

No.
187

公益社団法人 大津市シルバー人材センター

事務局からのお知らせ

2026年7月13日発行

会員状況
(6/30現在)

会員数

1,595名

男 1,000名
女 595名

就業会員

851名

就業率

男 55.2%

女 56.1%

PICK
UP

高齢者活躍人材育成事業

パソコン&スマホ講習会

受講者募集!!

パソコン講習は従来のワード・エクセル講習に加え、インターネット講習も行います。

インターネット環境とカラープリンタを用意し、今までよりさらにパソコンを楽しく学んでいただけるようにしました。スマホ講習は生活に役立つ情報が満載!スマホを使うことで皆さんの生活がより便利に、より楽しくなることをめざした講習会です。皆さまのご応募をおまちしています!

パソコン講習

◇8/26(水):初心者向けコース(希望者のみ)
電源の入れ方から文字入力・マウスの操作◆8/27(木)・8/28(金):ワード講習
案内文の作成◆9/2(水)・9/3(木):エクセル講習
表やグラフの作成◆9/4(金):インターネット講習
セキュリティを理解し
インターネット・プリンタの設定を学ぶ知識

スマホ講習

◆9/10(木)

①スマホ決済(PayPayを使いこなそう) 詳しい講習内容はQRコードでCheck!

②生成AIを楽しもう!~画像生成編~
写真をイラストにしてみよう

◆9/11(金)

GoogleとGoogleアプリを学ぶ

外出・調べもの・困りごとに役立つ使い方

◆9/14(月)

Radikoと現代のインターネットラジオの楽しみ方

散歩しながら、料理しながら、掃除しながら

詳しい講習内容は

QRコードでCheck!



CHECK

お申込みについて

「パソコン講習+スマホ講習 全8日」の申し込み、
「パソコンだけ」「スマホだけ」「初心者向け講習だけ」の申し込みもOK!

- ①パソコン(ワード・エクセル・インターネット)+スマホ講習(全8日間)
- ②パソコン(ワード・エクセル・インターネット)講習(全5日間)
- ③スマホ講習(全3日間)
- ④初心者向けコースのみ希望

※応募多数の場合は抽選になります。

その際は「全8日希望」の方を優先します。何卒ご了承ください。

①・②・③のいずれかと④を
合わせて受講することも可能です!

Welcome

パソコンに不慣れな方でも大丈夫!
初心者コースからはじめませんか♪過去に受講された方も
申込みOK!!

定員 20名

申込み時には【① ② ③ ④】
から希望の番号をお伝えくだ
さい。

【締切:7/29(水)】

8/5(水)までに可否連絡致します

お問い合わせ申込みは
大津市シルバー人材センター
事務所まで

公益社団法人

大津市シルバー人材センター

〒520-0043 大津市中央2丁目2-5中央市民センター3階

<https://otsu-sjc.or.jp/> お気軽にご相談くださいホームページは
こちら♪※スマートフォンの通信料が別途かかります。
(会場はWi-Fiではありません)

☎ 077-525-2528

FAX 077-525-2261

E-Mail otsu@sjc.ne.jp

安全・適正就業強化月間です

“安全作業3よし運動”

全国シルバー人材センター事業協会では、毎年7月を「安全・適正就業強化月間」と定め、安全・適正就業の一層の推進を図るとしています。

今年度に入り、既に傷害事故1件、賠償事故3件と事故が多発している状況です。会員の皆さんが健康に長く仕事ができることが、何より重要で大切です。無理や油断は大敵です!!

「安全はすべてに優先される」会員皆さんお一人おひとりの安全意識の向上で、「事故ゼロ」を目指しましょう。



「準備よし」



「対策よし」

「反省よし」



高齢者のための熱中症対策

1. 体内の水分が不足しがちです

2. 暑さに対する感覚機能が低下しています

3. 暑さに対する体の調節機能が低下します



対策のポイント!

Point!

適切な塩分補給



乳製品で水分保持!



熱中症になったら経口補水液!



こまめに水分補給を

1日あたり
1.2L(焼)を
目安に

コップ6杯分

※水分や塩分の摂取量は
かかりつけ医の指示に従いましょう。

Point!

梅雨時期は湿度が高く、
汗をかきにくいので要注意!!温度・湿度
に注意適切な
冷房利用

換気しよう

外出時には日傘、帽子を忘れずに
「おかしいな?」と思ったら迷わず病院へしっかり
眠ろう涼しい
服にしよう

月末報告会のお知らせ

令和8年7月29日(水)・30日(木)両日共に1日2回(9時30分開始と13時30分開始)の計4回開催させていただきます。29日(水)午前坂本作業所(大津市坂本六丁目33-2)でも開催しています。訪問介護で就業されているヘルパー会員の皆さんは上記日程のうち、いずれかにご参加くださいますようよろしくお願いいたします。

令和8年度会費の納入はお済みですか?

令和8年度会費の納入がまだの方はお急ぎください。

滋賀銀行窓口払いによる振込手数料55円の取り扱いとは令和8年9月末までの予定です。

新型コロナウイルス・季節性インフルエンザ感染予防の徹底をお願いします。

「手洗いうがいを忘れずに」

