



シルバー向け情報誌 第8号(2026年春)

# 銀のガわら版



公益社団法人 熊本市シルバー人材センター  
〒860-0833 熊本県熊本市南区平成1丁目10-8 TEL 096-322-3300

✉ kumamoto@sjc.ne.jp



なごみ会映画鑑賞会

## 『九十歳。何がめでたい』を観て

日時: 令和8年1月14日(水) 13:30~

場所: 熊本市国際交流会館7階ホール

参加人数: 125名

90歳を迎えた主人公の日常は、決して特別な出来事ばかりではありません。しかし、年齢を重ねたからこそ感じる本音や、人生を前向きに受け止める姿勢が、観る人の心に深く響きます。「年を取ること=大変なこと」だけではなく「まだまだ楽しめる」「自分らしく生きていいんだ」と背中を押してくれる作品でした。

鑑賞後には、「元気をもらった」「これからの人生を考えるきっかけになった」といった声も聞かれ、映画を通してこれからの生き方や楽しみ方を改めて考える貴重な時間となりました。



なごみ会

## グラウンドゴルフ大会

日時: 令和7年11月6日(木) 9:00~

場所: 空港グラウンドゴルフ場

参加人数: 29名(男性17名・女性12名)

みなさんの日頃の行いが良いおかげで、当日は青空が広がり絶好のスポーツ日和。青コース、赤コースに分かれ9時一斉にスタート。競技は、緊張と歓声、そして、悔しさと笑いの中、11時ころに終了。結果は、2ゲーム(32ホール)のスコアで集計されました。賞品は上位3名のほか、飛賞、BB賞が設けられ、入賞者以外の競技者にも全員に参加賞が贈られました。

競技者の年齢は、最高齢90歳、最低年齢68歳、平均年齢79歳年齢からは想像もつかないプレーに感動しました。



優勝 上田 武敏(スコア36)  
準優勝 花房 幹宜(スコア39)  
第三位 田中 順一(スコア41)

## 2026 2/22 西区地域班 ボランティア活動

日時:令和8年2月22日(日) 9:00~11:00

場所:花園コミュニティセンター

参加者:10名

今回のボランティアは、主に竹灯籠づくりを実施。竹を加工したり、和紙を張り付けるなどの工程を担当しました。

「楽しかったので、また参加したい」というお声もいただき、ものづくりを通して誰かの役に立つ喜びを実感できる活動となりました。



## 2026 2/9 南区地域班 ボランティア活動

日時:令和8年2月9日(月) 9:40~11:00

場所:アクアドーム

参加者:31名

今回も熊本城マラソンに向けてのアクアドーム敷地内の清掃活動を行いました。

前日は、雪も降り天候が心配されましたが、当日は天候にも恵まれ、滞りなく作業も行うことができました。大会に参加されるみなさんの為に、毎回、会員の皆様が黙々と作業に取り組まれる姿が印象的でした。



## 2026 3/7 北区地域班 ボランティア活動

日時:令和8年3月7日(土) 9:10~10:10

場所:①田原坂公園(参加人数 26名)

②八景水谷公園(参加人数 13名)

③武蔵塚公園(参加人数 10名)

清掃作業を3か所で同時に実施しました。普段お会いする機会の少ない会員の皆様と、ボランティア活動を通して会話ができ、とても楽しい時間となりました。今回は初めて参加者の皆様にもご協力いただき、会員募集のチラシを配布いたしました。少しでも入会に繋がればと思っております。



## 2026 2/13-15 中央区地域班 ボランティア活動

日時:令和8年2月13日(金)~15日(日)

場所:花畑広場・市役所前

参加者:2/13(8名)・2/14(5名)・2/15(8名)

熊本城マラソンのサポーターとして、3日間で延べ21人の方にボランティア活動へご参加いただきました。マラソン参加者への参加賞のお渡しや当日の給水・給食の配布などで、他のボランティアの方々と協力しながら、スムーズに進めることができました。ご参加いただいた皆様のご協力のおかげです。ありがとうございました。





## なごみ会 ボウリング大会

日 時:令和8年2月20日(金) 10:30～  
場 所:ボウリング王国「スポーツ」  
参加者:25名(男性16名・女性9名)

