



広報誌
2026.2

Vol.206

もくじ

特集 誌面が大きく変わります

- 01 安全・適正就業対策委員会だより
- 02 7区通信
- 05 会員紹介(博多)
- 06 生活支援サービス従事登録者外部講習会
- 07 会員のつどいのお知らせ
- 08 ちょっといい話
- 08 互助会サークル紹介(城南)
- 09 わが町ぶらり散歩(早良)
- 10 互助会活動報告

裏表紙 事務局からのお知らせ

特集

誌面が大きく変わります

『ふくおかシルバーだより』は令和8年度から誌面が大きく変わり、年4回の発行になります。

誌面の都合上、第103回まで続いた名物記事の「わが町ぶらり散歩」はなくなりますが、これからも会員の皆さんにより情報をお届けされるよう、広報委員一同頑張ってまいります。

出張所からのお知らせも一緒にお届けいたしますので、ポストに届いたらぜひご一読をお願いします。

※「会員紹介」「会員の広場」「互助会サークル紹介」は不定期で掲載を継続いたします。



会員の皆さまの俳句、川柳、絵画や写真、手芸品等の作品投稿を引き続きお待ちしています。

これからも『ふくおかシルバーだより』をお楽しみに！

広報委員一同

令和7年度実績
(令和7年12月)

会員数
6,963人

男性
4,033人

女性
2,930人

就業者数
3,763人

就業率
54.0%

公益社団法人
福岡市シルバー人材センター
<https://www.fukuoka-sjc.org/>

安全・適正就業対策委員会だより

事故事例1 | 就業場所に自転車で向かう途中、坂を上がった先の交差点手前で停止したところ、バランスを崩して右側に転倒し右後頭部を打った。ヘルメットは未着用だった。

傷害 右後頭部裂傷(約3cmを縫合)

対策 停止した時に両足で支えることができるよう、両足がしっかりと着くサドル高の自転車を選ぶとともに、日頃から足の筋力を鍛えておく。被害を少なくするためヘルメットは必ず着用する。



事故事例2 | 一軒家の草取りで、壁とフェンスの狭い場所を作業中、壁に付いていた水道の蛇口に背中が当たり、蛇口が根元から折れ水が噴き出した。

賠償 水道蛇口の交換費用

対策 作業前に状況確認し、リボン等目印をつけておく。壊れやすくなっている塀などの構造物もあるため、簡単に乗ったり触ったりしないように日頃から注意する。



令和7年度事故報告

令和7年12月末現在(累計保険適用件数)

傷害事故

28件
(前年度比+8)

賠償事故

16件
(前年度比△4)

自動車事故

6件
(前年度比△2)

合計

50件
(前年度比+2)

あなたにあった **運動** を探してみませんか?

健康で長く活躍するためには、日頃から健康や体力の維持管理に努めることも重要です。福岡市では、健康づくりやフレイル予防*に欠かせない「運動」をより身近に感じてもらうため、市内のスポーツクラブと連携した取組みが行われています。また、市民体育館では工夫を凝らした各種スポーツ教室が開催されています。

*フレイルとは、加齢や病気によって心身の活力が低下し、要介護になりやすい状態を指します。

右のQRコードからは、福岡市の取組みとともに連携スポーツクラブ・市民体育館等の情報や特典をご覧いただけます。



LINE

令和8年3月31日まで連携スポーツクラブで利用できるクーポン特典(65歳以上の市民限定)がついたチラシを、部数限定で出張所にも配置しています。福岡市からはLINEにて高齢者の健康づくりに関する情報を届ける「福岡100クラブゆるっと健康部」も配信中です!



