

任せてね!! あなたと地域のお手伝い



ひろしま 第135号 シルバーだより

発行

公益社団法人
広島市シルバー・協同労働センター
広島市中区西白島町 23-9
☎082(223)1156
<https://silver.hiroshima.jp/>
会員数(令和8年7月31日現在)

男	2,508 人
女	1,816 人
計	4,324 人

新たな独自事業「会員の手づくり作品販売事業」
手づくりマルシェ “シル・ベル🔔” オープン

会員が心を込めて制作した小物・アクセサリー・工芸品などを販売
素敵な逸品が並んでいます!! ぜひお気軽にお立ち寄りください!!



手づくりマルシェ
シル・ベル🔔
OPEN!!



10/1 木

月・水～金 / 10:00～15:00

(第1,3月曜・祝日・毎月29～31日を除く)

広島市中央公民館2階
(広島市中区西白島町24-36)



※「シル」はシルバー・「ベル」は幸せの鐘。
会員の皆様の豊かな経験と手仕事で、多く
の人との出会いにつながり、その輪が幸せ
の鐘の音色のように温かな笑顔となって広
がっていくことを願っています。

この独自事業は、会員の多様な就業機会の確保を図ることを目的としています。

- ・会員の高齢化が進む中、従来の就業が困難となってきた会員でも無理なくやりがいを感じながら働き続けることができる就業環境（自宅での就業が可能）
- ・様々な技能を有する会員の活躍の場

※10月1日から試行実施として、女性活躍推進部会委員、文化教室の講師等が制作した作品を販売します。
来年1月から、会員の皆様から広く募集した作品を販売します。（募集開始12月（予定））

【問い合わせ先】シルバー人材センター本部 082(223)1156（担当 業務第一係 柏木）

令和8年度通常総会を開催しました



令和8年度通常総会を、6月22日(月)広島国際会議場大会議室にて開催しました。

会員の皆様には、ご出席いただいたほか、書面による議決権行使や委任状の提出にご協力いただき、ありがとうございました。当日は、山縣広島市経済観光局次長にもご臨席いただきました。

「令和7年度事業報告」「令和8年度事業計画」「令和8年度収支予算」の3件の報告と「令和7年度決算報告」「役員（理事・監事）の選任」の2件の議案が承認されました。

退任された建部理事長、西本理事、望月理事、大西理事、中村監事に代わり、高石理事、黒木理事、山本理事、齋藤理事、北林監事が新役員に就任され、総会後の理事会で高石理事が新理事長に選任されました。

【出席総数：3,020 名】（内訳 当日出席：94 名、委任：1,402 名、議決権行使：1,524 名）



会員増加数全国1位達成



このたび、当センターが令和7年度の会員増加数において、全国第1位という大変光栄な成果を収めることができました。この成果は、日頃からシルバーの活動にご協力いただいている皆さまお一人おひとりのご尽力の賜物です。心より感謝申し上げます。

今回の結果に満足することなく、これからも地域の皆様に信頼される活動を続け、さらに多くの方に仲間になっていただけるよう、職員一同力を合わせて取り組んでまいります。今後とも変わらぬご支援、ご協力をお願いいたします。



「会員紹介特典制度」のお知らせ



会員紹介カードをご利用の上、ご家族、お友達を紹介いただいた会員の方には、**500 円のクオカードをプレゼントいたします！** 皆様ぜひご紹介ください!!

連絡先等の変更について(お願い)

会員の皆様の「住所」や「電話番号」、就業中の怪我など緊急の際に使用する「緊急連絡先」などの登録内容に変更がありましたら、速やかにお近くの事務所へお届け出をお願いします。



講座のご案内

シルバー

参加無料なのじゃ!!



知恵ブクロ講座

10 月「デジタル」

だまされんためのデジタル教室

令和8年10月15日（木）14：00～16：00

○場所：広島市シルバー人材センター本部 4階 研修室 ○講師：広島市電子メディア協議会
インストラクター 内海 祐一郎 氏

○内容：インターネットで気を付けること、迷惑メールやフェイクの見分け方、
特殊詐欺への備え

【申込先】 広島市シルバー人材センター本部
TEL：223-1156 （担当 企画係 中村）

～今後もゾクゾク開催予定!!～

11 月	感染症	南区	2月	認知症	東区、南区
12 月	火災予防	佐伯区			西区、安佐南区
1 月	消費者被害	中区	3月	おたのしみ	中区

※ 開催日が近づきましたら、内容や会場の詳細について、当センターのホームページやシルバーだより、事務局だより、Smile to Smile などでお知らせします。

