

TRY 介護に関する入門的研修・「ちょこっと就労」就職面談会

参加費無料

年齢・性別不問! シニア・主婦・学生さん大歓迎!

「介護の基本を学びたい!」「福祉施設で何か役に立つ仕事がしたい!」そんな想いをお持ちの方は、ぜひご参加ください。

◎介護に関する入門的研修(要申込)

介護に関する基本的な知識や制度などを学ぶことができます。基本を知れば福祉施設での補助的な仕事や家族の介護にも役立ちます。修了者には知事名の修了証書が発行されます。

◎「ちょこっと就労」就職面談会(申込不要、入退場自由)

「ちょこっと就労」とは、福祉施設における補助的な仕事(配膳、掃除、調理、送迎など)です。特別な資格や経験は必要なく、勤務時間も1回2~4時間、週2~4回程度と短いので、あなたのライフスタイルに合わせた働き方ができます。就職面談会では、施設の採用担当者等と「ちょこっと就労」の仕事について詳しい話を聞くことができます。



入門的研修の申込みはこちらから!

	福井	坂井・あわら	高志・奥越	丹南	二州	若狭
日時	10/21(水)	10/20(火)	10/26(月)	10/22(木)	11/4(水)	11/5(木)
会場	福井県立図書館 (福井市下馬町51-11)	いなす 坂井地域交流センター (坂井市坂井町1-14-1) 蔵垣内34-14-1	【入門的研修】 勝山市教育会館 (勝山市市町1-5-6) 【就職面談会】 勝山サンプラザ (勝山市市町1-7-28)	【入門的研修】 越前市文化センター (越前市高瀬2-3-3) 【就職面談会】 越前市市民会館 (越前市新町7-8)	プラザ萬象 (敦賀市東洋町1-1)	ハローワーク小浜 小浜地方合同庁舎 (小浜市後瀬町7-10)

《お申込み・お問合せ先》福井県福祉人材センター
Tel.0776-28-3180 Eメール:jinzai-center@f-shakyo.or.jp
※福井県福祉人材センターは、福井県社会福祉協議会が運営する無料職業紹介所です。

TRY ボランティア体験2026に参加して、あなたの「ボラ魂」に火を灯そう!!

県民にボランティア活動の「楽しさ」や「やりがい」を感じていただくため、「ボランティア体験2026」を実施しています。福祉施設での活動はもちろん、イベント運営やまちづくりなど、さまざまな分野のボランティアを気軽に体験できるプログラムを約270コースをご用意しています。さらに、活動に参加された方には、お一人様・1施設につき1回「ふくいはいびコイン」1500ポイントをプレゼント!別のプログラムで活動した場合は、再度ポイントを受け取ることができます。

「ボランティアに興味はあるけれど、きっかけがない」

「何か地域のためにできることを探している」

そんな方にぴったりの機会です。

あなたに合った活動を見つけて、地域とのつながりを広げてみませんか?

【実施期間】7月18日(土)~12月25日(金)

【参加対象】福井県内に在住・在勤・在学の方(小学生以上)で、ボランティア活動に関心のある方
※受入施設・団体によって、参加対象が異なりますので、ご注意ください。



お申込み方法等に関する詳細は、本会ホームページよりご確認ください。右記2次元コードから読み込んでください。

TRY 小学生が福祉のお仕事体験! 「ふくしキッズプロフェッショナル」開催

参加費無料

小学4年生~6年生が、福祉の職種(介護福祉士・保育士)の仕事を楽しみながら体験できるイベントを開催します。参加キッズには、オリジナルTシャツとグッズをプレゼント。会場では、「やさしいさばい!まちなか夢通り2026」のイベントも開催しています。ご家族でのご来場をお待ちしています。

【日時】10月18日(日)10:00~15:00

【会場】小浜市まちの駅・旭座

【定員】24人

【体験時間】1回の体験は約60分

※詳しくは、右記の2次元コードからチラシをご覧ください。



《お申込み・お問合せ先》
福井県社会福祉協議会 嶺南支所 Tel.0770-52-7833

TRY 成年後見講座(入門編)受講者募集 受講料無料

「成年後見制度」について学んでみませんか。認知症や知的・精神障がいなどにより判断能力が不十分な方の権利を守る「成年後見制度」の基礎について学べます。

【講座内容】

	内 容	講 師
講義Ⅰ	日常生活自立支援事業の役割	福井県社会福祉協議会
講義Ⅱ	成年後見制度の概要、申立ての現状と家庭裁判所の役割	福井家庭裁判所
講義Ⅲ	成年後見活動の実践	福井弁護士会

