



事務局通信

長い夏もやっと終了。
弁天池公園の秋の最大イベント
「ふれ愛感謝祭」が、11月23日
(勤労感謝の祝日)に開催され
ます。

毎年大勢の皆さんが集まり、
弁天池公園での最大の賑わいに
なります。センターの会員の皆
さん、役職員が総出で運営に努
め、大成功を納めましょう！

秋の弁天池公園

門真の魅力が大集合

ふれ愛感謝祭

2024

11・23(祝・土)



パフォーマンス・グルメも大集合

🕒 10時～15時

↓ 少雨決行

🚗 駐車スペースが限られて
います。ご注意ください。

場所 弁天池公園
門真市岸和田1丁目8-2



いよいよシルバー人材センターの秋の最大イベント

ふれ愛感謝祭にみんな大集合!

ふれ愛感謝祭 ボランティア大募集

【日時】令和6年11月23日(土) 【場所】門真市弁天池公園

【形態】有償ボランティア(配分金あり、軽食付き)

【活動時間】午前7時頃～午後4時頃(担当業務により異なります)

【申込】事前申し込みが必要です。※少雨決行・荒天中止

ボランティア参加者向け事前説明会

11月15日(金)18時～ センター1階にて

万博に参加するボランティア募集中

前月にお伝えした様に、門真市シルバー人材センターは、大シ協（連合）と共同して、大阪関西万博で、シルバー人材センター事業をPRするイベントに参加を計画しております。やっと具体的な内容も徐々に判明してきました。

出演日は令和7年9月14日又は15日の午後4時から2時間の枠を希望しており、府内の6センターが色々の出し物で、シルバー人材センター事業の普及啓発に努めたいと考えています。

そこで当センターは、オリジナルの門真健康体操を制作。コ

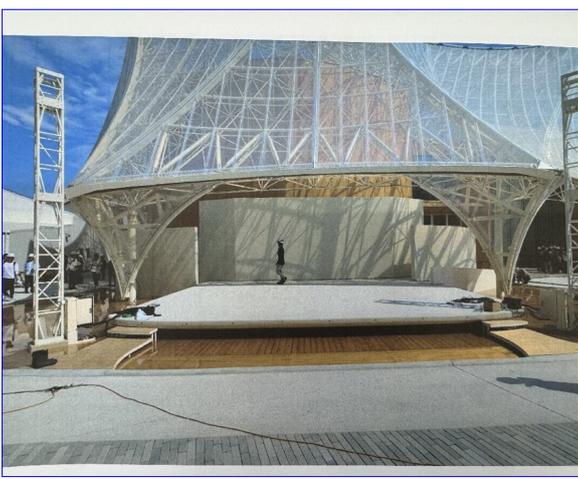


ミカルなダンスパフォーマンスで舞台を盛り上げたいと計画しています。

詳細はまだまだ、これから検討ですが、世界で唯一「生きがい」「やりがい」で、生涯現役で地域社会を支えるシルバーのシステムに参加する元気な高齢者を、世界に発信するお手伝いを一緒に協力いただけませんか？

国際万博の会場で、あなたの元氣パフォーマンスを披露できる。きつと、一生で一度の貴重な体験の機会となります。

又15日の午後4時〜6時（勿論、出演当日まで練習会を適時開催し練習します。）



出演場所）大阪関西万博会場
大阪府ヘルスケアパビリオン
募集人数）約30名
野外ステージ
詳しくは、事務局事業課または、妹尾副理事長まで。



万博駅伝にもボランティア参加



史上初！
「大学生VS実業団」。
2025.3.16(日)開催
大阪・関西万博開催記念
ACN EXPO EKIDEN 2025
そのタスキは、次の未来へ。

1970年から2025年へ

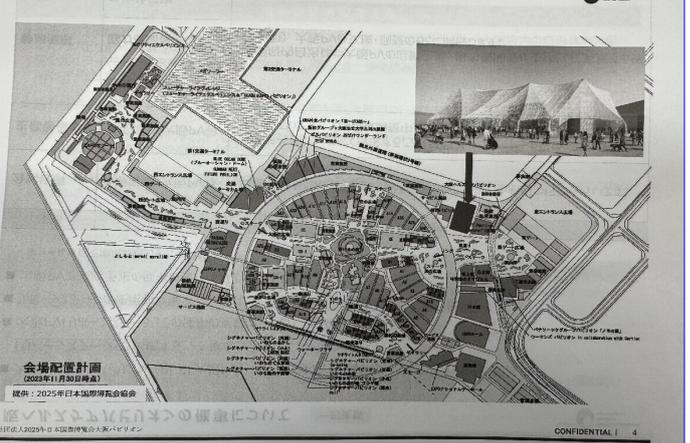
日本で初めて開催された大阪万博から55年の時を経て再び大阪・関西の地で大規模博覧会が開催されます。

