



～シニアのための生きがい応援マガジン～

ほっとHOT通信



第4号
平成30年10月

発行・編集：いきがい応援プラザ～HOT～

三田市駅前町2-1 まちづくり協働センター(キッピーモール6階)

Tel・Fax:079-559-6800 メール:ikigai_ouen@city.sanda.lg.jp ホームページ:https://www.hot-sanda.com

いきがい応援プラザ ～HOT～開設2周年特別号

いきがい応援プラザ～HOT～は、
いきいきシニアの応援団です！
十人十色のいきがいスタイルを
ご紹介します！



「いきがい応援プラザ」は、まさに名前のとおり、
シニアの「いきがい」、「やりがい」につながる活動を応援する窓口です！
十人十色のライフスタイルにあわせて、いつまでも自分らしくいきいきとシニア
ライフを送るお手伝いをさせていただきます！

あなたにとって
「いきがい」って？
一緒に探しましょう！

人の数だけ、「いきがい」それぞれ！



いきがい応援プラザ～HOT～がオススメする 十人十色いきがいスタイル



こんな方にオススメ

何かしたいけど、どんな活動があるか分からない……。活動するきっかけがほしい！

【相談窓口やホームページで情報を収集してみましよう！】

・市内でいきいき活動している団体やイベント情報を窓口やホームページで発信しています。

【イベントに参加してみましよう！】

・シニアがいきがいややりがいにつながる活動のきっかけづくりになるイベントを開催。



活動体験バスツアー参加者の声
活動現場を訪ね、活動体験やメンバーの方々とふれあいを通して、何か活動してみたいという気持ちになりました。初めの第一歩を踏み出すきっかけとなりました。

・何かしたいシニアと団体の出会いの場「シニアと団体つながり広場/活動体験バスツアー」

いきがい応援プラザ～HOT～の窓口やホームページを利用したりイベントに参加して、活動するための情報を集めましょう！



・活動するきっかけづくりやこれからの有意義なシニアライフのヒントとなる「いきがい応援セミナー」

シニアの仲間を積極的に募集している団体を「シニア応援団体」として登録し、HOTで活動内容をPRしています。



こんな方にオススメ

特技を披露したり、活かしたい！
現在も活動しているが、もっと活動の幅を広げたい！
地域のイベントなどのサポートやお手伝いをしたい！

いきがい応援バンクに登録して、特技で活躍の幅を広げたり、イベントなどのサポートとして活動してみませんか！

【いきがい応援バンクに登録してみましよう！】

・いきがい応援バンクって… 教えたり、披露したりできる知識・特技をお持ちのシニアとそれを必要とする団体・市民などをつなぐ人材バンクです。また、市内で行われるイベントのお手伝いができる方の登録も行っています。情報はホームページなどで紹介し、HOTが依頼者とのマッチングを行います。



いきがい応援バンク登録者 ジョージさん

英会話や英語のことわざを教えます！
フォークギターで楽しく英語の歌を歌いましょう！



いきがい応援バンク登録者の特技のお披露目やPRの場として「ほっとHOTつながりサロン」も開催しています。

いきがい応援バンクに登録してから多くの方々とふれあい、自分のスキルを発揮する機会が増え、活動の幅が広がりました。HOTのサロンがご縁で始まった月1回の英会話サロンでは、参加者の方々と体験談などを語り合ったり、お互いの情報共有の場として双方向のコミュニケーションを取り、楽しい時間となっています。



今回初めて、サロンのお手伝いをしたのですが、今後も時間が合えばサロンの手伝いをしたいと思います。
それは、私自身が人と接することが好きというのがありますが、子どもたちが真剣に工作に取り組み、作品が完成した時の笑顔が忘れられないからです。

**いきがい応援バンク登録者
辻 康弘さん**
レクリエーション活動他スポーツを教えます！



こんな方にオススメ

健康で、意欲と能力がある限り働き続けたい！
趣味と仕事を両立しながら
有意義なシニアライフを送りたい！

就職で悩んでいるシニアのあなた、まずは窓口で相談してみましょう。



【相談窓口を利用しましょう！】
・生涯現役を実現するため、それぞれの働き方、希望に合わせた仕事の探し方に関するアドバイス、関係機関について案内します。

いきいき働きたいシニアを応援！



【シニア就職支援相談会を利用しましょう！】
・仕事をしたいが何をしたらよいか分からない・・・応募書類の書き方が分からない・・・など、今悩んでいる就労についての相談を受けて、専門員が再就職準備の進め方や具体的な活動方法など再就職の一步から一緒に考えていきます！個別就職相談も実施しています。どちらも予約制。

