

ほっとHOT通信

三田の
きらびと
☆輝人☆さん
紹介

～いきいきシニアさん
いらっしゃ～い～

いつまでも元気に
輝き続ける
シニアをご紹介します。

人生100年時代！

生涯現役で「いつまでも、いきいきと働きたい」シニアが急増しています。お仕事選びはどうするの？どんな働き方があるの？など、シニアの働き方をお伝えします。

いきがい応援プラザが きっかけで再就職しました！

■現在の仕事について教えてください

いろいろな仕事を経て、50歳代から携わっている交通誘導の仕事も80歳になってもずっと続けたいという希望をかなえることができました。いきがいを持って楽しく働いています。毎日規則正しい生活を送っているおかげで、まだまだ医者いらずで元気です！



■仕事のモットーを教えてください。

「人間、やってできないことはない」
いつも前向き！前進あるのみ！

オンとオフの切り替えバッチリ！



▲上垣 節子さん
(三輪・83歳)

交通誘導員として、
現役活躍中！
仕事も家事も全力投球な
スーパーウーマンです！

まだまだ、
猪突猛進！

83
歳



人生100年時代！これからの

働く



について・・・

あなたは何歳まで、どのような働き方をしたいですか？

健康なうちは働きたい！というシニア世代の方が急増しています。それに伴い、シニアならではの働き方の選択肢も広がっています。「収入」、「いきがい」、「健康維持」、「仲間づくり」など働く理由は人それぞれですが、ライフスタイルにあった仕事選びが出来れば、より充実したシニアライフへの一歩が踏み出せるのではないのでしょうか？いきがい応援プラザ～HOT～の就職相談員が、今どきのシニアの働き方事情をお伝えします！



いきがい応援プラザ～HOT～
相談員 計(はかり)

いきがい応援プラザ～HOT～就職相談窓口の現場から

シニアの就職に関するお悩みはさまざまです！

→シニア世代の仕事探しは、若い世代の就活とは性格が異なります。

- ・年金をもらいながら働くには、どういう働き方がいいのか？
- ・ゆっくりじっくり話をし、段階を踏んで、仕事探しをしたい
- ・求人情報の見方が分からない、応募しても年齢で断られる
- ・定年後、再就職したが体力的に大変なので、方向転換したい などなど

就職成功のカギを手に入れましょう！

～シニア就職の心得 三カ条～

其の壱 自分の適性を再認識し、気持ちを切り替え柔軟性を持つ
過去に携わっていた仕事の能力を活かす仕事探しだけではなく、シニアに求められるニーズやシニア求人倍率の高い職業を視野に入れ、応募することも大切です！

其の弐 情報収集が大事

パソコンで求人サイトを見る、チラシの求人情報を見る、ハローワークで求人閲覧や検索し紹介してもらう、中高年を対象とした求人を扱っているシニア派遣会社や公益財団法人産業雇用安定センターに登録して情報を得る

其の参 窓口や相談機関を利用する

シニア向けの求人か自分の仕事スタイルに合った求人かを知るために、ハローワークをはじめとする相談機関に積極的に問い合わせしましょう！特に、シニアを対象にしている機関を有効活用しましょう！



三田市では、いきがい応援プラザ～HOT～、三田市シルバー人材センターなどシニアならではの働き方や求人のご案内・提供をする窓口を設置しています！ぜひ、ご利用ください！