【対 象】成年後見制度に関心のある方、福祉・医療・行政等の関係機関職員

【日時・会場】

開催日	会 場	時 間	定 員
嶺北 11/5(木)	サンドームふくい 管理会議棟1階 103・104研修室 (越前市瓜生町5-1-1)	13:30~16:30 (13:00~受付)	80名
嶺南 11/11(水)	プラザ萬象 1階 会議室1 (敦賀市東洋町1-1)		40名

【申込締切】嶺北会場10/22、嶺南会場10/28

【申込方法】右記申込フォームよりお申込みください。
定員になり次第、受付を終了します。



《お申込み・お問合せ先》
福井県社会福祉協議会 地域福祉課 生活支援部門
Tel.0776-24-4987 Eメール: siawase@f-shakyo.or.jp



福井県すこやか長寿センター
運営委員会委員
宮川 慶彦氏

「人生100年時代」とも言われる今、長いシニア期をどう過ごすべきか、生き方や考え方も変化してきています。定年後に始まる「第2の人生」を充実したものにするため、仕事やボランティアで社会参加することを選ぶ人も増えています。現状について、シニアの支援を行う宮川さんにお聞きしました。

シニア世代の無理をしない社会参加

自分らしく続けよう!

知って情報

ホット



発行:(福)福井県社会福祉協議会

人生100年時代の今、定年は第2の人生の出発点
近年、「人生100年時代」という言葉をよく耳にします。2025年のデータでは全国の100歳以上の方は約10万人、そのうち福井県では762人となっています。1960年代は55歳で引退して、65歳で迎えが来る「10年の余生」でしたが、今や60~70歳で引退しても100歳までは30~40年。この



◎高齢者の社会参加いろいろ

働き方	ちょこっと就労	シルバー人材センター	パート・アルバイト	ボランティアなど
収入	○	○	◎	×
生きがい	◎	◎	◎	◎
始めやすさ	◎	◎	△	◎
体験談	週に3回私のペースで働けるので体にも優しいです。楽しみながら働いています。(70代女性) 週3回食事作りのお手伝いをしています。忙しい時もありますが、楽しく働いています。(60代女性)	定年退職後すぐにシルバー人材センターに登録し、スポーツ施設の管理などで就業しました。多くの仲間と交流し、一緒に汗を流すなど、思い出がたくさんできたことを喜んでいます。(80代男性)	事務職ばかりの人生でしたが退職を機に初めての清掃業務をしています。程よく会社の方とも関わることもできこの季節汗もかき心身ともに充実しています。(60歳代女性)	子ども独立し、社会に参加したいと思い始めたボランティアですが、今では私の大切な居場所になっています。普段の生活では会うことのない世代の方々との出会いにも感謝しています。(70代女性)

年月は大学を卒業して定年まで勤める期間に近く、まさに「第2の人生」、第2の活動期「の始まりとも言えるでしょう。実際、定年を迎えてから「働きたい」「得意なことを活かしたい」「外に出たい」など様々な理由で新たに仕事やボランティアなどを始め、社会参加を果たす方も年々増えています。もちろん定年後は何もせず、蓄えと年金で悠々自適に暮らすという選択肢もあります。しかし、加齢や疾患により身体的・精神的な機能が衰える「フレイル」を予防する意味でも、何らかの形で社会参加をして人と交流し、生きがいを持つことは健康寿命を延ばすために有効です。(公社)全国シルバー人材センター事業協会・(公財)ダイヤ高齢社会研究財団の追跡調査による

