館



女性セミナー 「おひなまつりコンサート」

令和7年3月19日(水)ワークプラザにて女性セミナーを開催しました。まず、京都市交響楽団 松谷由美氏によるバイオリン演奏でした。優しい響きが心に響き、日々の忙しさを忘れて聴き入ってしまいました。また、バイオリンの構造の話や指揮者体験談などもあり、とても素敵な時間を過ごしました。

次に、終活アドバイザー桑原晴美氏の終活セミナーがあり、県が発行しているエンディングノート「つぐみ」の使い方を教わりました。自分の年を受け止めて、どう旅立つか、どう今後の生活を送るかを考える、為になる時間になりました。



会員研修会

南部第二ブロック

令和7年3月13日(木)、ふくい健康の森 生きがい交流センター研修室にて、会員44名の参加により開催しました。

「高齢者のための交通安全」について、福井南警察署 交通課長の話がありました。車を運転する時は、特に自転車、歩行者に気を付けること、歩行者は、自分の身を守るために夜は蛍光シールを貼って歩くようにとのことでした。

質疑応答も盛んに行われ、大いに盛り上がった研修会でした。



清水・越廼ブロック

令和7年3月15日(土)「きらら館」にて50名の参加により開催しました。

オープニングは「ちび栗太鼓」の演奏で、小学生11名が練習の成果を如何なく披露しました。

次に健康セミナー「家族ぐるみのがん予防〜いつまでも元気で長生きするために〜」では健康の森健康管理協会の松田先生の軽やかな語り口と甘いマスクが会場を魅了しました。

最後に、全員で「ポッチャ」に挑戦し、熱戦を繰り広げました。ポッチャは認知症予防にとっても良いようです。





シルバー囲碁大会

シルバー囲碁大会を、2月26日ワークプラザで開催しました。

年に一度の大会とあって、同好の士12名が集まり、それぞれ申告した段級で戦います。対局が始まると、内なる闘志を胸に秘め、静寂の中、碁石を打つ音だけが響きます。

一戦を終えると、「負けたと思ったのに、4目差で勝てた！」

「ここを落としたのが、痛かったな」「やっぱり実戦不足やな」「目が悪いんで、見落としてしまうんや」「実力以上の出来でうれしいです」と感想戦にも花が咲きます。

最高齢の笠松さん（90歳）、森さん（88歳）も善戦、「これのお陰で元気にいられます」とにっこり。好きなことを楽しむ、これが健康の極意ですね。

有段者の部・優勝 松田隆雄さん、有級者の部・優勝 黒瀬彰三さんおめでとうございます。



シルバー健康麻雀大会

健康麻雀大会を、2月14日ワークプラザで開催しました。

健康麻雀同好会のメンバー24名と一般の会員16名の計40名の参加で皆さん和気あいあいと楽しく競技が進みました。4人一組で半荘4回実施し、合計点数と年齢を考慮して順位を決めます。

優勝は、市村泰さん。去年は2位で今年は念願の優勝です！60年間積み重ねた結果だそうです。健康麻雀は、頭脳を使い、指先も動かすことで認知症予防にもつながります。みなさんもぜひ参加してみたいかがでしょうか。



初開催!

シルバーボーリング大会

2月25日、ウェーブ40にて第1回ボーリング大会が開催され、53名が参加しました。大会は大いに盛り上がり、笑顔あふれる楽しいひとときとなりました。1位から10位とブービー賞に加え、15位から40位までの5位きざみの表彰も用意され、河崎美子さんがスコア342点（2ゲームハンデ付き）で記念すべき初代チャンピオンに見事輝きました！



参加者の感想
またやりたいね！
第二回大会もぜひ
開催してほしい！

卓球クラブオープン大会

昨年4月に発足した『卓球クラブレモン』のオープン大会が、3月6日福井市体育館サブアリーナで開催しました。発足時14名だった会員数も増えて、この日の参加者は37名という盛況ぶり。女性の参加者が多く、皆さん足どり軽やかで賑やか、対戦中も時折「アツッ！」という大きな声が響きわたります。試合が終われば「お疲れ！」と互いの健闘をねぎらい、勝っても負けても楽しいひとときになりました。