互助会 秋の日帰りバスハイク

広報委員 中川 茂

秋の気配を感じる11月19日・20日の両日、例年通り2班に分かれ総勢59名が参加して門司、下関へと向かいました。

最初に門司港に着き、各自レトロ地区を自由に散策して楽しみました。

その散策で31階のビルの展望台に登られた方は、美しい門司港を一望する中で巖流島を見ながら歴史を思い出し軽食を食べたり買物をして楽しんでいました。

昼食は、下関の唐戸市場(カモンワーフ)の「からと屋」で地元のふぐとてんぷらを賑わいながらとなりました。

食後は、新鮮な海産物の匂いがする市場や周邊のお店でお土産を買い求めました。

その後、源平壇ノ浦の合戦に敗れ、わずか8歳で関門海峡に入水された平清盛の孫である安徳

天皇を祀っている赤間神宮に皆で参拝しました。

最後に蒲鉾店で色々な蒲鉾を試食しながら好みの品を買いました。

帰りのバス内では、恒例のbingoゲームが行われ賞品をもらう意気込みで大いに盛り上がり来年もまた参加したい気持ちになっての楽しい1日でした。



関門海峡 「ふぐ刺し」「レトロ」 バスハイク

広報委員 大西 秀人

毎回開催するたびに大盛況となるバスハイク。今年は「買う(幸)」と「ふぐ(福)」を堪能する実践ツアー。参加定員44名。募集開始早々3日目で、すでに定員オーバー。

11月21日(金曜日)朝9時前に出張所を出発、一路下関へ。まずは「七五三詣り」のご家族を懐かしみ、「安徳天皇陵墓」「平家滅亡史跡」等で有名な「赤間神宮」に参拝。



昼食は唐戸魚市場での「ふぐ刺し」と「ふぐ天」会席。昼食も早々に全員「魚市場」へ急行。外国人観光客で混雑の中、ぶつ切りネタの「大トロにぎり」を堪能。その後、古き良き時代の風景が残る「門司港レトロ」へ移動。レトロ中心の展望台(高さ103m)31階からレトロ全体と、遠くは西に史跡「巖流島」、東に「関門橋」を遠望。地元で有名な「焼きカレー」、「焼きうどん」は満腹のため匂いだけ。レトロ街歩き、お土産物屋での品定め、お土産を両手に帰路につきました。

毎回「バスハイク」は、いつも何かしらの「感動」と「堪能」で楽しませてくれます。

来年の「バスハイク」は何処かな?



令和7年度 安全・適正就業 促進大会

広報委員 宮川 洋

東出張所の令和7年度「安全・適正就業促進大会」は、11月28日(金)なみきスクエアで140名の会員が出席して開かれました。

最初に三笠常務理事が「何よりも安全が最優先されなければならない」と挨拶。

菊堂委員長からは東出張所の会員数や配分金、事故状況などの説明に続いて“過積載の撲滅”“シルバー車両の運転年齢の厳守”“共同作業での安全管理は全体責任”的意識付けなど安全対策の重点目標が示されました。

続いて福岡市東区役所保健福祉センター・地域保健福祉課の「生涯現役!」の講演があり、「よかトレ転倒防止体操」を体験、こわばった体をほぐしました。



その後、公園刈払・長谷川班長の「私たちの安全就業の取り組み」と井手副委員長の「高齢者の事故防止対策」の講演があり、最後に剪定班の清水リーダーが安全就業宣言を行い、「安全5箇条」を出席者全員で唱和し大会は終了しました。



民間接遇・コンプライアンス 研修会

広報委員 白石 寛治

令和7年12月2日(火)博多出張所会議室において、本部から瀧川・森川専任担当理事をお迎えして、会員13名の参加で本年度2回目の研修会が開催されました。

初めに、川島委員長及び瀧川専任担当理事の挨拶があった後、講師の「株式会社ひみかな」松居峻介氏が紹介され、ビデオを交えて講義・演習が行われました。



接遇の講義においては、挨拶をする場合の心構え「相手を大切にしようとする思いを伝える手段」などの説明がありました。

コンプライアンスの講義では、倫理「人としてのあり方」や「法令」のみならず「組織のルール」、「社会常識・マナー」を遵守することの重要性について説明がありました。

引き続き、パワハラ、セクハラなどハラスメントの種類やそれを起こさないための注意点について説明があった後、演習とアンケート調査が行われ研修会を終了しました。





令和7年度 秋の味覚を楽しむ 日帰りバスハイク

広報委員 桃崎 悅子

秋恒例の親睦バスハイクは、11月18日(火)と11月21日(金)の2組に分かれ、総勢44名の参加で、宗像・岡垣方面を目指しました。18日組の参加者は21名、曇り空の中、警固公民館前を出発しました。

