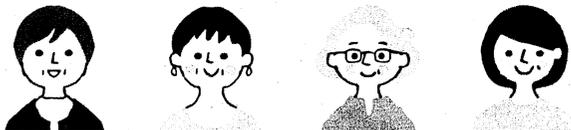


# 入会のお申し込み・お仕事のご依頼は、 あなたの街のシルバー人材センターへ

| センター名                 | TEL          |
|-----------------------|--------------|
| 公益社団法人 福島市シルバー人材センター  | 024-531-2511 |
| 公益社団法人 二本松市シルバー人材センター | 0243-23-5099 |
| 公益社団法人 伊達市シルバー人材センター  | 024-577-6022 |
| 公益社団法人 本宮市シルバー人材センター  | 0243-24-6080 |
| 公益社団法人 桑折町シルバー人材センター  | 024-582-3194 |
| 公益社団法人 川俣町シルバー人材センター  | 024-565-5342 |
| 公益社団法人 国見町シルバー人材センター  | 024-585-3405 |
| 一般社団法人 大玉村シルバー人材センター  | 0243-24-5526 |
| 公益社団法人 郡山市シルバー人材センター  | 024-933-0001 |
| 公益社団法人 須賀川市シルバー人材センター | 0248-76-1992 |
| 公益社団法人 田村市シルバー人材センター  | 0247-81-1505 |
| 公益社団法人 三春町シルバー人材センター  | 0247-62-7308 |
| 公益社団法人 小野町シルバー人材センター  | 0247-72-2412 |
| 一般社団法人 玉川村シルバー人材センター  | 0247-37-1390 |
| 公益社団法人 鏡石町シルバー人材センター  | 0248-62-7171 |
| 一般社団法人 古殿町シルバー人材センター  | 0247-53-4457 |
| 天栄村シルバー人材センター         | 0248-82-2124 |
| 石川町シルバー人材センター         | 0247-26-3290 |
| 平田村シルバー人材センター         | 0247-55-3500 |
| 浅川町シルバー人材センター         | 0247-36-2223 |

| センター名                     | TEL          |
|---------------------------|--------------|
| 公益社団法人 白河・西郷広域シルバー人材センター  | 0248-22-9128 |
| 公益社団法人 矢吹町シルバー人材センター      | 0248-44-5211 |
| 公益社団法人 棚倉町シルバー人材センター      | 0247-33-7832 |
| 塙町シルバー人材センター              | 0247-43-2153 |
| 中島村シルバー人材センター             | 0248-52-3400 |
| 矢祭町シルバー人材センター             | 0247-34-1050 |
| 泉崎村シルバー人材センター             | 0248-21-5255 |
| 鮫川村シルバー人材センター             | 0247-49-2171 |
| 公益社団法人 会津若松市シルバー人材センター    | 0242-26-1818 |
| 公益社団法人 喜多方市シルバー人材センター     | 0241-23-1313 |
| 公益社団法人 会津坂下地方広域シルバー人材センター | 0242-83-0199 |
| 公益社団法人 会津美里町シルバー人材センター    | 0242-55-1031 |
| 公益社団法人 猪苗代町シルバー人材センター     | 0242-62-5203 |
| 公益社団法人 南会津町シルバー人材センター     | 0241-64-5100 |
| 公益社団法人 西会津町シルバー人材センター     | 0241-45-2750 |
| 磐梯町シルバー人材センター             | 0242-73-3022 |
| 北塩原村シルバー人材センター            | 0241-23-3111 |
| 柳津町シルバー人材センター             | 0241-41-1445 |
| 只見町シルバー人材センター             | 0241-82-2380 |
| 公益社団法人 いわき市シルバー人材センター     | 0246-22-1722 |
| 公益社団法人 そうま広域シルバー人材センター    | 0244-36-1283 |
| 公益社団法人 南相馬市シルバー人材センター     | 0244-23-0880 |
| 社団法人 南双広域シルバー人材センター       | 0240-23-5240 |



公益社団法人  
**福島県シルバー人材センター連合会**  
〒960-8035 福島市本町5番5号 福島本町フコク生命ビル3階



TEL 024-521-6081  
FAX 024-521-6086  
<https://fukushimaren.net/>



シルバー人材センターがお届けする

# 女性の集い in ふくしま



～美しく輝くシニア女子の楽しみ方～

シルバー人材センターの女性会員は  
日々様々な場面で輝き、活動しています。  
この活動を、県内女性会員が共有化し、  
女性自身による女性自身のさらなる輝く活動を広げ、  
地域の高齢女性も参加出来る  
「女性の集い」を開催いたします。