この記念すべき年に
私たちは大阪・関西万博を応援するため
今まで見たことがない駅伝レースを通して、大阪を熱く盛りあげていきます。
ふたつの万博会場をつなぎ、
チーム一丸となってゴールを目指すのは
日本を代表する実業団と大学生の駅伝の精鋭たち。
伝統を背負い、タスキをつなぎ、ゴールを目指す駅伝。
いのちを起点に、世界の人びとと、未来の共創に挑戦する大阪・関西万博。
どちらも、次へとつなぐ希望がそこにあります。
その希望こそが、人と人をつなぎ、想いや夢をつなぎ、いのちをつないでゆくと
わたしたちは考えます。
過去から未来へ、大阪から世界へ、そして次の世代へ。
さあ、未来につながるスタートを、ここから。

大阪・関西万博開催記念
ACN EXPO EKIDEN 2025

センターから30人応募

大阪ヘルスケアパビリオンの位置図



IKIWAKU
FESTIVAL



シルバー いきいき

事前申込要

わくわく健康

2024

フェス

12月9日 月

会場 門真市保健福祉センター

3階 多目的ホール

門真市御堂町14-1

お車での来場はお控えください

開始 14:00

対象 概ね60歳以上の方

※事前申込必要・雨天決行

内容

～自宅でできる健康体操～

フレイル予防、転倒予防、認知症予防などの
観点なども踏まえ自宅で可能な健康体操を
実践します。

講師：山下修平（理学療法士）

※上記の他、生活支援コーディネーターによる
健康体操の紹介を行います。

お申し込みは

☎ 06-6905-5911

平日 9時～17時30分

門真市シルバー人材センター

協力・門真第1包括支援センター・門真第2包括支援センター
門真第3包括支援センター・門真第4包括支援センター
門真第5包括支援センター

主催 公益社団法人 門真市シルバー人材センター



色んなところで大活躍

秋、特に10・11月は、門真市内はイベント目白押し。シルバー人材センターも地域の秋祭りや、文化祭に加えて、弁天池公園のエコキャンドルナイトをはじめ、各種、各所での色んなイベントに参加・協賛しています。

キッズバイク・カーニバル2024秋に協賛しました

キッズバイク・カーニバル 復活!!
 ~KBC cup 2024 秋~

10月27日(日)
 10:00~15:30 (受付開始 9:45)

そよ古川橋駅前 (旧イオン古川橋駅前) 屋上

門真市：3,000円 ※心臓 9月17日~10月16日
 東淀川区：3,500円 ※心臓 9月17日~10月16日
 第一区：3,500円 ※心臓 10月1日~10月16日
 第二区：2,500円 ※心臓 10月1日~10月16日

090-4289-2825

古川橋ウォーカーブル社会実験に参加

PLAY

社会福祉の2024年秋開催 健康ブースや遊技チームなど、10月13日に古川橋駅前広場で社会実験を行います。ぜひお立ち寄りください。

10月13日(日) 10:00~15:00

古川橋駅前広場 (旧イオン古川橋駅前) 屋上

販売中!
 野菜
 門真もんち
 運ちゃん

門真市スポーツレクリエーション大会 & 「門真もん市」に参加

門真市スポーツレクリエーション大会

「門真もん市」

スポーツレクリエーションフェスティバル 2024
 11月10日(日) 参加費無料
 門真市民プラザ 10:00~15:00

参加無料

デジタル活用支援推進事業 スマホ講習会



スマホの基本的な使い方について初心者でも安心してスマホの活用方法を学べる講習会です。実際に体験しながら一緒に学びませんか？



講座内容 スケジュールは裏面をご確認ください。.....