腕自慢のボウリング愛好家が集結。  
ゲームは6レーンに分かれ、一斉にスタート。  
さすが名選手ぞろいで、手に汗握るゲーム展開に見  
ているほうもドキドキ。上位3人のほか飛賞、BB賞、  
敢闘賞、参加者全員に参加賞が贈られました。



優 勝 吉田英子(スコア359)  
準優勝 中島和夫(スコア344)  
第三位 坂口 毅(スコア342)



## なごみ会 卓球大会

日 時:令和7年12月4日(金) 13:00～  
場 所:熊本市総合体育館  
参加者:14名

大会は、総当たり方式により、熱戦の火ぶた  
が切られました。強烈なスマッシュ、目を見張  
るラリーの応酬に、改めて生涯スポーツ「卓  
球」の魅力を感じました。リーグ戦で勝ち残っ  
た4人が、決勝トーナメントに進み、白熱した  
戦いを繰り広げました。



優 勝 鬼塚 芳夫  
準優勝 大津 英二  
第三位 右田 清障



## なごみ会コンサート

日 時:令和8年2月28日(土) 14:00～  
場 所:熊本市市民会館シアーズホーム夢ホール

熊本市シルバー人材センター「なごみ会」主催の「熊本県警察音楽隊  
コンサート」が開催されました。観客は、シルバー会員や、一般の市  
民など合わせて780人で、1階、2階ともに、ほぼ満席となりました。  
第1部は、ステージマーチングが披露され「ジュラシックパーク」  
「トライエブリシング」、「サンバおてもやん」等の曲に合わせ、カラー  
ガード隊の華やかな演技が花を添えました。



第2部では、音楽隊員の名司会により「笑ったり転んだり」をはじ  
め「ファミリーアニメコレクション」、「もののけ姫メドレー」、「星空  
のディスタンス」、「シャル・ウィ・ダンス」など、それぞれ曲の紹介  
があり、最後の曲が終わると会場から盛大な拍手が湧き上がりました。  
その後、シルバー人材センターから河村楽長に花束が贈呈  
され、最後に西島理事長より挨拶がありました。その中でアンコー  
ルの話に及ぶと、観客から再び大きな拍手が湧き起り、アンコー  
ル曲「ダンシングヒーロー」がカラーガード隊の華やかな演技と  
ともに演奏されコンサートは無事に終了。

なお、会場入口正面のホワイエでは、多才なシルバー会員の趣味  
による写真、絵画、手芸等の見事な作品が展示され、多くの来場  
者が足を止め、熱心に鑑賞されていました。



村田 逸子さん  
＜平成 28 年入会＞

## なんとシャンソンシンガー！

60歳からはじめたシャンソン。  
HORI シャンソン MUSICで学ばれ、8年後の2019年、神戸で開催された「全日本シャンソン・ポピュラーコンクール」で最優秀賞を、68歳受賞って、凄すぎませんか～。その後、コロナ禍で延期になった最優秀獲得コンサートは2023年7月に開催されましたよ。  
今現在も、2年に一度のコンサートや2カ月に一度の紅蘭亭での発表コンサートなど活躍中です。気になる若さの秘訣は、舞台に立ち、お客さんに見られていると意識することかな～とおっしゃっていました。今は、シルバーの仕事ができることに感謝しているとのこと。これからも、その歌声を響かせてくださいね～。



北本 健二さん  
＜平成 25 年入会＞

## プロ顔負け、ボウリングの達人！

剪定班の班長としても活躍されている北本さん、趣味の域を超えたセミプロボウラーの顔をお持ち。19歳の時にプロボウラーを目指しボウリング場に勤めプロテストを受けた経験もあるんだそうです。ボウリング場が店舗を閉じ、他の仕事に就くことに。その後、40歳代から月に1回好きなボウリングを楽しむようになったそうです。今現在は、「ケンリッチ」という自らの愛好会も主宰するほどで、2025年(昨年)7月では、NBF(日本プロボウラーズ連盟)が主催する九州ブロックボウリング選手権大会では4位入賞を果たす腕前。月に10回以上ボウリングをし、プロを呼んでの勉強会も主催するその後の飲み会も楽しみにしているとのこと。  
きっと、北本さんにとってボウリングは、健康を維持する秘訣ですね。



