

🇮🇹 Airbnbで暮らすように滞在

宿泊先は現地に着いてから決めることにしました。予約アプリは Airbnb を利用しました。これは日本では民泊に相当するものです。宿泊先が一般の住宅の一室だったり、シェアハウスでキッチンやダイニングが共同利用だったりします。宿は基本宿泊のみですので、食事は近くのレストランやスーパーマーケットを利用します。朝食はパレで現地イタリア人と同じくエスプレッソコーヒーとパニーノかコルネットを食べます。



🇮🇹 食の都ボローニャで、感動・ピッツアづくりを体験！

訪れた街の中でも最も楽しかったのはボローニャでした。『太った街』と揶揄されるイタリア食通の街です。この町の郊外にはイタリア全土の食事と食材を集めたグランドツアー EATALYという食の博覧会のような会場があります。場内にはピッツアとパスタ作りを体験できるスペースがあったので早速予約申込みをしました。平日でオープンすぐあとでしたのでどちらの教室も生徒は私一人でした。先生は、イタリア語しか話せないけどオーケーか？と聞くので、見てれば判るから大丈夫ですと答えました。材料を捏ねた後は発酵に8時間必要なので、発酵済みのドウから成形してトッピングを行いました。



グランドツアーイータリー



自作のピッツアを食べます

想像しました。丸1日この会場で過ごすイタリア一周食べ歩きを体験できます。ここではシチリアのデザート、カンノーロやフィレンツェ風ステーキ、ミラノ風リゾットなどを美味しくいただきました。

🇮🇹 Ciao! イタリア語と僕の旅

🌟の目的は古代ローマ遺跡とルネサンス美術巡り、それになんと言っても食文化、現地のイタリア料理を食べたいと思いました。

🏠主なコースはローマからトスカナ州のフィレンツェ近郊へ、それからエミリアローマーニャ州、ベネチアのあるヴェネト州、ロンバルディア州ミラノ近郊を訪れました。

📍寄稿／広報委員 秋元正之

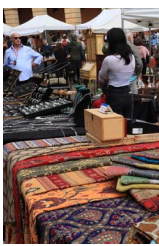
イタリア語の勉強を始めて3年が過ぎました。自分の会話力がどのくらい試したくなり、昨年秋季に単身1か月半かけてイタリア中北部を旅行しました。



ポルティコ(回廊)



サン・ジミニャーノの街並み



ボローニャ大学近くの骨董市

🇮🇹 ハプニングも旅の楽しみ

旅は予定どおりに行かないことも多いです。前日予約した列車が当日ストで出なかったり、駅で自動券売機の使い方に迷ったり、宿泊先が民家なのでなかなかその家を発見できなかったりと冷や汗をかきました。でも尋ねれば必ず誰かが助けてくれました。

🇮🇹 挨拶に心を込めて

旅をしてみて、様々な国の人に出会い話すことで生活感の違いや発想の違いに気づかされることも多くて、とても有意義な体験ができたと思います。

都会は別として、ちょっと小さな町を歩くとすれ違う人は必ずボンジョルノと挨拶を交わします。こんな習慣は見習いたいなと思いました。

MASA@AKI



プロフィール
食品スーパーとベーカリーの店長を経て写真館に転職、退職後は介護職員を経験して現在はインバウンド観光ガイドを目指しています。

ハローシニア佐倉

(公社)佐倉市シルバー人材センター



(公社)佐倉市シルバー人材センター
ホームページ

令和7年度 佐倉・和田地区研修会報告

令和7年5月9日、佐倉・和田地区の研修会が開催され、三役を含む29名が参加しました。

開会(9:30～)

海老沢副地区長の進行で、安全標語「焦らない 気持ちのゆとりが 防ぐ事故」を唱和。志田地区長・新保会長よりご挨拶がありました。

講演(9:40～10:50)

テーマ：キャッシュレス社会を安心して生きるために

講師：本田 智恵子 様(金融経済教育推進機構)

キャッシュレス決済の種類(クレジット・電子マネー・スマホ決済等)、利便性と注意点、災害時やセキュリティ面でのリスク、使いすぎによる債務などの事例を交えた講演が行われました。安全に使うためのポイントとして、**暗証番号管理・履歴確認・不審メールへの注意**などが紹介されました。最後に「自分に合った方法を選ぶ参考に」との言葉があり、参加者からは「安心して使えるようになりそう」との声も寄せられました。

利用者が注意すること

- セキュリティについては利用者が気をつけることでトラブルを防げるケースも多くあります。以下の点にご注意ください。

1. 暗証番号やパスワードの管理

- ー自分以外の人には教えない
- ー誕生日や推測されやすい数字は使わない

2. 利用明細や利用履歴の確認と保存

- ークレジットカード等利用したらメールで通知が届くよう設定しておく

3. カードやアプリの数は必要最小限に

- ートラブル時の連絡先や対応策を控えておく

4. 不審な請求やメール、ショートメッセージは無視！

- ーフィッシング詐欺が増加しています。次のスライド「インターネットを利用した金融犯罪」で具体的に紹介します。

インターネットを利用した金融犯罪①

- こんなメールがきたらどうしますか？

➤あなたの**アカウントに不正アクセス**がありました。至急以下のサイトからアクセスしてログインしてください。**ログインしないとあなたのアカウントは安全のため失効します。**