スマホの基本的な利用方法を学ぶ「基本講座」

- 電話、カメラを使おう
- 新しくアプリをインストールしてみよう
- インターネットを使ってみよう
- 地図アプリを使おう
- メッセージアプリを使おう
- スマホを安全に使うための基本的なポイントを知ろう

● 各講習時間は1時間程度です。講習内容は裏面にてご確認ください。「指定の研修を受けた講師」が丁寧に説明します。参加費は無料です。

● 受講者に年齢制限はありません。シルバー人材センターの会員である必要はなく、どなたでも、何回でも受講できます。

各回1時間程度 9月10日 午前9時受付開始 申込番号をご確認の上お申し込みください

いろいろ学べる、スマホの使い方

- 「指定の研修を受けた講師」が丁寧に説明します。参加費は無料です。講習会では、スマホ機器などを販売することはありません。受講者に年齢制限はありません。シルバー人材センターの会員である必要はなく、どなたでも複数回受講可能です。

開催スケジュール（10月～2月）

申込番号	時間割	10月8日（火）
1008-①	09:45~10:45	アプリのインストール方法
1008-②	11:00~12:00	SNS・コミュニケーションアプリの利用方法
1008-③	13:00~14:00	インターネットの利用方法
1008-④	14:15~15:15	地図アプリの利用方法
申込番号	時間割	11月11日（月）
1111-①	09:45~10:45	スマートフォンを安全に使うためのポイント
1111-②	11:00~12:00	インターネットの利用方法
1111-③	13:00~14:00	SNS・コミュニケーションアプリの利用方法
1111-④	14:15~15:15	地図アプリの利用方法
申込番号	時間割	12月10日（火）
1210-①	09:45~10:45	アプリのインストール方法
1210-②	11:00~12:00	SNS・コミュニケーションアプリの利用方法
1210-③	13:00~14:00	インターネットの利用方法
1210-④	14:15~15:15	地図アプリの利用方法
申込番号	時間割	1月14日（火）
0114-①	09:45~10:45	インターネットの利用方法
0114-②	11:00~12:00	地図アプリの利用方法
0114-③	13:00~14:00	アプリのインストール方法
0114-④	14:15~15:15	SNS・コミュニケーションアプリの利用方法
申込番号	時間割	2月10日（月）
0210-①	09:45~10:45	アプリのインストール方法
0210-②	11:00~12:00	SNS・コミュニケーションアプリの利用方法
0210-③	13:00~14:00	インターネットの利用方法
0210-④	14:15~15:15	スマートフォンを安全に使うためのポイント

参加無料

各回1時間程度 9月10日 午前9時受付開始 申込番号をご確認の上お申し込みください

門真市シルバー人材センター



LINE 公式アカウント

会員の皆様にタイムリーな情報発信する LINE 公式アカウントが出来ました。
お友達登録していただくと・・・

シルバーライフにはスマホが便利です

- ✓ 配分金明細がいつでもどこでもスマホで確認できる！※
- ✓ 機関誌『事務局通信』がスマホで見れる！※
- ✓ お仕事情報や講習会、イベント、ボランティア情報などセンターのニュースをいち早く受け取れる！

※ 公式ラインからシルバーアプリやセンターのホームページに画面遷移します。
 ※ ポイント制度を現在準備中です。準備が完了次第、公式ライン等を通じお知らせします。

この機会に友だち追加を



門真市シルバー人材センター主催
便利やDayと同時開催！！

12月2日(月)
午前10時から午後2時まで
※商品がなくなり次第終了いたします

食品ロスとして
美味しさ変わらず食べられる物を
格安で販売いたします

市役所前芝生広場に出店
包丁研ぎ・喫茶珈琲・生鮮野菜販売

シルバー人材センター × 日本もったいない食品センター MOTTAINAI

問い合わせ
門真市シルバー人材センター 06-6905-5911



Original

作って飾って楽しむリース作り

ジブン好みのリース作り

- みんなで楽しいひとときを -

午後1時から午後3時30分
参加費お一人: ¥600
定員: 20名
※定員になり次第受付終了

12/11(水) 場所: 門真市シルバー人材センター

【令和6年度下期】 清掃ボランティア活動予定表

月	日	曜日	清掃場所	集合場所	集合時間	備考
9	7	原則毎月第1・第3土曜日	弁天池公園	管理事務所前	8時50分	終了
9	21		センター事務所周辺	事務所前	8時50分	終了
10	5		弁天池公園	管理事務所前	8時50分	終了
10	19		古川橋駅前周辺	駅前南側ロータリー	8時50分	終了
11	2		弁天池公園	管理事務所前	8時50分	雨天中止
11	16		市役所・古川橋・門真	センター事務所前	9時40分	変更してます ※キラッと!かどま2024 参加
12	7		弁天池公園	管理事務所前	9時50分	ホームページ  公式LINEアカウント 
12	21		市民プラザ	体育館横	9時50分	
1	18		弁天池公園	管理事務所前	9時50分	
2	1		弁天池公園	管理事務所前	9時50分	
2	15		市民プラザ	体育館横	9時50分	
3	1		弁天池公園	管理事務所前	9時50分	
3	15		各駅周辺	門真南駅ロータリー 門真市駅 駅前南側	9時50分	