※ 内容及び開催区は追加・変更となる場合があります。

またまた

転倒防止講座を開催します

【共催：広島市中保健センター】

近年、就業中および就業途上の転倒事故が多く発生していることから、会員の皆様を対象として、以下の日程で転倒防止講座を開催します。

昨年度も開催しており、受講者にとって満足度の高い講座でした。

受講料
無料お～



	日 時		場所
①	令和8年11月10日（火）	14:00 ~16:00	シルバー人材センター本部 4階研修室
②	令和8年11月17日（火）		
③	令和8年11月24日（火）		
※ 3回で完結する内容のため、全回出席可能な方優先 ※ 昨年度受講された方も参加可能			

○定 員 30人

○内 容 講義、歩行測定、体力などの各種測定、歩行実技（屋外ウォーキング含む）
転倒防止プランの作成、アンケート調査（7～8月実施）の結果報告

○講 師 広島大学大学院人間社会科学研究科 特任助教 小野 晃路 氏

○持参物 飲み物、タオル、帽子（屋外ウォーキング用）

※ 動きやすい服装、靴でお越しください。

※ 正確な歩行測定を行うため、なるべく**明るめの服装**でお越しください。

○申 込 シルバー人材センター本部 082（223）1156 （担当：企画係 中村）

昨年度の様子

● 第1回 転倒防止に向けた自己分析 ●



● 第3回 転倒予防プランの作成 ●



● 第2回 転倒予防エクササイズの実践 ●



昨年度受講された方から、次のような声をいただいています！
 「自分の身体のことになり参考になった！」
 「先生の話はもちろん、グループのみなさんの話に刺激を受けた！」

研修見学会参加者募集

★高齢者いきいき活動ポイント
対象事業(1 ポイント)です。

会員部会 研修事業

出雲大社・古代出雲歴史博物館

いずも
出雲市（島根県）

開催日 令和 8 年 1 1 月 1 1 日（水）雨天決行
集合 8：30 広島駅新幹線口
帰着 17：30（予定）
参加費 5,000 円
申込 シルバー人材センター本部
電話 082(223)1156
定員 40 人
締切 令和 8 年 1 0 月 9 日（金）



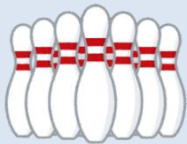
行程

- ① 9:00 広島駅発 🚆
- ② 11:50～12:50
観光センターいずも（昼食）
※食べ物アレルギーが気になる方は、申込の際にご質問ください。
- ③ 13:00～14:30
出雲大社～古代出雲歴史博物館
- ④ 17:30 広島駅帰着 🚆

●申込多数の場合は抽選（当選・落選については、後日通知します）

※ご参加いただく方の氏名等の個人情報を、必要の範囲内で旅行会社等に提供させていただきます。あらかじめご了承ください。

※締切日以後のキャンセルに関しましては、キャンセル料を全額自己負担していただきます。



ボウリング大会

会員部会 健康増進事業

★高齢者いきいき活動ポイント
対象事業(1 ポイント)です。

開催日 令和 8 年 1 2 月 1 4 日（月）
時間 9:00～12:00
場所 広島パークレーン（中区八丁堀 11-6）
参加費 1,000 円
申込 シルバー人材センター本部
電話 082(223)1156
定員 40 人 先着順です。
締切 令和 8 年 1 1 月 1 3 日（金）



※ご参加いただく方の氏名等の個人情報を、必要の範囲内で会場等に提供させていただきます。あらかじめご了承ください。



交流カフェ

会員部会 交流事業

★高齢者いきいき活動ポイント
対象事業(1 ポイント)です。

毎月、本部と佐伯支部で開催しています。本部では e スポーツ、ペタンクなどのニュースポーツを楽しんだり、切り絵同好会も活動しています。

シルバー人材センター 本部4階 研修室

開催日時：毎月最初の営業日
9:30～11:30
10月1日(木)/11月2日(月)
12月1日(火)/1月4日(月)

シルバー人材センター 佐伯支部

開催日時：毎月第三金曜日
9:30～11:30
10月16日(金)/11月20日(金)
12月18日(金)/1月15日(金)