保田達法律事務所  
弁護士 田上裕輝

## 教えて！弁護士先生～。

これまで2回にわたり、身近な法律についてお届けしてきました。最終回となる今回は、私たちが「相談を受けたとき」の心得について考えてみたいと思います。

### 「親身になること」と「解決すること」

地域や家庭で中心的な役割を担う皆様は、ご友人やご親族から「ちょっと聞いてほしいんだけど…」と相談を持ちかけられることも多いはず。豊かな人生経験を持つ皆様のアドバイスは、何よりも心強い励ましになります。しかし、現代のトラブル(相続、金銭貸借、ネット被害など)は複雑化しており、「気持ち」だけでは解決できない現実もあります。良かれと思った助言が、今の法律では思わぬ結果を招くことも。そんな時こそ、「一度、専門家の意見を一緒に聞いてみたら」と促してあげてください。それが、大切な人を守るための「一番の近道」になります。

### 法テラス熊本 熊本県弁護士会 熊本法律相談センター

電話：0570-07-8365  
(平日 9:00～17:00)

借金、相続、労働問題など、生活の中の困りごとを幅広く相談できます。

### 高齢者の方を対象とする 弁護士電話法律相談

電話：0120-57-9960  
毎週月曜日・木曜日13:00～16:00

本人以外の親族、支援者等からの相談も可能です。

# おじいさんの文化祭

あなたの経験が、街の力になる。地域社会で活躍する  
アクティブシニアのためのイベントを開催します。

activité locale

## 地域の活動はじめての一步

参加費  
無料

●日時: 5月13日(水)9:30~16:00 ●場所: 熊本県民交流館パレア

会議室1 (9階)	9:30~	Social Seminar 講師認定式	昨年末のセミナー講師への認定証授与。 シルバーの枠を超えた活躍を賞賛し、ロールモデルを提示します。
	10:00 ~11:30	地域デビュー キックオフ!ワークショップ 講師: 劇団きらら 代表 池田美樹氏	地域の会合や就業現場で即座に役立つ、 自分の中の潜在能力を引き出すセミナー。  地域コミュニティで何か役に立ちたい思いの方、 ぜひご参加ください。出会いの好感度を上げます。
	11:30 ~12:00	活動紹介 入会相談コーナー	センターの仕組み解説や、ミニセミナー 形式での講座活動体験会を開催。
会議室7 (10階)	13:00 ~14:00	指先でつむぐ彩り ハワイアンリボンレイキーホルダー作り	ハワイアンリボンレイの技法でキーホル ダーを作ります。針と糸を使って作ります。 ※500円の資料・材料費がかかります。
		筆先に心を込めて 想いを伝える美文字レッスン	筆ペンを使って、ちょっとしたメッセージ やお礼状をセンスアップします。 ※500円の資料・材料費がかかります。
	14:30 ~15:30	倍音ボイストレーニング 体験ver.	魂に響く、倍音ボイストレーニングで 心身を調律します。 ※500円の資料・材料費がかかります。
会議室8 (10階)	13:30 ~14:30	肥後象嵌の 未来を創る賢人会議	熊本の伝統工芸について知りたい、 自分の意見を伝えたい、伝統を守りたい。 そんな方々と共に肥後象嵌の未来を 語り合います。
	14:45 ~15:45	講師養成講座	講師として活動したい人のための はじめての一步の講座です。

作る

書く

感じる

詳しい内容・お申し込み・お問い合わせは  
Social Seminar 運営事務局  
〒860-0847 熊本市中央区上林町3-34上通ニューコーポ304  
☎ 090-9587-5539  
✉ grandcoeur01@gmail.com

メールでの  
お申込みは  
こちら



おだやかな  
ときを紡ぐ...