開催日時 ※パーソナルカラー講座のみ 10:00～12:00開催

令和7年 **1月20日** 13:00～16:00 (開場は12:30)

会場

**ビッグパレットふくしま 3階**  
福島県郡山市南2丁目52番地



**スタンプラリー開催**  
スタンプ3個でプレゼント  
(限定300個)



「女性の集い in ふくしま」ご来場の皆さまへ  
歓迎のごあいさつ

公益社団法人 福島県シルバー人材センター連合会  
会長 山内 芳夫

ご来場の皆さま、今日は、当連合会が開催  
する女性の集いへご参加いただき、ありがとうございます。

福島県内は少子高齢化が進展し、社会を支える世代の減少とともに、  
元気な高齢者にはますます社会での活躍が期待されるようになって  
まいりました。

私共、シルバー人材センターでは、県内約12,000人の会員の皆さま  
が、希望に応じた就業の場で活躍しながら、自身の生きがいの充実を  
求めるとともに、地域社会に貢献できるよう、日々活動しています。

この度の女性の集いは、地域の高齢女性の皆さまには私共の活動を  
知っていただけるよう、センターの女性会員の皆さまには他のセンター  
の活動を知っていただけるよう、開催しました。

人生100年時代、80歳になっても、90歳になっても、シルバー人材  
センターによる就業の場や、居場所があることにより、元気で生きがい  
を保ちながら活動を続けられる、という会員も多く見られます。

今日は、そのような中で女性会員の活動をご理解いただきながら、  
新たな学びの場などで、大いに楽しんでいただきたいと思います。

そして、健康で楽しい生活を送ることが出来ますよう、ご祈念申し  
上げ、歓迎のごあいさついたします。



「女性の集い in ふくしま」ご来場の皆さまへ  
歓迎のごあいさつ

公益社団法人福島県シルバー人材センター連合会  
筆頭副会長  
福島県シルバー連合女性会議  
議長 藤本 容子

「女性の集い in ふくしま」の開催を計画しましたところ、大勢の  
皆さまにご参加いただき、ありがとうございます。

女性の集いは、県内女性会員の様々な活動について、その情報を  
共有化し、女性自身による、女性自身のさらなる輝く活動を広げる、  
このような目的で開催しています。

本日の集いでは、まず、「健康」をテーマに、講演、講座、健康に  
関するサービスを用意いたしました。

次に、「美」をテーマに、メイクアップ講座のほか、ピアノ演奏や  
パーソナルカラー講座、学びの講座など、心身ともにおだやかな  
ひと時をお過ごしいただけるよう用意いたしました。

このほか、会員講師(発表)による講座、お仕事の相談コーナー、  
女性会員活動状況紹介コーナー、協賛企業コーナーも用意いたし  
ました。

ご参加いただいた皆様には、当日参加OKもありますので、時間  
の許す限り、講演、各講座、各コーナー等を充分楽しんでいただき  
ますようご案内申し上げます、ごあいさついたします。

主催：(公社)福島県シルバー人材センター連合会  
共催：(公社)郡山市シルバー人材センター、(公社)須賀川市シルバー人材センター  
後援：福島労働局、福島県

# 当日参加OK!

# 女性の集い ふくしま

各種講座を受講するには申し込み後にお送りした「受講決定通知書(ハガキ)」が必要です。

お仕事相談コーナー・協賛企業コーナー  
センター手芸品展示販売コーナー

### お仕事 相談コーナー

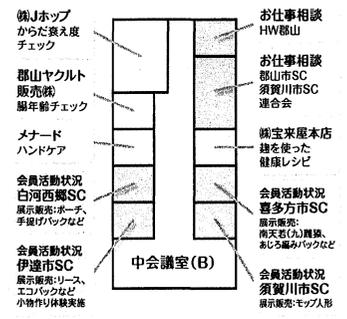
- ハローワーク郡山(HW)  
(生涯現役支援窓口)  
※雇用保険受給者の方へ  
ハローワークとの仕事の相談は  
「求職活動実績」になります。
- シルバー人材センター(SC)

### 協賛企業 コーナー

- からだ衰え度チェック(株Jホップ)
- 腸年齢チェック(郡山ヤクルト販売株)
- ハンドケア(メナード)
- 趣を使った健康レシピ  
(株式会社来原本店)