切り絵同好会（本部）



佐伯支部の皆さん



シルバー事業普及啓発促進月間 ボランティア募集！！

さわやかな秋の日、まちの環境美化とセンターの PR に一緒に取り組みませんか。

参加ご希望の方は、下記の申込先にお電話ください。
申し込み締め切りは **10月9日（金）** です。

2時間程度です

高齢者いきいき活動ポイント対象事業（2ポイント）

◆ 基町中央公園東側等（清掃）
そごう広島店前（ビラ配り）

日 時 10月24日（土）9:30～
集合場所 シルバー人材センター本部
申込先 本部 082(223)1156

◆ JR 緑井駅前周辺
（清掃及びビラ配り）

日 時 10月24日（土）10:00～
集合場所 緑井駅駐輪場前
申込先 北支部 082(815)5251

◆ JR 海田市駅 南北駅前広場・ひまわり大橋
（清掃及びビラ配り）

日 時 10月17日（土）9:30～
集合場所 JR 海田市駅南側 ひまわり大橋
申込先 安芸出張所 082(822)0300

◆ JR 五日市駅 南北駅前広場
（清掃及びビラ配り）

日 時 10月24日（土）10:00～
集合場所 JR 五日市駅南口（歩道内）
申込先 佐伯支部 082(922)0520



就業会員向けスキルアップ研修会のお知らせ

受講料
無料

研修名	日 時	内 容	場 所	定 員
介護研修会	11月20日（金） 10：00～16：00	・生活援助技術や介護におけるコミュニケーションの取り方等のポイント ・車いす・歩行介助の実技	シルバー人材センター本部 4階 研修室	20人
		講師：社会福祉法人 IGL 学園福祉会		
おそうじ 研修会	①10月29日（木） 14：00～15：30	おそうじの基本と水回り掃除のコツについて	シルバー人材センター本部 4階 研修室	各回25人 ①②とも同じ 内容です。
	②11月6日（金） 14：00～15：30	講師：一般社団法人 サニクリーンアカデミー		
料理研修会	①11月27日（金） 10：00～12：00	作り置きアレンジレシピと食品の衛生管理について	中区西白島町 24 番 36 号 広島市中央公民館 2階調理室 （センター本部の隣です）	各回15人 ①②とも同じ 内容です。
	②12月11日（金） 10：00～12：00	講師：公益社団法人 広島県栄養士会		
申込	受付期間：令和8年10月23日（金） ～ 定員満了まで シルバー人材センター本部 082（223）1156 （担当：業務第一係 柏木・中田）			

襖・障子の張替え

当センターでは、本部2階の作業場で襖・障子の張替え事業を行っています。

ここでは、張替え作業歴30年の宮崎順弘さん、17年の三上昌司さん、1年の波田秀樹さんの3人が就業されています。就業日数は、不定期で月に1週間余りです。

リーダーの三上さんに、仕事の内容について伺うと「依頼されたお客様宅に、襖や障子を受け取りに行き、持参したパンフレットの中から新調する柄を選んでいただき、納期を



【左から波田さん、三上さん、宮崎さん】



確認のうえ、張替え作業場に持ち帰ります。そして3人で手分けして、枠や古紙の取り外し、破損箇所の補修等を行い、新しい紙に張り替えます。その際、シワが無いよう、傷が入らないよう、また汚れが付着しないよう細心の注意を払って行っています。その後、納期に間に合うよう持参し、取り付けをしています」と話されました。

またお客様からは『見違えるほど綺麗になり、部屋が明るくなりました。仲間に紹介したいです』との声を沢山頂いており、大きな喜びを感じています。今後も「専門業者に負けぬよう素晴らしい仕事をしていきたいです」と力強く語っておられました。

**この仕事で
頑張っています**

松の剪定

東区にある民家の剪定現場を訪れました。ここでは万全な熱中症対策をして松の剪定をされていた会員の小野武広さんと、清掃の補助としてご家族で会員の小野百合子さんが就業されていました。

小野さんは、当センターに入会後、植木スクールを受講し50日間の実技実習を受け、その後も剪定動画を繰り返し観て学び、冬場を除いて月に10日程度剪定業務に就いているとのこと。剪定の手順と留意点について話を伺うと「まず見積もりに赴いた時、樹木の大きさ、幅、高さ等を観察し、脚立の必要性