決勝戦は前川諭一郎さん 対 吉澤よね子さん、熱戦の末、前川さんが優勝！

会長の山根木さんは「クラブ名の由来どおりレモンのようにスッキリ爽やかなクラブに、笑い声の絶えない楽しいクラブにしたいです」「大会を運営したのも初めての経験で、みんなで力を合わせてやれたことがよかったです」と笑顔で話してくれました。

この大会をきっかけに、多くの皆さんが入会してくれるといいですね。



AOI ホールディングス株式会社	仁愛女子短期大学	福井経編興業株式会社
あいおいニッセイ同和損保株式会社福井支店	大栄繊維株式会社	福井中央魚市株式会社
あずま歯科医院	株式会社タッセイ	福井日産自動車株式会社
アンシーズ株式会社	有限会社辻事務機商会	福井三菱自動車販売株式会社
株式会社 KRC 永平寺支社	株式会社つばた	福井テレビジョン放送株式会社
株式会社加藤機業場	東京海上日動火災保険株式会社	株式会社福井新聞社
株式会社カワグチ	轟産業株式会社	福井放送株式会社
河和田屋印刷株式会社	株式会社中村加工所	フクビ化学工業株式会社
北島林機株式会社	株式会社日刊県民福井	学校法人北陸学園
株式会社北川	日本システムバンク株式会社	株式会社北陸マツダ
有限会社くりなみ	メンズ&レディース ひまわり	マイプリントコーポレーション株式会社
コマツサービスエース株式会社	株式会社福井銀行田原町支店	株式会社マルキヤ宣伝社
宗教法人佐佐木神社	一般社団法人福井県繊維協ビル同業会	有限会社丸山ファミリーオート
三栄タクシー有限公司	医療法人厚生会福井厚生病院	株式会社三笠商会
紫光産業株式会社	株式会社福井新聞 PR センター	株式会社メディアミックス
株式会社しばな	一般社団法人福井市医師会	株式会社ユアーズホテルフクイ
硝和硝子株式会社	福井商工会議所	吉岡幸株式会社
白崎印刷株式会社	福井信用金庫	株式会社ライフトラスト

(令和7年3月31日現在)

一般家庭・企業
事業所の皆様へ

仕事のご依頼をお待ちしています

シルバー人材センターは、次のような仕事をしています。お気軽にお電話ください。

- 宛名書き ●チラシ配達、封筒入れ ●施設管理 ●障子、襖張り ●簡単な大工作業 ●剪定、雪つり
- 草刈り、除草、除草剤散布 ●受付事務 ●屋内、屋外清掃 ●家事援助(洗濯など) ●育児支援
- シルバー派遣事業(送迎・工場内軽作業・品出し・惣菜調理など) ●その他の仕事もご相談ください。

ご依頼は(公社)福井市シルバー人材センター(27-0701)まで

★HPからも依頼できます

福井市シルバー人材センター

検索

お仕事をお探しの
60歳以上の皆様へ

会員募集中!



「シルバー人材センター」をご存知でしょうか?

高齢者が健康維持や生きがいづくりの目的を持って、生き生きと働いているところです。

皆さんも会員に登録して、一緒に仕事をしてみませんか?

入会を希望される方は、入会説明会にお越しください。

詳しくは福井市シルバー人材センター(27-0701)までお問い合わせください。

編集
後記

会員の皆さんの活動、仕事の様子を写真に撮らせていただいています。生き生きとした表情をみていると、「いかに健康を維持して続けられるか」が大切なことと思います。健康維持には、その方法として「よく歩くこと」(街歩き)などの運動が一番のようです。一方、新型コロナウイルス感染症が季節性インフルエンザと同じ病気になってしまいましたが、風邪かなと思ったらクリニックに行きましょう。コロナかインフルエンザか検査してくれます。感染予防に心がけましょう。

(岡田)

予告

福井市シルバー人材センター
ふれあいまつり

10月18日(土)

きらら館で開催予定!!

皆様お楽しみに...