最初の目的地は「道の駅むなかた」。満足度の高い道の駅ランキング全国第2位で、鮮魚・水産物、旬の野菜など、人気の「道の駅」での買い物に期待が高まります。皆さん、新鮮な海産物・野菜・加工品など、希望の買い物を思い思いに確保



18日組の皆さん

し、楽しみの昼食会場へ向かいました。

昼食会場は、玄界灘を望む波津海岸に面した「民宿はつしろ」(岡垣町)。波津海岸を眼下に望む2階の大広間での会食。新鮮で美味しい会席料理に、会話が弾み、ご自慢のカラオケの披露も盛り上りました。予定の2時間はあっという間に過ぎてしまいました。

バスハイクの最後は、「真言宗御室派鎮國寺」。弘法大師ゆかりの寺で、境内には紅葉が残り、つわぶきの黄色い花が盛りでした。境内の散策を楽しんだ後、バスは一路、福岡へ。午後4時頃、出発地の警固公民館に、皆さん元気で楽しんで帰着しました。

21日組は晴天の中、23名が同じくバスハイクを楽しみました。



21日組の皆さん



人生には語りが必要だって!

広報委員 鳴岡 裕司

絶好の行楽日和の11月、南区互助会バスハイク・食事会が敢行されました。

11月20日(木)大型バスに満席(43名)となったバスハイク参加の面々は、熊本・山鹿温泉富士ホテルへとアクセルを吹かせました。

山鹿温泉といえば「灯篭まつり」、富士ホテルといえば、「阪東妻三郎の定宿」

思いは膨らむばかり。食事、宴会、カラオケ。会場は大盛り上がり。



翌日11月21日(金)は、南で初めての食事会。

大橋の「木曽路」に足を運び、人生の楽しいひと時を21名の会員と過ごすことができました。

ビール、ワイン、焼酎。お酒が進むにつれ、会話も弾んできました。

久しぶりに会った会員と“お茶して帰った”との話も翌日、聞こえてきました。

「人生には語りが必要だって!」

参加して良かったと思った瞬間でした。





12月度 新入会員研修会

城南区

広報委員 衛藤 忠済

12月18日(木)午前10時より城南出張所において実施されました。当日は12月の入会説明会を経て新規登録された7名のうち6名の新会員の皆さんが出でました。

池田委員長より社会人としての行動規範、会員として守るべきルールなどを中心にお話があったのち、研修会担当者の進行で各種手続きを済ませ研修前半は終了。後半の「就業説明会」に入りました。なお、会場内の掲示板には4枚の求人票が貼られていきました。

新会員の皆さん的一番の関心事は、「どんな仕事や就業先があるのか」でしょう。各就業担当者からの概要説明を聞いたのち個別の就業相談に移りました。



各コーナーで担当者と熱心に話し込んでいる姿には、非常に高い就業意欲と熱量を感じました。

正午前に研修会は終了しました。なお、当日出席できなかった1名は12月中に個別研修を受け、7名全員の研修が完了しました。

12月度新入会員 就業内定状況

- 市営駐輪場管理業務 3名
- 家事援助 1名
- 道路維持補修業務 1名 (12月23日現在)



会員紹介

入会のきっかけ

知人からシルバー人材センターの紹介があり、第二の職場を退職後、平成25年7月に入会しました。

就業などについて

現在、博多の森補助陸上競技場で利用者の受付や用具の貸出などを行っていますが、職場環境も良く、また、将来を夢みる若い学生さんや一般のアスリートの皆さんと接することでエネルギーをいただいているいます。