の判断を行います。そして作業当日は、万全な体調で臨み、安全第一で転倒事故の防止に努めるとともに、カットした松の葉が飛散しないよう養生シートを敷いた後、古枝や下向き枝、交差枝、徒長枝を枝分かれの付根で切って樹形を整え、古葉は取り除くなどしています。剪定が終わると養生シートを撤去し、周囲の清掃を行います。

依頼者の方から『こんなに綺麗にしてもらい有難うございます。これからもお願いします』との言葉をよく頂きます。人の喜ばれる姿が見られるのは嬉しく、この仕事を続けて良かったと感じています」と笑顔で語りながら、次回の剪定業務に胸を膨らませておられました。



【小野さん夫妻】

会員のひろば

顔ヨガ教室体験

顔ヨガ教室に参加してきました。顔ヨガとは、表情筋の使われ方の違いにより発生したお顔の左右差をチェックし、姿勢を整えてお顔を動かしやすくすることです。ほうれい線といった見た目だけではなく、誤嚥の改善も期待できるそうです。

先生のアドバイスは「筋肉は変わる。1日3分続けることです」と言われました。毎日のちょっとした習慣で表情筋を楽しく鍛えてみようと思います。

広報部 垣内

川柳

広島のはきはカーブにかかてる
物価高音をあげたいが知恵を出す
大國の吠えるカードに泣く地球
先人の知恵に私は育てられ
エアコンに差し上げましょう感謝状

中野 妙子

短歌

目の前に水田ひろがり父母との
幼き日々をおもひだしたり
美しき苗のそろへるふるさとよ
みずほの国にただ感謝なり

垣内 みどり



【顔ヨガ教室】



「平和公園の77年前」

平和記念公園でボランティアガイドを始めてかれこれ10年になります。7月7日の七夕の日に関東の高校生のガイドを行いました。ガイドに際してこの日は何の日かという話をする

ことはよくあります。7月7日は昭和24年（77年前）に平和記念公園を作るきっかけとなった、「広島平和記念都市建設法」の住民投票があった記念すべき日であることに気づきました。対象が高校生でもあるので今日はこの経緯を話そうと思った次第です。実は私の生まれた年が昭和24年であることも動機ですが・・・。

「広島平和記念都市建設法」は「広島の憲法」とも呼ばれ、戦後復興が国家事業となった大切な法律です。この日の住民投票では投票者の90%を超える賛成を得て成立しました。この中には、被爆直後から復興に関する多くの市民の声が反映されています。

被爆後の経緯について見ると、直後から世界平和の発祥地とし記念区域とすることなど、広島を

平和都市とする復興構想が有識者や市民レベルで提案されていました。このことは世界で初めて原爆被害を受けた都市として驚きでもあります。この法律を起草したのは、広島県出身の法制官僚であった寺光 忠でした。そして平和記念公園の建設は建築家の丹下健三に託されました。

建設を丹下に託すにあたって、「世界永遠の平和を祈念するための平和記念館と戦没者をまつる慰霊塔は必ず公園内に設けるなど」が示されました。丹下の計画案は、四つの基本的な施設『平和会館（資料館）－広場－祈りの場所（慰霊碑）－原爆の遺跡（原爆ドーム）』が配置され慰霊碑のアーチを通して原爆記念の遺跡を望むことができるようになっていました。

丹下を世界的な建築家として位置付け、また平和記念公園にいまも多くの人々が世界平和を願って来ている光景を作り出したのは、広島へのこのような理念があったからではないかと思います。

慰霊碑の死没者名簿の石室には「安らかに眠ってください 過ちは繰り返しませぬから」の言葉が記されています。何時来てもいい公園だと思えます。

〔安佐北〕 モーリー



『水内川秋色』
みのちがわあきいろ

湯来ロッジのそばには、水内川の清流が広がっています。その透きとおるような水面と、白い波しぶき、色鮮やかに紅葉した山々。勢いのある水音に包まれながら、自然が放つエネルギーをそのまま写し取りたいと作品にしました。



『水彩画』 安佐南区 清水 武さん
『筆影山から』

夏の終わり、三原市の筆影山展望台から見渡す美しい瀬戸内風景を描きました。正面には因島大橋、左に向島、右には因島が広がっています。静かに流れる雲や遠くの島々が心地よく、鮮やかな「瀬戸内ブルー」の中に浮かぶ白い橋、船が残す白い日本南に未了されたひとときでした。