➤○○に関する**申告の参考となる情報**について、メッセージボックスに格納しましたので、**内容をご確認ください。**

➤お客さまの**アカウントは○○サービスを更新できませんでした。カードが期限切れになった可能性があります。**

不安な気持ちになった方、フィッシングに要注意です。



インターネットを利用した金融犯罪②

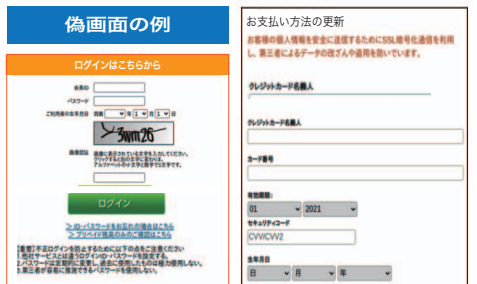
- 携帯電話会社、宅配業者、銀行をかたって『**本物そっくりの偽サイトに誘導する事例が多数発生**』しています。

フィッシングとは



●**実在のサービスや企業をかたり、偽のメールやSMS(携帯電話のショートメッセージ)で偽サイトに誘導し、IDやパスワードなどの情報を盗んだりする**手口です。

●**情報を盗まれると、アカウントを乗っ取られてお金を奪われたり、インターネット通信販売サイトで勝手に買物をされたり**します。



〈入力を求められる情報の例〉●クレジットカード番号、金融機関の口座番号、暗証番号 ●住所、氏名、電話番号、生年月日 ●電子メール、インターネットバンキング、SNSアカウント等のID・パスワード ●運転免許証、マイナンバーカードの画像情報等

令和7年 白井・千代田地区研修会 報告！

日程
会場

令和7年5月23日(金)、白井公民館にて開催。昨年の反省から、誰もが分かる公共施設で、広さや駐車場の心配がない点を重視し選定。出席者41名(昨年比105.1%)、班長の皆様の声掛け努力に感謝。



第1部：健康講座と体操実技

講師：市高齢者福祉課・岩本 様

①フレイル予防の講義

②**「わくわく体操」実技**

イスに手を置いて脚を横に上げる運動などで、日頃の運動不足を実感。

健康寿命を延ばすには、

①筋力運動 ②栄養 ③口腔ケア ④社会参加が大切とのお話がありました。「俺、明日からやってみよう！」との声も。

握力測定も実施。年代別平均値と比較しながら、自身の現状を知る機会に。

(参考：70～74歳 男性平均37.36kg、75～79歳 男性平均35.07kg)



第2部：脳トレ&ゲーム大会

①楽しい脳トレ「川柳と思い出」

「まだ寝てる 帰ってみたら もう寝てる」(1991年)など、10句を元に時代や出来事を思い出す形式。ヒントから正解を導く作業に、全員が夢中になりました。

② 全員参加！けん玉ゲーム

6グループに分かれ、2分間の成功回数を競う。

緊張で手が震える中、声援とBGMで会場は大盛り上がり！

結果発表では、景品くじに歓声が上がリ、笑い拍手の連続でした。



今年の工夫点：全員参加型 班長による抽選会

景品に「損得なし」の工夫(生活応援品を女性目線で選定)

お弁当は中止し、景品代に充当(時期的な食中毒リスクも考慮)

最後にご多忙の中、三役全員のご参加ありがとうございました。

今年も“楽しく学び、つながる”研修会となりました。

白井・千代田地区 地区長 山崎 博己

この度広報委員になりました土田です。白井・千代田地区5班班長8年目。シルバーに入って11年色々な仕事をしました。現在、刃物研ぎ、草取りの仕事、福祉委員も22年間しています。皆様の役に立てると良いのですが宜しくお願い致します。



土田 祥子

白井・千代田地区5班

シルバーには4月入会という新人もいるところ。今まで広報誌も読んだことがなく二晩かかってEDで拝見できるものを全部読ませていただきました。なんと幅広く奥深い活動をしていらっしゃるのかと驚きました。会員の皆様に楽しく読んでいただける広報誌のお手伝いをさせていただきます。どうぞよろしくお願い致します。



葛西 雅子

志津北地区1班

新広報委員 自己紹介
よろしくお願いいたします



佐倉産業大博覧会

日時 令和7年11月8日(土曜日)、9日(日曜日)
午前9時から午後3時

場所 佐倉草ぶえの丘 (佐倉市飯野820番地)

主催 佐倉・産業大博覧会実行委員会

佐倉市の産業経済団体、農業団体、福祉団体などが出展し商工業や農業の魅力をみなさんにお伝えするのが、産業大博覧会！

商品・特産品・技術・サービスを「見る」「買う」「体験する」など様々なブースで楽しめます！「はたらくのりもの展」や「就業情報コーナー」、素敵な景品がもらえるイベント盛りだくさん！私たち佐倉市シルバー人材センターも参加します。

ぜひ、お出かけください♪



今年も、ご期待ください！

佐倉市シルバー人材センターのブースでは、昨年、「スクラッチアート」を多くの子どもたちに体験していただき、ご好評をいただきました。

今年も「スクラッチアート体験」や「シルバーファームの作物の安価販売」など、

参加者の皆さまにお楽しみいただける催しを企画してまいります。