これからのこと

健康管理に気をつけ、これからも仕事や趣味を楽しんでいきたいと考えています。

岩本 文雄会員



趣味について

現役のときから写真に興味があり、フォト百道浜(百道浜公民館サークル)に入って、20年間サークルの仲間と月1回の撮影会や例会で作品を講評するなどして楽しんでいます。

なお、令和8年3月17日(火)～22日(日)に大濠の福岡市美術館でサークル創立25周年記念の写真展を開催しますので、ぜひご来場ください。入場料は無料です。



オーロラの写真(アラスカにて撮影)

広報委員 白石 寛治

生活支援サービス従事登録者外部講習会

11月10日(月)、福岡市NPO・ボランティア交流センター「あすみん」で、令和7年度第2回日常生活支援サービス従事登録者研修会議が開催されました。

福岡市シルバー人材センターは、福岡市の介護予防・日常生活支援総合事業の指定事業者です。会員の皆様に生活支援型サービス(掃除・洗濯・買い物代行・調理)に就業していくことで、要支援1・2の認定を受けられた方々が、今の生活を継続できるような支援を全市で実施しています。令和7年度(令和7年11月現在)のサービス受注件数は272件、従事会員数は132名です。

研修では、株式会社健康科学研究所、運動指導員の松原建史氏を講師にお招きし、「椅子に座ってできる転倒防止運動」の講義を受講しました。

全身持久力と健康度との関係や、全身持久力が高いほど認知症発症リスクが抑えられることなど興味深い内容でお話しいただき、その後、健康寿命を延伸する鍵は「全身持久力を若く保つこと」として、その場でできる運動を参加者全員で行いました。

また「プライバシーの侵害と個人情報保護」「コンプライアンス(法令順守)」についての研修も実施しました。

今回の研修会議には、就業している会員の方以外にも、就業に興味がある会員の方も出席されました。会議の中では、「総合事業とは何か」といった疑問点の解消や、就業先での事例紹介など意見交換を行いました。次回、第3回研修会議は令和8年2月頃の予定です。

生活支援型サービスに従事するためには、「ヘルパー2級」以上や「看護師」などの有資格者であるか、または福岡市の研修終了が必要です。就業に興味のある方は、ぜひ出張所または本部にお問い合わせください。



私たちと一緒に
働きませんか?





会員のつどいのお知らせ!

年に1度の恒例の会員のつどいを本年も開催します。

シルバー人材センターからの報告などのほか、楽しい催しを企画しています。

ふるってご参加くださいませ。

東区

日程:3/19(木) 10:00-12:00

場所:東市民センター

催し:後日決定

申込締切:後日決定

城南区

日程:3/6(金) 13:30-16:00

場所:城南市民センター

催し:博多笑い塾

申込締切:2/27(金)

博多区

日程:3/25(水) 13:30-16:00

場所:博多市民センター

催し:後日決定

申込締切:後日決定

中央区

日程:3/19(木) 13:30-15:30

場所:ふくふくプラザ 1階ホール

催し:コミカル昭和歌謡ショー

申込締切:後日決定

西区

日程:5/23(土) 13:30-15:30

場所:西市民センター

催し:福岡大学和太鼓部 鼓舞猿演奏、
和太鼓体験

申込締切:後日決定

南区

日程:2/19(木) 13:00-16:00

場所:アミカス4階大ホール

催し:これから音頭 演芸大会

申込締切:締切済



ちょっといい話!