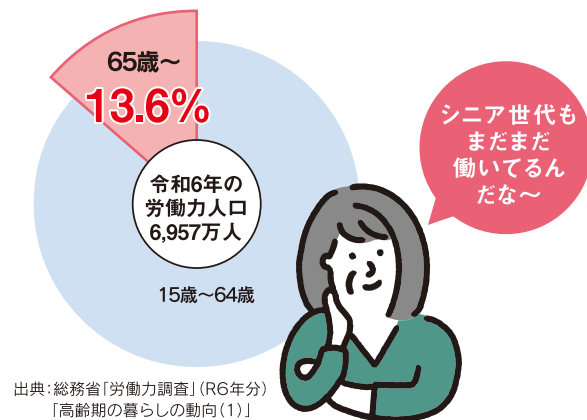
者として比べてフレイルになるリスクが34%も低いことが分かっています。シニア世代が仕事を始めることは、お金を稼ぐという目的以上に「健康・つながり・感謝」という報酬を得る意味でも非常に大きな意味があると感じています。
シニア世代は「金の卵」活躍できる場も多彩
内閣府の調査によると、65歳以上の就業者数及び就業率は年々増加し、60代後半の男性の6割以上、女性の4割以上が就業しているとされています。働き方も様々で、正規の職員・従業員として働く以外にパート・アルバイトや派遣社員、契約社員、嘱託など、非正規の職員・従業員として働いているシニア



中には「収入があると年金がもらえなくなるから」と働くことを躊躇する方もおられますが、2026年4月からは「年金(月額)」「賞金(月額)」の合計が65万円以下なら高齢厚生年金は全額支給されることとなります。この合計額も

徐々にながっていき、家庭の事情や健康状態に合わせ、無理のない範囲で仕事やボランティアを始めてみるのも良いのではないのでしょうか。

◎労働力人口に占める65歳以上の割合(%)



出典:総務省「労働力調査」(R6年分)
「高齢期の暮らしの動向(1)」



仕事やボランティアで社会と関わることは脳トレ、筋トレにもつながります。無理なく、一人ひとりの体力や事情に合わせた働き方が重要です



徐々にながっていき、家庭の事情や健康状態に合わせ、無理のない範囲で仕事やボランティアを始めてみるのも良いのではないのでしょうか。

あなたの「ちょうどいい社会とのつながり方」や「60代以上になって始めたこと」などを教えてください!

仕事やボランティア、趣味、地域活動など、社会とのつながり方は人それぞれです。皆さんはどんな活動を楽しんでいますか? また、60代以上になって新しく始めたことはありますか? あなたらしい「ちょうどいい社会とのつながり方」や日々の楽しみをぜひ教えてください。11/11(水)発行予定の福悠人に掲載させていただきます!

※ニックネームでの掲載も可能です。
※すべての内容を掲載することができない可能性がありますのでご了承ください。

こちらからご投稿ください!



前回の募集テーマ「みなさんのデジタル生活について教えてください!」にお寄せいただいたメッセージをご紹介します!

スマホ購入時から、家族でグループLINEをしています。県外で暮らす子の安否やイベント、旅先での写真や動画など、即日全員で確認、共有できるので、とてもありがたい!もはや日常化しています。家族アルバムと一緒に楽しめるだけでなく、記憶を呼び起こす貴重な存在にもなっています。(笑)(まちゃこ/60代)

直接出向かなくてもチケットを取ったり予約ができる。いろんな意見や情報を調べられる。周りの若い人たちが家族に教えて貰って使い出して使うと便利だと実感。でも情報は相手が見えない分、信憑性には不安で疑問符を付けて見ることにしている。同年代の人でデジタル媒体を毛嫌いしている人ももっと教えて貰える状況があれば広がって行くと思う。(ヨコちゃん/70代)

写真が撮りやすい。知らない番号には出ない。(Rちゃん/80代)

活動レポート

スコップ三味線を通してみんなが笑顔に アンサンブルスコップーズあわら(あわら市)

シニア世代の方々の生きがいや健康づくり、ボランティア活動を目的として、昨年9月に結成しました。三味線の弦をスコップに変え、パチの代わりに栓抜きを使い、リズムに合わせて叩いています。市内にとどまらず演奏を披露しており、楽しくイキイキと活動する中で、仲間に出会えたことへの感謝も実感しています。見ている人たちの笑顔に、そして元気と感動を与えられるようなチームにしていきたいです。



愛情たっぷりの手作り弁当で見守り活動 越前地区給食サービスボランティア(越前町)

昭和60年より活動を開始し、平成4年より団体を設立。越前町越前地区内の高齢者等に季節のメニューを取り入れた手作り弁当を月2回提供しています。食材調達から調理まで行い、愛情のこもった弁当を配達します。配達時には安否確認を行い、利用者とボランティアの交流会を行ったりもしています。これからも活動を継続し、地域に寄り添いながら多くの住民の安心と笑顔を支えていきます。