詳しくは次ページへ

悩めるシニアの強い味方！いきがい応援プラザ～HOT～を利用しましょう！

いきがい応援プラザ～HOT～では、シニアならではの働き方のお悩みを聞きながら、じっくりと一緒に仕事を探すお手伝いをし、就職へつないでいます！

いきがい応援プラザ～HOT～の就職相談

<要予約> <参加費無料>

【シニア個別就職相談】・・・火曜日以外の平日10時～17時

専門相談員が一人ひとりのニーズに個別対応し、希望に沿った仕事を一緒に探します。

【シニア就職支援相談会】・・・毎月第3月曜日13時～14時30分 <定員5人の少人数制相談>

シニアならではの仕事探しのいろはや働き方などの疑問に専門相談員がお答えします。

【予約/問合せ】・・・いきがい応援プラザ 電話/FAX: 559-6800まで

シルバー人材センターという選択も！オススメポイント

①仕事だけじゃない！いきがい、やりがいが見つかる！

趣味の登山のトレーニングを兼ねて徒歩で市広報紙を配布したり、夫婦と一緒に配布の準備をすることが楽しみだったり、仕事以外にもメリットがいっぱい！

②地域のために・・・が形に出来る！地域密着型！

電球の取り換えなど、お住まいの地域に密着した仕事があるのはシルバーならではの！

③「チーム シルバー」として仕事を通じた仲間づくり！

会員同士・お客さん・地域の人など、作業をしながら人とのつながりを広げられます！

⇒元気に明るく・楽しく仕事をしたい方のご入会をお待ちしています😊



シルバー人材センター
事務局長 大野さん

高齢者就労相談窓口を～HOT～に併設

シルバー人材センターってどんなところ？シルバー人材センターではどんな仕事を紹介してくれるの？など、シルバー人材センターが取り扱っている仕事の内容を高齢者就労相談員がお答えします！

【窓口開設日時】毎週火・木・金曜日 10時～12時



高齢者就労相談員 安藤さん

生涯現役で仕事、趣味、ボランティア活動などを楽しみましょう！
同世代の立場から、親身になって丁寧にご相談に応じます！

「生きがいづくり」、「社会参加」、「健康維持」を目的に
いきいきとシニアの方が働くお手伝いをします！



高齢者就労相談員 黒瀬さん

自分のスタイルに合った働き方が、きっと見つかる！

これからの未来予想図を描くことで、ライフスタイルを見つめ直し、自己分析につながります。
どんな働き方をしたいかを再確認して、積極的に就職相談の窓口を活用しましょう！



身近な町のスポットを紹介
さんだWalker vol. 4

～花山院菩提寺の見晴らし台より見た風景～

執筆・写真:さんだ景観人くらぶ
三田のどこにでもある昔懐かしい景観を次世代に伝え残す活動「子どもさんだ八景」「お気に入りの場所」「100人の風景」などの冊子を発行

西国三十三所巡礼は、わが国最古の巡礼です。今年で開創1300年を迎えると言われているその巡礼を中興したのは花山法皇といわれています。また三田市の花山院菩提寺は花山法皇が隠棲した地と伝えられ、西国巡礼の番外霊場となっています。花山法皇が源頼光の別邸(後の花山院菩提寺)に案内されて、最初にこの見晴らし台から、三田、播磨、四国の全景を眺められ、有馬富士から播磨平野、明石海峡まで一望できる景色の美しさに深く感動し作られた短歌が、ご詠歌にあります。

「有馬富士 ^{ふもと}麓の霧は 海に似て 波かと聞けば 小野の松風」
今もその当時と変わらぬ素晴らしい景観を見ることができます。



【花山院から見渡す日の出と雲海】

いきがい応援プラザ～HOT～イベントカレンダー

- 2月15日(金) 13:00～15:30 三田地域合同就職面接会 (申し込み不要・入退場自由)
シニア就業支援など相談会を同日開催
- 2月16日(土) 10:00～17:00 臨時相談窓口
13:30～15:00 ほっとHOTつながりサロン「民話から三田を再発見！」
- 2月18日(月) 13:00～14:30 シニア就職支援相談会 (要予約)
- 3月16日(土) 14:00～16:00 いきがい応援セミナー (要申し込み)
「シニアライフを豊かにする家事場の男力!」
- 3月18日(月) 13:00～14:30 シニア就職支援相談会 (要予約)

今回のサロンは・・・
さんだガイド塾による
「民話から三田を再発見！」

日本昔話の世界を三田でも発見!
三田の歴史や文化を軽快で巧みな言葉で伝えていく活動されている三田ガイド塾さんが、切り絵や画像を使って、三田の民話が由来となる地名などを楽しく紹介します!



今回のセミナーは・・・

「シニアライフを豊かにする家事場の男力!」
実は男性の方が掃除上手!? 長年、家事アドバイザーとして活躍されている梶野智絵さんに楽★ピカお掃除術を教えます! 男性は必聴! 女性も大歓迎! 家事力アップは豊かなシニアライフへの近道です! 申し込みはお早目に!



編集後記～ほっと一息～

年末に、子どもと「ピースラリー」という、三田で空襲があったことを後世に伝えていくための劇と体験者の体験談を聞くイベントに参加しました。会場は、多世代が参加されていました。語り部さんが高齢化する昨今、大人である私たちが歴史を受け継ぎ、子どもたちに伝えていかなければならないと再認識しました。