令和7年度、福岡市立小学校の
プール授業の引率に
シルバー人材センター会員が
従事しました。
南区の小学校から
お礼のお手紙と寄せ書きを
いただきました！



互助会サークル紹介 城南区

ボウリング大好き会

あなたは、ボウリングをただの遊びとお考えではないでしょうか？

ボウリングは、有酸素運動の一種なのです。ボウリングを3ゲームするとラジオ体操だと50分、散歩だと70分の運動量に相当します。ボウリングは全身を使うスポーツなので、新陳代謝を活発にして血行を促進し、糖尿病や高血圧等の生活習慣病の予防にも役立ちます。更には足腰の筋力の強化（維持）も期待でき、高齢者に多い転倒事故防止につながりますよ。皆さんもこのような“フレイル対策”をご一緒に楽しめませんか。

「ボウリング大好き会」は、毎月1回第3金曜日11時半に集合して七隈ファミリーボウルにて実施しています。メンバーには他区の会員もいます。ぜひ一度見学にいらしてください。お待ちしています。

ご質問などございましたら

**城南出張所
092-845-4680**へ
お問合せください。

ご案内

○年会費 1,000円

○月会費 なし

（参加当日の実費：自己負担）



広報委員 衛藤 忠清

わが町ぶらり散歩

[紅葉八幡宮]



今回の早良区のぶらり散歩は、高取にある安産、厄除け、子どもの守り神として参拝されている紅葉八幡宮にやってきました。

この紅葉八幡宮は、昔から近隣地域の家や村の鎮守神として崇敬されており江戸時代には黒田藩の守護神となり境内に大きな本殿が建てられました。その後、現在の西新、高取、百道、藤崎の発展の基となり、今日、早良の総守護として多くの方々から参拝されている神社です。近年は、新年の参拝者は十万人を数え、また、境内にある紅葉山公園には、児童達の遠足、スケッチ大会、花見、紅葉狩りなど市民の憩いの場所としても親しまれています。

駐車場からまず大鳥居をくぐって階段を上って高台にある境内に入ります。

この大鳥居は、寛文6年(1666年)に奉納された古い鳥居を再建されたもので、7.5mの高さを誇る県内最大級の大型石鳥居だそうです。



まず目にするのは、神楽堂です。

この神楽堂は、大正時代の建築物で、中には黒田藩御用絵師によって描かれた絵馬等が掛けられており現在も、神楽(かぐら)や筑紫舞(つくしまい)の奉納が行なわれている模様です。



さらに階段を上がった所に御神門がありその門をくぐると本殿が目に入ります。

この御神門をくぐって見返ると、福岡タワーを正面に望めます。木造建築の趣と現代的な景観を同時に感じられるスポットとして人気があるとのことです。

たどり着いた本殿での参拝となります。この本殿の建物は流破風造りでかつては木造でしたが、過去の火事により延焼してしまい、現在は、鉄筋コンクリート造りになっています。



本殿の前横に松が2本間隔を置いて並んで立っています。この松は夫婦松と呼ばれ古来より不老長寿・繁栄の象徴とされているそうです。この夫婦松は、地中で根が絡み、木が寄り添うように生えており、長い年月を支え合っている事から「夫婦和合」と「恋愛成就」のご利益ありとされているとのことです。

本殿からの坂を下って紅葉公園を通って行くと厳肅で且つ落ち着いた建物の祖靈殿が目に入ります。この祖靈殿は、神道の納骨堂で、遺骨を骨壺のまま屋内の建物に収蔵し、管理・供養する施設で、管理の手間が少なく、都市部を中心に人気が高まっているようです。



最寄の地下鉄藤崎駅からの地図を載せていますので、藤崎・西新商店街にお越しの際には、是非寄ってみてください。



互助会活動報告

「人生は旅である」

ある詩人が言った言葉である。シルバーも仕事・余暇・ボランティア、感動と悲嘆の繰り返しである。

老いても夢、ロマンをもって生きていかなければ、人生100年。健康寿命での長寿は達成できない。

その中での互助会事務局主催のハイキング、歴史探訪まち歩き。

5月に実施された海の中道海浜公園で行われたハイキングは、あいにくの小雨模様のなかでの実施でしたが、赤いバラ、白いバラ、咲き乱れたバラ園は、青春を思いだしながらの散策となり、みんなで会話を楽しみながら弁当を食べました。帰りの駐車場の精算機は古い千円札しか利用できず、往生した記憶もまた、一つの思い出となりました。

10月実施の歴史探訪まち歩きは、博多の歴史を学べ、先人の知恵、街づくりの構想が窺えたとても有意義な時間となりました。

あの柱についた造形物、こんな過程で作られたものと説明があり、感銘した記憶があります。天候は雨模様、最後のグループが昼食会場の商工会議所ビルに入った途端、大粒の雨。奇跡が起きた瞬間。そして神がかりな対応にも思いを馳せました。参加者一人一人の常日頃の行い、神様がいるなら、銀色(シルバー)の神様だったのでしょうか!