『湯来 しあわせ観音』

広島市佐伯区湯来町大字伏谷国道四三三三号線
篤志家より皆様の幸せを心願して建立しました



ボランティアカメラマン
佐伯区 沖田 彰さん



『カービング』 安佐北区 岡本 欣弥さん
『エナガ』

エナガは全長14cm、小さくて丸い体に短かな嘴と長い尾を持つかわいいう野鳥です。毎年梅の咲くころ、エナガが集団で平石短時間ですが泣きながら餌を探しています。その風景を思い再作しました。

ウォーク同好会 参加者募集！



日時 令和8年11月14日(土) 雨天中止
場所 宮島散策
集合場所 宮島口フェリー乗り場
集合時間 10時 飲物・昼食を持参
申込 シルバー人材センター本部（企画係）
082(223)1156

図書コーナーだより

＜今月のおすすめ＞

- ・「80代になるとたいていボケるか死ぬ70代は神様から与えられた特別な時間」 林真理子
- ・「永遠の記憶」 東野圭吾
- ・「ハヤブサ消防団森へつづく道」 池井戸潤

話題作など、沢山ありますので是非ご利用ください！

会員の皆様からの投稿を募集しています



趣味、旅、近所の情報など、どんな事でも大歓迎です。お気軽にお寄せ下さい。
ご希望により、取材にも行きます。

申込 シルバー人材センター本部（管理係）082（223）1156 E-mail:hirosima@sjc.ne.jp



安全・適正就業部会報告

令和 8 年度 傷害事故及び賠償事故の発生状況

（各年度 8 月末現在）

	今年度	前年度	差
傷害事故	10 件	13 件	▲3 件
賠償事故	10 件	9 件	1 件
計	20 件	22 件	▲2 件

傷害事故は、前年度に比べて 3 件減少し 10 件発生しています。そのうち、6 件が就業途上の交通事故となっており、今年は、就業中のけがに加え、行き、帰りで自転車の転倒など、けがをする事故が多く発生しています。

就業中だけでなく、その道中でもけがをしないよう、安全第一を心がけましょう。

賠償事故は、前年度比で 1 件増ですが、半数以上が、草刈り作業中の飛び石事故です。走行中の車両の窓などに石が飛び破損させるなど、すでに 6 件発生しています。

飛散防止ネットを必ず張り、周囲に気をつけて、安全就業に取り組んでいきましょう。

8 月末現在

傷害事故	令和 8 年度	令和 7 年度
全体	10 件	13 件
うち就業途上	6 件	3 件



8 月末現在

賠償事故	令和 8 年度	令和 7 年度
全体	10 件	9 件
うち除草石飛び	6 件	3 件



就業現場視察実施報告

シルバー会員の就業現場を視察しました

令和 8 年 8 月 18 日（火）に、理事長、安全・適正就業部会の委員、広島県シルバー人材センター連合会職員及び当センター職員が、京橋川河岸の草刈り現場や、シルバー会員を派遣している企業を視察しました。

現場では安全な就業や熱中症予防など、健康管理に努めるよう呼びかけました。



就業現場視察の様子

熱中症対策について

10月も残暑にご注意ください

気象庁は10月下旬までの平均気温の予報を発表し、全国的に平年並み、または、高くなるとしており、まだ暑さが続くことが予想されます。

暦の上では秋ですが、当面の間は引き続き熱中症への対策を行いましょう。

会員の皆様には、引き続き健康面に注意を払っていただき、「秋の熱中症」にも気をつけていただきますようお願い申し上げます。



会員専用サイト「Smile to Smile」に登録しましょう！

当センターでは、フリーランス法に対応するため、依頼する仕事の内容などの就業条件は、原則として会員専用サイト「Smile to Smile」でお知らせしています。また登録すると、配分金明細やセンターからのお知らせなどをいつでもスマホ等でご覧いただけます。

「Smile to Smile」を利用するには、あらかじめ会員の皆様ご自身での登録が必要です。登録や使用方法が分からない方については、各事務所で懇切丁寧に支援します。相談会も開催していますので、ぜひご相談ください。