再就職された方から喜びの声がぞくぞくと寄せられています！定年後のシニアライフをどう生きるか自分を見つめ直して、多様な働き方から生きがいを探しましょう！



～相談の事例～（60歳代・女性）
定年後5年近く家に引きこもっていたが年金だけの生活は大変だと相談に来訪されました。
高齢者の女性求人数は多く、早急に就職活動することを提案しました。健康で体力もあることから、食品製造の仕事に応募し、早期就職ができました。
就職が、家から地域社会に踏み出す第一歩となり、新しい人生を歩き出されています。



就職活動する上で70歳という年齢の壁を大きく感じ悩んでいたとき、丁寧に相談に乗ってもらったことで、狭い視野が広がり、梅雨空にパッと光が差し込んだような気持ちになりました。
物事をポジティブに捉えることができ、方向性を決めやすくなりました。
仕事のあとの晩酌も、さらに美味しくなりました。
また、趣味のアクセサリーづくりも楽しんでいます。

松井 秀則さん
(個別就職相談がきっかけで現在就業中。いきがい応援バンクにも登録)

HOTニュース

いきがい応援プラザ内にひょうご生涯現役促進事業の「高齢者就労相談窓口」を設置しました！シルバー人材センターの案内や短期就業体験、合同企業面接会などの情報提供を行い、働きたいシニアを総合的に応援します。窓口日時：火・木・金曜の10:00～12:00

イベントカレンダー

- 10月15日(月) 13:30～ シニア就職支援相談会(要予約)
- 10月20日(土) 10:00～17:00 臨時相談窓口
- 11月17日(土) 10:00～17:00 臨時相談窓口
- 11月19日(月) 13:30～ シニア就職支援相談会(要予約)

身近な町のスポットを紹介 さんだWalker vol.3

執筆・写真：NPO法人歴史文化財ネットワークさんだ郷土史の勉強、文化財活用のための活動。小学生への郷土学習、伝統文化こども教室などを開催し、多世代に向けて情報発信中！

旧九鬼家住宅資料館（三田市屋敷町7番35号）

文明開化の時代、明治9年頃に三田市の旧市街地である屋敷町に建てられました。江戸時代、三田を治めていた九鬼家の家老職を務めた九鬼隆範が、明治維新後、鉄道技師として全国を駆け巡りながら、自ら設計して建てたものです。建物の外観は、一階は和風で二階は洋風の擬洋風建築になっています。明治初期に建てられた建築としては、日本の中でも現存する数少ない貴重な建築です。二階の北面、東面、南面にそれぞれデザインの異なるベランダを配置し、色鮮やかな手摺りとともに現代にも通用する斬新なデザインです。さらに上下にスライドする大戸も大変貴重なものです。この建物は平成10年兵庫県重要有形文化財に指定されました。



【庭から見たベランダ<南面・東面>】



【建物の正面<北面>】

☆季節開館日
(秋)11月1日～11月30日
(冬)12月25日～1月31日
(12月28日～1月4日を除く)
※休館日：季節開館中の月曜日(祝日の場合は翌日)
☆通常開館日
土・日・祝日
☆開館時間
10:00～16:00

★2階特別公開日10月28日(日)

～HOT～^{はかり}計相談員のワンポイント就活講座

シニアにとって就職はたいへん。シニアならではの仕事探しのポイントを毎回お伝えしていきます。



- ☆面接の受け方パート1<好印象をあたえるために>
- ・清潔な印象で(服装は基本上着着用)、言葉づかいは丁寧に。相手に対して上から目線とならないように注意しましょう。
 - ・受け答えで「できない」「知らない」「わからない」は言わない。
 - ・予想される質問に対する答えを文章形式で準備。自分の考えを整理するためにも役に立ちます。

編集後記 ～ほっと一息～



早いのもので、いきがい応援プラザ～HOT～は10月27日に満2歳を迎えます。HOTでは、様々な企画を月1回のペースで実施し、今年4月からは隔月にて、ほっとHOT通信を発行してきました。今後とも皆さまの参加しやすい企画や立ち寄りやすいHOTを目指して、相談員一同頑張りますので、引き続き、皆さまの温かい応援や支援をよろしく願いいたします。

(HOTチーフ相談員 有馬)