株式会社 永誠会

住宅型有料老人ホーム ケアホーム花梨  
〒861-8037 熊本市東区長嶺西2丁目9-21  
お問合せ ☎ 096-285-5559







ひまつぶし

# THAT's学

## 茶柱が立つと縁起が良い？

日本では、お茶を入れたときに茶柱(ちゃばしら)が立つと「縁起が良い」と言われます。湯のみの中で細い茶葉が一本だけ立っている様子を見ると、なんだかラッキーな気分になりますよね。実はこの言い伝え、江戸時代頃から広まったと言われています。

そもそも茶柱は、急須の中で細長い茎の部分が偶然カップに入り、浮力や水の流れのバランスでまっすぐ立つことで起こります。つまり、かなり低い確率の“偶然の産物”。昔の人は、この「なかなか起こらない現象」に特別な意味を感じ、「今日は運がいい日だ!」と楽しんだわけです。

ちなみに面白いことに、昔の茶屋ではわざと茶柱を入れて客を喜ばせることもあったと言われています。

お客さんがお茶を飲んだときに茶柱が立っていると、「今日はいいことがありますよ」と声をかけて商売繁盛につなげたそうです。いわば江戸時代の“ちょっとしたサプライズ演出”ですね。

さらに、茶柱が立つと「金運アップ」「良い出会いがある」「願いが叶う」など、地域によってさまざまな言い伝えがあります。ただし、科学的には単なる物理現象なので、必ずしも運が良くなるわけではありません。

それでも、忙しい日常の中で湯のみの中に小さな奇跡を見つけると、少し気分が明るくなりますよね。もし茶柱が立ったら、「今日はツイてるかも」と前向きに過ごしてみるのも、日本らしい素敵な楽しみ方かもしれません ✨

わっ!茶柱  
立ってんじゃん



## 銀の川柳 今月の一句



「銀の川柳」大募集

みなさん自慢のおもしろ川柳をお待ちしています

応募先

〒860-0833 熊本市南区平成1丁目10-8

熊本市シルバー人材センター 銀の川柳 係

メールで応募 [kumamoto@sjc.ne.jp](mailto:kumamoto@sjc.ne.jp)

お見事  
ペンネーム  
サザエさん

それ聞いた  
黙って聞いてよ  
何度でも



“食べて、体験して、買って”

楽しめる!

醸造テーマパーク

日々麹舎

やまうち本店  
創業宝暦元年



熊本県菊池郡菊陽町原水5548  
TEL/0120-306-014

# 「空き家」になっているお家心配ですよね!

熊本市シルバー人材センターの  
空き家見回りサービス!

1回 2,600円(税込)

そのお困り事は熊本市シルバー人材センターが  
お手伝いいたします。もちろん定期見回りもOK!

**対象範囲は熊本市内**となります。

- ①空き家の見回り(外壁・窓その他建築物、外構など)
- ②庭、植栽の見回り
- ③ポストの確認、回収

オプション (会員1人・1時間当たり)

- ①剪定 ..... 1,932円(税込)
- ②庭の除草(手作業) ..... 1,265円(税込)
- ③屋内外清掃・片付け ..... 1,230円(税込)
- ④家屋の通風・換気 (1回/2時間以内) 3,197円(税込)

※①～③で発生する処分費及び機械等の経費は別途必要になります



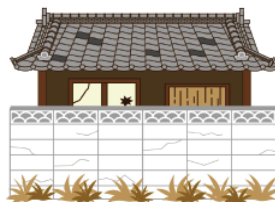
土台や柱が破損して  
倒壊の危険がある



ゴミや可燃物が放置  
放火の危険がある



雑草や立木が放置  
害虫や通行の邪魔に



外壁や窓ガラスが破損。  
不審者の侵入の危険

お問い合わせは

☎ 096-322-3300

✉ kumamoto@sjc.ne.jp

## 相談無料

重要 事前にお申し込みが必要です

一緒に解決しましょう!

## 高齢者専門相談

「年金に関する事」「社会保険に関する事」「介護保険に関する事」  
など、専門相談員(社会保険労務士・社会福祉士・行政書士)が  
無料でご相談に対応いたします。



公益社団法人

熊本市シルバー人材センター

電話 096-322-3300 FAX 096-322-3324 ✉ kumamoto@sjc.ne.jp

お葬式に選べる自由を。

## 玉泉院

玉泉院では 火葬式 一日葬 家族葬  
など様々なお葬式に対応いたします。



“無料”見学・事前相談いつでも

通話無料  
24時間365日

☎ 0120-525-024

お電話またはWebから  
お問い合わせください