★未登録の場合でも、就業などの会員活動に影響はありません。



未就業相談会

（日時：毎月第三金曜日 13：30～15：30 場所：本部、支部、出張所）
会員登録後、就業のチャンスがまだない方のために、毎月未就業相談会を実施しております。

事前予約は不要です。直接各事務所へお越しください。（先着順となります。）



元気スイッチ体操

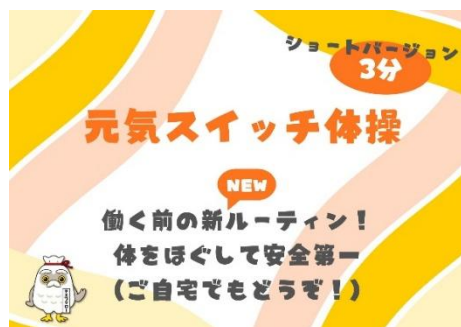
働く前の新ルーティン！ 体をほぐして安全第一

会員の皆様の「安全」と「健康増進」のために

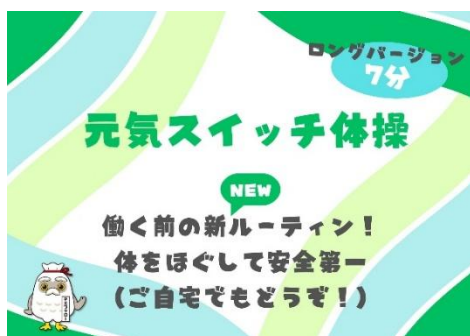
「元気スイッチ体操 ～カラダ応援プログラム～」を作成しました。

出演・指導・監修（健康運動指導士「岩崎浩美」先生）

- ・動画を見ながら一人で手軽にできる！
- ・インストラクターが模範のストレッチ紹介！
- ・当センターHPに3分ショートバージョンと7分フルバージョンを掲載！（「会員の方はこちら」に掲載）



1. 姿勢の確認
2. 肩を安定させるトレーニング
3. 胸のストレッチ
4. 背伸び・脇腹のストレッチ
5. ふくらはぎ、指、手首のストレッチ
6. 太もも裏のストレッチ
7. 深呼吸



元気のポイントは3つ、「運動、栄養、そして社会参加！」です。
皆様のやりたいことを、やり続けられる体づくりと、そして仲間づくりのために、ぜひ、一緒にやってみましょう。

『笑顔と元気で心豊かに過ごしてください！』

元気スイッチ体操の動画は、ホームページでご覧いただけます。

元気スイッチ体操
(3分)



元気スイッチ体操
(7分)

元気スイッチ体操の動画は、ホームページでご覧いただけます。

元気スイッチ体操
(3分)



元気スイッチ体操
(7分)

3分

元気スイッチ体操

働く前の新ルーティン！体をほぐして安全第一

準備

手足を横に振る



1. 姿勢の確認

足は腰幅、
かかとの上に、
骨盤、胸、肩、頭が来るように
お腹と背中をスーッと
伸ばすように



2. 肩を安定させるトレーニング



両手をななめ下に
腕を内側、外側にひねりましょう。

3. 胸のストレッチ (4 回程度)