### シルバー人材センター女性会員 活動状況紹介コーナー

- 手芸品の展示販売  
小物作り体験
- 踊り発表  
(14:10~14:20)  
中会議室 A

### ① パーソナルカラー講座

講師：日本カラーリスト協会 認定講師 小池 久子 氏  
講座：第三者から見て、自分に似合う  
内容：色を学びます。

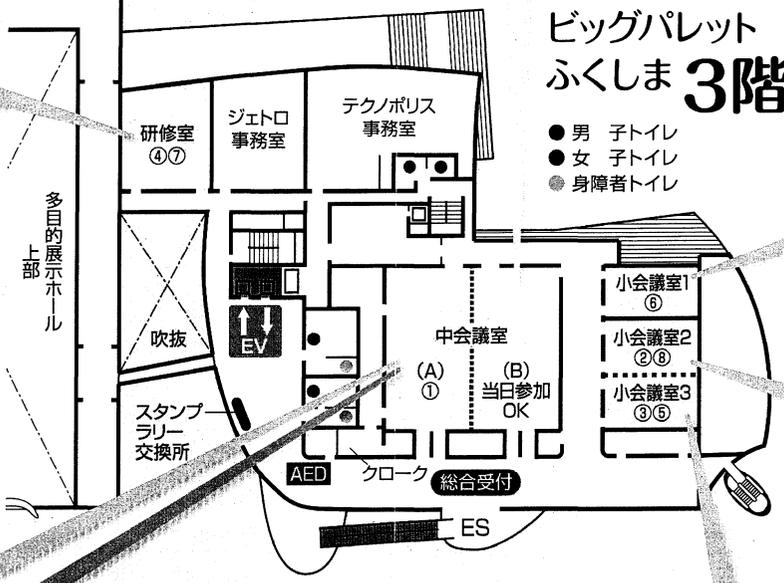
定員 **20名**  
10:00 ~ 12:00  
所用時間 約2時間



### ② セルフメイク講座

講師：メナード福島統轄販売株式会社  
講座：日常生活で活用できる  
内容：セルフメイクを学びます。

定員 **60名**  
(各回20名)  
13:00  
14:00  
15:00  
所用時間 約45分

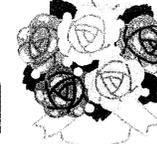
### ビッグパレット ふくしま 3階

- 男子トイレ
- 女子トイレ
- 身障者トイレ

### ⑥ フラワーアレンジメント講座

講師：mon ange♡モン アンジュ 近藤 あけみ 氏  
講座：プリザーブドフラワーと  
内容：アーティフィシャルフラワーを  
併用したアレンジを作成します。

定員 **40名**  
(各回20名)  
13:30  
15:00  
所用時間 約1時間



### ② レクダンス体験

講師：シルバー人材センター会員  
大久保 久江 氏  
講座：レクダンスとは、年齢問わず誰でも  
内容：取り組める創作ダンスで、初心者でも  
安心して取り組みます。

定員 **10名**  
13:00 ~ 14:20  
所用時間 約1時間20分



### ④ 生活習慣病に対する食事、運動療法

講師：医療法人うさみ内科  
院長 宇佐見 啓治 氏  
講演内容：健康で若々しく長生き  
するための食事、  
運動療法を学びます。

定員 **50名**  
13:00 ~ 14:00  
所用時間 約1時間



### 女性が花咲く 音楽タイム

当日参加OK!

講師：Jun Jun  
藤居 ジュンコ 氏  
ゲスト：  
永瀬 真理子 氏  
14:30~16:00



### ③ 免疫回復運動講座

講師：シルバー人材センター会員  
健康管理士一般指導員  
八波 浄二 氏  
講座：肩こり、足腰を強くする  
内容：体操です。

定員 **15名**  
(各回5名)  
13:30  
14:30  
15:30  
所用時間 約30分



### ⑤ マフラーの巻き方講座

講師：シルバー人材センター会員  
木滑 恵美子 氏  
講座：マフラーの巻き方を  
内容：学びます。

定員 **15名**  
(各回5名)  
13:00  
14:00  
15:00  
所用時間 約15分



### ③ 健康マージャン体験

講師：シルバー人材センター会員 徳山 明雄 氏  
講座：令和にブーム再来。  
内容：子どもたちにも麻雀が流行っています。  
初心者方、麻雀を体験してみませんか?

定員 **12名**  
14:40 ~ 16:00  
所用時間 約1時間20分

