

参加料  
無料

# シルバー人材センター説明会 & 睡眠の健康教室

シルバー人材センターってどんなところだろう？話を聞いてみませんか？

竹原市シルバー人材センターには、296人のシルバー会員がいます(R8年2月末)

シルバー人材センターは、60歳以上でお仕事がしたい方を対象とした団体です



講師：マイライフ（株）管理栄養士

シルバー人材センターのお話と一緒に  
気になる睡眠のお話を聞いてみませんか？！

今の睡眠の状態をチェックしてみましょう  
その後、より良い眠りのためのお話を聞きます



※イメージ画像



## ぐっすり眠って元気に過ごしたい

- ・良い眠りは、認知症予防になる？！
- ・睡眠は人が生きていく上で欠かせない生命活動です
- ・睡眠の状態は年齢と共に変わってきます

日時・会場

2026年7月14日（火）13：30～15：00

竹原市シルバー人材センター 竹原市中央4-7-71

定員10名程度

13:30～14:00 シルバー人材センターのお話

14:00～15:00 睡眠のお話

対象

- ・竹原市にお住いの**60歳以上**の方
- ・シルバー人材センターに興味のある方

申込方法

- ・裏面申込用紙にご記入の上、下記連合会まで郵送をお願いします
- ・ホームページからでもお申込みできます
- ・開催の2週間前程度に参加決定のお知らせを郵送します

QRコード  
からもOK



申込締切

2026年6月23日（火）

※ 講師、会場、その他の都合により中止や変更になる場合があります

お問合せ

公益社団法人広島県シルバー人材センター連合会

TEL：082-502-0468

〒730-0005

広島市中区西白島町24-36

広島市中央公民館4F

広島県シルバー連合会

検索

令和8年度高齢者活躍人材確保育成事業  
シルバー人材センター説明会&睡眠の健康教室参加申込書

申込年月日	令和 年 月 日	開催地	竹原市
フリガナ 氏名			性別 (任意) 男 ・ 女
生年月日	昭和 年 月 日	年齢	歳
住所	〒		
連絡先	自宅 - -	携帯	- -

お申込の動機			
説明会を知ったのは どちらですか？ (1つに○をお願いします)	1) 新聞折込チラシ 2) シルバー人材センター 3) 友人、知人 4) インターネット (HP、SNS、ネット広告等) 5) ハローワーク 6) その他 (具体的に)		
シルバー人材センター の会員ですか？	(1) はい	(2) いいえ	
(1)はいの方 入会日を教えてください	年 月 日		
(2)いいえの方 シルバー人材センター に興味はありますか？	(1) はい	(2) いいえ	

個人情報取扱 について	※個人情報の取り扱いについては、「個人情報保護方針」を当連合会のホームページで ご確認ください。 ※ご記入いただいた個人情報は、入会勧奨、就業状況調査等のため、お住まいのシル バー人材センター及び本事業の委託者である厚生労働省広島労働局において使用するこ とがありますので、あらかじめご了承ください。 <b>同意いただけましたら、□にチェックを入れて下さい。</b> 同意します <input type="checkbox"/> <u>※チェックがない場合はご参加いただけませんので、ご注意下さい。</u>		
----------------	---	--	--

【お問い合わせ先・送付先】 公益社団法人 広島県シルバー人材センター連合会  
〒 730-0005 広島市中区西白島町24番36号 広島市中央公民館4F  
TEL 082-502-0468 / FAX 082-502-0478

◆FAXでお申込みの際は、必ず送信後にご確認のお電話を下さい