息を吸いながら腕を体より後ろへ、
軽く胸を張ります。
視線は、ななめ上、遠くをご覧ください。
腕をひねって、戻しながら息を吐きます。

4. 背伸び・脇腹のストレッチ



両手ななめ下、
体より少し前から、
ゆっくりと頭の上の方へ



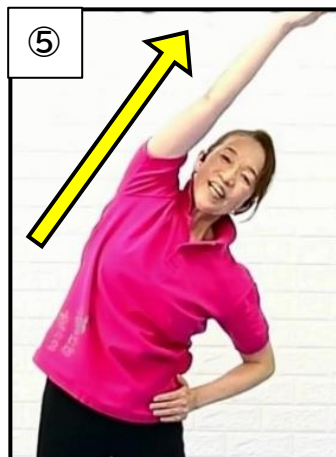
軽く指を組んだら、
足の裏をしっかり
踏ん張り、



ひじを伸ばし、
けんこう骨、ろっ骨
を伸ばします。



伸びた状態で、
少し右へ倒します。

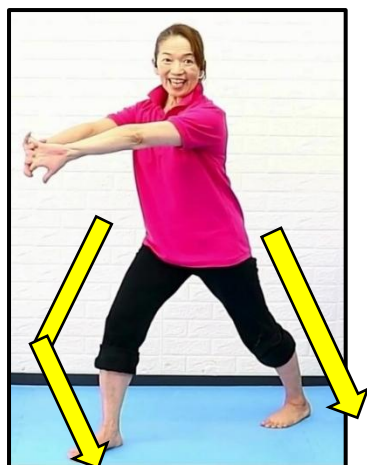


手を骨盤に当てます。
息を吸って、伸ばしている手をもっと遠くへのばします。



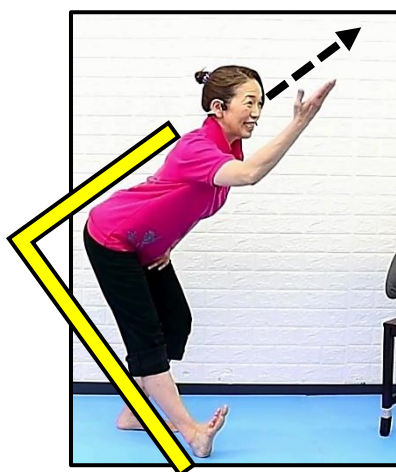
ゆっくり手を下ろしながら息を吐きます。
（反対側を①から）

5. ふくらはぎ、指、手首のストレッチ



片足を後ろへ、両足のかかとを
しっかり床についてください。
手を組んで、前方へ伸ばします。
前の足は曲げて、後ろの足はしっかり伸ばしてください。
（反対の足も）

6. 太もも裏のストレッチ



かかとを半歩前へ
つま先を上に、背筋を伸ばします。
軸足を曲げながら、体を前へ倒します。
「く」の字のイメージです。
（反対の足も）

7. 深呼吸

腕を上げながら息を吸って、
下ろしながら吐きます。



『笑顔と元気で心豊かにお過ごしください!』

！注意！

- ・体調に不安を感じたときには無理をせず運動を中止してください。
- ・立って行う動作に不安がある場合は、安定したものに手を添えて行ってください。
- ・安定した椅子を使用し、呼吸を止めずに無理のない範囲で行ってください。

広島市シルバー人材センター様の会員向け配付、
および現場での活用に限定的にご使用ください。
「元気スイッチ体操／監修：株式会社広島元氣い
っぱいプロジェクト／無断転載・転用禁止」

健康に役立つサイトをまとめました！

健康情報リンク集

当センターのホームページに、広島市と厚生労働省のホームページの「健康情報」を掲載しています。皆さんの健康維持・増進にお役立てください。



健康情報リンク集は、ホームページでご覧いただけます。「会員の方はこちら」に掲載しています。



【掲載の例】

① 栄養・食生活

①	栄養・食生活	食事バランスの達人
		フライパンづかいの達人
		レンジ・トースターでチン！の達人
		栄養士おすすめレシピ【動画】

リンクをクリックしてください

ご覧になりたい項目をクリックください。

広島市公式 YouTube チャンネルの動画をご覧になれます。



② 身体活動・運動

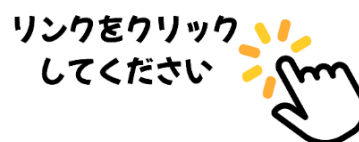
②	身体活動・運動	いきいき百歳体操
		ひざと！リンクをクリックしてください
		本操
		アレンジ！

リンクをクリックしてください

ご覧になりたい項目をクリックください。

広島市ホームページの PDF（画像）をご覧になれます。





健康情報の掲載一覧（広島市）

項目	参考
栄養・食生活	食事バランスの達人
	フライパンづかいの達人
	レンジ・トースターでチン！の達人
	栄養士おすすめレシピ【動画】
身体活動・運動	いきいき百歳体操
	ひろしましゃんしゃんバランス体操
	とし歩deヘルスケア
	スキマ時間に「おひトレ」にチャレンジ！
	ウォーキングマップ
喫煙	禁煙
歯・口腔の健康	はじめよう！口腔ケアで介護予防
	健口体操・歯や入れ歯の清掃
	かみかみ百歳体操
健診・検診	元気じゃ健診・がん検診
	節目年齢歯科健診・診療
	骨粗しょう症検診
	在宅訪問歯科健診
感染症	インフルエンザ定期接種
	コロナウイルス感染症定期接種
	高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種
	带状疱疹ワクチン定期接種
	マダニ注意喚起
熱中症	熱中症の予防
認知症	しゃきしゃき百歳体操

健康情報の掲載一覧（厚生労働省）

項目	参考
休養・睡眠	健康づくりのための睡眠ガイド
	高齢者のためのGood Sleepガイド
飲酒	あなたが決める、お酒のたしなみ方（男性編）
	あなたが決める、お酒のたしなみ方（女性編）
骨粗しょう症	骨活のすすめ【動画】
健康日本21アクション支援システム ～健康づくりサポートネット～	生活習慣病
	栄養・食生活
	飲酒
	休養・こころの健康
	喫煙
	身体活動・運動
	歯・口腔の健康
	健康イベント&コンテンツ