また、各出張所で実施されている互助会活動。人は人との出会いを求め、人は動いてゆく。人間は人間の中でしか生きられない。そんな中、各出張所の皆さんのが工夫を凝らし、バスハイク、食事会、会員のつどいと、未来の輝く光を求める、精力的に活動されているのが印象的でした。

来年度は、皆さん是非参加して大いに楽しみましょう。

最後に、代表幹事、業務委員の皆様、一年間活動を支えていただき本当にありがとうございました。

互助会会長 溝部 修二

出張所名	令和7年度 主な行事
東	日帰り旅行(日田)
博多	日帰りバスハイク(甘木)
中央	日帰りバスハイク(宗像)
南	日帰りバスハイク(山鹿)、食事会(木曽路)、クリスマスコンサート
城南	日帰りバスハイク(筑後川)
早良	日帰りバスハイク(下関)
西	日帰りバスハイク(下関)、クリスマスコンサート



退会をお考えの方へ

退会をするためには、「退会届」の提出が必要になります。

退会をご希望の方は、必ず令和8年3月31日までに所属の出張所で退会の手続きをお済ませください。
令和8年度4月1日時点では会員資格をお持ちの方は、令和8年度会費の納入の必要があります。ご注意ください。

出張所	住 所	電話番号
東出張所	〒812-0061 東区筥松2丁目1-27	092-624-4680
博多出張所	〒812-0893 博多区那珂2丁目5-1山浦第3ビル4号室	092-414-4680
中央出張所	〒810-0022 中央区薬院4丁目1-27薬院大通センタービル壱番館3階	092-526-4680
南出張所	〒815-0033 南区大橋3丁目17-3	092-551-4680
城南出張所	〒814-0103 城南区鳥飼6丁目1-18	092-845-4680
早良出張所	〒814-0006 早良区百道2丁目1-35	092-821-4680
西出張所	〒819-0002 西区姪の浜4丁目8-28	092-881-4680

各出張所のお問合せ先

健康診断について

皆さまがお持ちの会員手帳の中の「安全・適正就業基準」に「健康管理」という条項(第10条)があります。そこには**「会員は常に健康維持に努め、健康診断は進んで受けなければならない。」**と記載されています。健康への意識向上が求められるところです。

国民健康保険に加入の60歳以上74歳までの方は、福岡市の「よかドック」の特定健診をご利用ください。また、75歳以上の方は福岡県が実施する「後期高齢者健康診査」があります。いずれも費用は*500円です。

(*満70歳～74歳又は市県民税非課税世帯のよかドック対象者は無料)

60～74歳

よかドック総合窓口(0120-985-902)

今すぐ
お尋ねください!

75歳以上

福岡県後期高齢者医療広域連合(092-651-3111)

または

区役所の保健福祉センター健康課(各区)や行きつけの医療機関へ

なお、協会けんぽ(092-477-7250)、共済、各種企業や団体の組合健康保険にご加入の方は健康保険証に記載がある連絡先にお問い合わせください。また、受診後は年度内に必ず所属出張所に連絡しましょう。新型コロナウイルスやインフルエンザの感染予防はもちろん、自分の健康は自分で守りましょう。

＼ご意見やお便りをお待ちしています／

ふくおかシルバーだより

発行元

公益社団法人 福岡市シルバー人材センター

〒812-0044 福岡市博多区千代1丁目25-15

E-mail : honbu@fukuoka-sjc.org

TEL : 092-643-8200 FAX : 092-651-5000

<https://www.fukuoka-sjc.org/>