【注意事項】

- 雨天が予想される場合や熱中症・強風・大雪など安全に活動を実施できない恐れがある場合は活動を中止します。中止する場合はセンターのホームページ、公式LINEアカウントを通じ前日18時までにお知らせします。
- 天候やその他状況により当日であっても急遽活動を中止する場合があります。開催是非が不明な場合にはホームページ・公式LINEアカウントにて最新の情報をご確認ください。
- 会員の方のみならずどなたでもご参加可能です。事前の参加申込は不要です。集合場所に直接お越しください。

ボランティア活動推進委員会(シルバー人材センター事務局) 平日9時~17時30分 ☎ 06-6905-5911

公認同好会からのお知らせ

連絡先は事務局まで

ハッピーコーラス同好会

【練習曲】翼をください、旅人よ、荒城の月、アメージング・グレイス、遠い世界に、糸、青い山脈、仰げば尊し、忘れな草をあなたに、トロイカ、知りたくないの、等

一緒に歌って下さる仲間たちを大募集中です！歌声喫茶感覚で、健康のため「歌ってみようかな？」と、考えている会員の方は、ぜひご連絡下さい。平均年齢70歳です(笑)

毎週金曜日 17:00~18:30 イズミヤ門真店(門真市駅すぐ)の2階で開催しています(会費月額500円)。



連絡先)

囲碁・将棋同好会

令和6年

11月度

- 2(主) 中塚荘
- 5(火) つどエール
- 6(水) センター
- 9(主) 中塚荘
- 12(火) つどエール
- 13(水) センター
- 16(土) 中塚荘
- 19(火) つどエール
- 20(水) センター
- 23(土祝) 中塚荘
- 26(火) つどエール
- 27(水) センター
- 30(土) 中塚荘

12月度

- 3(火) つどエール
- 4(水) センター
- 7(土) 中止
- 10(火) つどエール
- 11(水) センター
- 14(土) 中塚荘
- 17(火) つどエール
- 18(水) センター
- 21(土) 中塚荘
- 24(火) つどエール
- 25(水) センター
- 28(土) 中止

1月度

- 4(土) 中塚荘
- 7(火) つどエール
- 8(水) センター
- 11(土) 中塚荘
- 14(火) つどエール
- 15(水) センター
- 18(土) 中塚荘
- 21(火) つどエール
- 22(水) センター
- 25(土) 中塚荘
- 28(火) つどエール
- 29(水) センター



連絡先)

開催会場・時間

- (火曜) つどエール 13:00~15:00
地域交流サロンつどエール(常磐町 12-5)
- (水曜) センター 13:00~16:30
シルバー人材センター会議室(中町 1-1)
- (土曜) 中塚荘 13:00~16:30
市民交流会館中塚荘(月出町 11-1)

グラウンドゴルフ同好会

11月・12の活動予定

※ 天池公園北側広場 12月7日(土) 10時30分開始
旧) 六中グラウンドの練習 毎週、火、木曜日 10時開始



11月	5	7	12	14	19	21	26	28	
	火	木	火	木	火	木	火	木	
12月	3	5	10	12	17	19			→
	火	木	火	木	火	木		冬休	み

グラウンドでの練習には自己責任で、寒さ対策もお願いします。

※ 11月26日は第2回争奪戦大会があります。9時集合 9時30分開始

グラウンドゴルフに興味がある方は、練習日に体験に来てはいかがですか？

予備の道具が揃っていますので、健康増進と仲間づくりに是非どうぞ！

連絡先

歩こう会

紅葉の哲学の道 南禅寺

空青く山華やかなる今日この頃皆様には益々ご清祥の事とお慶び申し上げます。
今年最後の行事は哲学の道を選ばせていただきました。
多くの皆様のご参加をお待ちしています。

{役員一同}

記

行き先 哲学の道 南禅寺水路閣
日 時 令和6年11月30日(第5土曜日)
集合場所 京阪萱島駅 (西口改札口広場)
集合時間 午前9時
解散場所 集合場所と同じ
交通費 合計 1,100円