こどもに接する現場で働く会員の皆様へ

「こども性暴力防止法」による対応が始まります

令和 8 年
12 月 25 日
施行

教育・保育など、こどもに接する場での性暴力を防ぎ、こどもの心と身体を守るため、令和8年12月25日から「こども性暴力防止法」が施行されます。

こどもと接する仕事を提供する事業者(発注者)が、この法制度の対象事業者である場合、就業する方には事業者により性犯罪前科の有無の確認が行われ、もし性犯罪前科が有ることが確認された場合、こどもと接する業務に就くことができません。

また、性犯罪前科の有無を確認するため、就業予定者には、こども家庭庁に戸籍情報を提出する等の協力が求められます。

なお、事業者が本制度の対象となる可能性がある場合は、センターから新たに仕事を紹介する際に対象となる会員へお知らせいたします。

また、既に就業されている会員で、戸籍情報の提出等の対応が必要となる場合は、別途センター又は事業者からお知らせいたします。

会員の皆様に関するポイント

就業先がこの法律の「義務・認定事業者」で、こどもと接する業務に就く場合、次の対応が必要になります。
(※1)

- | | |
|---|---|
| 1 | 性犯罪前科の有無の確認(日本版 DBS)が行われます。 |
| 2 | 確認に必要な手続として、会員がこども家庭庁に対し、戸籍情報を提出するなどの対応が求められます。(※2) |
| 3 | 性犯罪前科が確認された場合、その仕事(こどもと接する業務)には就くことができません。 |

※1 法施行時点ですでに対象となる業務に就いている方も、順次、確認の対象となります。

※2 こども家庭庁によると、手続きのための専用アプリを開発中であり、アカウントを取得したうえでマイナンバーをかざすと、戸籍情報がこども家庭庁へ自動的に届くような仕組みになる予定です。

対象となる仕事の例

- | | |
|-----------------|-------------|
| ● 放課後児童クラブの指導補助 | ● 幼稚園等への送迎 |
| ● 保育所等での保育補助 | ● 児童の見守り など |

※ すべてのこども関連の仕事が一律に対象となるわけではありません。

会員の皆様におかれましては、こうした取り扱いについて十分ご理解のうえ、御協力のほどよろしくお願いいたします。

ご不明な点がございましたら、担当職員までお問い合わせください。



協同労働の普及・促進について

広島市協同労働支援センター

当センターの主な事業として、協同労働団体の立ち上げや既存団体の運営を支援しています。

今年度、新たに設立した協同労働団体

今年度はこれまでに3団体が新たに立ち上がりましたのでご紹介します。

設立日	団体名（所在地）	構成員	事業内容
令和8年 5月30日（土）	まあるくくらす （中区大手町）	4人	【外国ルーツ住民向けの情報発信事業】 ・SNS やポッドキャストでの情報発信 ・広島のローカル文化や日本語を学べる会員制サロンの運営
令和8年 6月25日（木）	スペース種 （安佐南区長束）	3人	【地域コミュニティ創出事業】 ・ワークショップの開催 ・食と健康に関する図書スペースの運営 ・地域住民の居場所づくり
令和8年 7月25日（日）	キャリアの相談室 オアシス （南区京橋町）	6人	【女性による女性のキャリア形成支援事業】 ・キャリアに関する相談への対応 ・キャリアコンサルティングの無料体験会の開催 ・人材育成などに課題を抱える組織の支援

既存団体への支援

既存団体の支援として、団体が開催する総会や定例会、イベント会場などを訪問し、運営に関する助言やサポートを行っています。

・総会への訪問



さぼ〜と-ヒロシマ-



タウン・サポート平和台



フレンドリーとものにし



城山おたすけたい・絆

・イベントへの訪問



河津川プロジェクト
「田植え」



アグリアシストとも
「野菜づくりカフェ」



おひさまSUN
「ウクレレコンサート」



おいでよ うおきり
「じゃがいも掘り」

広島市協同労働支援センター

〒730-0005 広島市中区西白島町 23-9（広島市シルバー・協同労働センター内）

TEL：082（554）4400 FAX：082（554）4401

Email：kyodo-shien@sjc.ne.jp



ホームページ