※飲み物 お弁当持参。

※NHK6時55分頃の天気予報60%で中止になります。

※参加者は歩こう会の帽子 名札を着用してください。

一般のシルバー会員の皆様も、体験参加で一緒に歩いて見ませんか?
事前に連絡くださっても、当日集合時間にいられてもけっこうです。
お待ちしております。

問い合わせ連絡先

新事務所の愛称募集

いよいよ来年2月に門真市シルバー人材センターは、待望の新活動拠点(新事務所)をオープンさせます。

この度、元気な高齢者の拠点として、地域で親しまれる施設として愛称を募集することになりました。

下記の募集要項をご覧ください、ご応募頂きますようお願い申し上げます。

募集要項

1. 元気な高齢者の生きがい活動拠点として、新事務所の愛称をお願いします。
2. 募集期間 令和6年10月10日(木)～11月18日(月)【期間を延長しました】
3. 応募方法 募集期間内に、別紙応募用紙に記載、専用応募箱に投函いただきます。
センターHPより応募用紙取得して、メール・ファックスでも可能です。
4. 選考は事務所建設委員会で審査し、理事会で決定します。
5. 選ばれた愛称は、施設名称版に表記し、施設の通称として活用します。
6. 採用された方には、懸賞として門真れんこん「蓮ちゃん」を1年分(10キロ相当)進呈します。
7. 応募いただけるのは、門真市民に限定させていただきます。

急いで応募してね!

切り取り線

応募用紙

愛称(案)
選考理由
応募者(個人情報の取り扱いは厳重注意し、今回の応募以外に使用しません)
氏名
住所 門真市
連絡先
TEL
メール

新事務所の工事も着々と...

シルバー人材センター新事務所建設工事の進捗

10月実施

- 10月 1日 柱建て方
- 10月 05日 屋根組み方
- 10月 11日 現場見学会
- 10月 16日 サッシ枠取付
- 10月 18日 屋根ガルバニウム葺き
- 10月 21日 内部間仕切り
- 10月 25日 内部電気配線・サッシガラス入れ
- 10月 30日 自動ドア枠取付

11月予定

- 11月 01日 換気ダクト工事
- 11月 05日 内部建具枠取付
- 11月 08日 外回り壁 断熱材吹付
- 11月 10日 造作工事・電気工事



センターの事務所の新築工事は来年2月のオープンに向けて順調に進んでいます。皆さんの活動の場所が広がり、期待大です。



『門真市シルバー人材だより第29号』の記事の誤表記について

『門真市シルバー人材だより第29号』（令和6年11月1日発行）の「令和7年2月（2025年）センターは新しい事務所へ移転します!」の記事の中で、移転先の住所の記載に誤りがありました。次のとおり訂正するとともに、お詫び申し上げます。

誤 【移転先】 門真市立歴史資料館隣 門真市柳田町

正 【移転先】 門真市立歴史資料館隣 門真市柳町

【求人情報】

令和6年11月13日現在

受注No	仕事の内容	就業場所
36000194	広報かどま配布業務	市内一円
36000197	メール(福祉おおさか)配送業務	門真市御堂町
36000218	日々新聞配布業務	門真市内
36000153	マンション清掃	門真市新橋町
36000310	箱作成,シール貼,DVD解体作成内職	大東市新田西町
15019142	【派遣】送迎支援員(運転手)	門真市東田町
15050690	【派遣】自動車部品塗装前準備,雑役	門真市三ツ島
15051504	【派遣】残飯運搬運転,清掃業務	門真市三ツ島
15050709	【派遣】末広町ビル管理業務(早朝)	門真市末広町
15050725	【派遣】マイクロバスの運転(土日祝)	門真市末広町
15050861	【派遣】食堂の弁当準備,社内清掃等雑役	門真市向島町
15031967	【派遣】利用者の送迎運転,雑役	門真市下馬伏町
15050645	【派遣】プレス工	門真市四宮
15051623	【派遣】配送・納品の車両運転	大東市御領

※仕事内容・場所・金額等詳細は、記載の8ケタの番号と共に、各担当者までお問い合わせ下さい。
 ※データ集計・作成の都合上、お問い合わせいただいた時点で募集が終了している場合もございます。ご了承ください。

最新の求人情報・急ぎの仕事等は、ラインお友達登録で最新情報をゲット!

まずは、7ページのQRコードから

公益社団法人

門真市シルバー人材センター

〒571-0055

門真市中町1番1号

電話 06-6905-5911

FAX 06-6905-0085

✉ kadoma@mkc.zaq.ne.jp

HP <https://www.kadoma-silver.com/>

令和6年度末会員数目標1,700人 (令和6年10月31日現在)

会員総数	男性会員	女性会員	
1,600	887	713	
対前月増減	+1	±0	+1
新入会員数	11	7	4 累計 75 人

マイナスからの再チャレンジ!
 令和6年度こそは、絶対に目標達成に必達を期す!