

シルバー だより



会員の情報紙

第56号

令和6年11月発行



公益社団法人関市シルバー人材センター
広報部会 事務局 0575-24-5666

シルバー人材センターの基本理念 「 自主・自立、共働・共助 」

シルバーウィーク^注に思うこと

9月16日の敬老の日当日の新聞によると百歳以上の方が全国で95,119人、県内では推計1,590人といずれも過去最高だそうです。百歳以上の人口は、1963年(昭和38年)は153人でした。1981年(昭和56年)に千人を超え、1998年(平成10年)に1万人を超えたそうで、また、平均寿命もコロナでの死亡が減り、3年ぶりに伸びたそうです。



写真は記事と関係ありません

まことに、おめでたい話題ですが、一方、9月14日の新聞では、国が6年ぶりに「高齢社会大綱」を改定し、後期高齢者の医療費窓口負担3割対象者の範囲拡大、年金制度の見直しのほか、高齢者の就労促進をしていくと書かれています。それぞれ問題はあるのですが、高齢者の就労促進では、5年後の2029年には65~69歳の就業率を52%から57%へ、70歳まで働ける企業の割合を29.7%から40%に引き上げることも数値目標として掲げられています。いずれにしても、この事柄はシルバー人材センター事業に影響が出るものと思っていますが、今後の動向に注視していく必要があると考えています。

ある人が言っていました。「高齢者も働かなければ食べていけない世の中に成っていくのではないか」と。そんな世の中になるとは思いませんが、シルバー人材センターは「高齢者が自主的に働こうとする…就労活動であり、…自分の長い人生の中で身につけた経験と技能と生活の知恵…を地域のために提供することに、老後の積極的生きがいをみつけ出そうとする運動」^注であります。これがシルバー人材センターの原点であり、特色であります。

その特色が色あせることないよう、また、シルバー人材センター事業が益々高齢者の居場所となれるように祈っている今日この頃です。(M.O)

① 9月下旬から始まる連休で、敬老の日を含む3連休や5連休になることがあります。今年は秋分の日が土曜日になり、9月21日から25日までの大型連休になりました。

② 大河内一男著「東京都高齢者事業振興財団の基本計画(昭和57年5月)のための覚え書き」より

第21回市民健康ウォーキング

「塚原遺跡公園コース」

古の人びとの生活に思いを馳せてみよう！

■日時 11月16日(土)

▽午前9時30分集合

▽午前10時出発

▽午前12時頃解散

※雨天中止

■集合場所 関市西部ふれあいセンター別館
(関市千足196番地) 駐車場

■コース 集合場所～塚原遺跡公園
～集合場所 約4.0キロメートル

■せき＊しあわせヘルスマイレージ対象
2ポイント付与

■定員 50人 ■参加費 無料

■持ち物 飲み物、タオル、軍手など

■主催・申込・照会先

本町プラザ とんてん館(0575-24-1311)

(本町二丁目・☎ 24-1311)

参加しよう!!!



シルバー会員のボランティア活動

シルバー会員が地域でボランティア活動を行いました。

これは、シルバー人材センター事業の柱である「地域貢献活動」です。

実施日	地域	作業
5月19日	板取	板取福祉センター 草刈り・除草
7月6日	田原合同	田原ふれあいセンター・小学校付近 ゴミ拾い
10月2日	武儀合同	武儀小学校 校庭周辺草刈り・除草
10月3日	上之保合同	上之保小学校 校庭周辺草刈り・除草
10月20日	旭ヶ丘合同	清水公園 草刈り・除草



第15回記念赤ちゃんだってクラシック開催しました・・・子育て支援班 ベルとピアノの饗宴 ～癒しの音色につつまれて

第15回記念赤ちゃんだってクラシックのコンサートを去る10月4日（金）中部学院大学関キャンパスのグレースホールにおいて開催し、とんてん館ばあば（当センターとんてん館の子育て班）も出演し、ミッキーマウスマーチと村まつりの2曲を歌いました。



今回の出演は、岡田泰子さん（ピアノ）と中部学院大学短期大学部幼児教育科の学生さん（ハンドベル）、そして倉畑 萌さん（絵本の読み聞かせ）の皆さんで、曲目は下記プログラムのとおりでした。

会場は、ピアノの流れるような、時には激しい旋律に圧倒され、また、ハンドベルの新鮮で心を癒される音色に魅了され、騒いでいた子供たちも一瞬静まりステージを見つめました。

137名の入場者は、このコンサートで一時を心から楽しみ、また来年の開催を期待して帰途についていきました。

プログラム

ピアノ演奏

- I. 子犬のワルツ：ショパン作曲
- II. 幻想即興曲：ショパン作曲
- III. 舟歌：ショパン作曲

絵本の読み聞かせ

- IV. さかながはねて（中川ひろたか作）
- V. パンダ おやこたいそう（いりやまさとし作）
- VI. あなたのことがだいすき（えがしらみちこ作）

ハンドベル演奏

- VII. トランペット ボランタリー：クラーク作曲、ホリス編曲
- VIII. 海に見える街：久石 譲作曲、岡本和子編曲

アンコール曲

- ・どんぐりころころ（童謡）



◎参加者の声から

- ・3冊目の絵本の内容がとても心に強く響いて泣いてしまいました。ありがとうございました。
- ・素敵な演奏ありがとうございました。舟歌久しぶりに聴きました。好きで生で聴けるなんて感動です。ハンドベルも生で初めて聴きました。優しい。素敵。
- ・赤ちゃんと一緒にクラシックを聴く機会があり、とても良かったです。ハンドベルは初めて一緒に聴きましたが、子どもの興味があるようで嬉しかった。
- ・ちょうど眠たい時間でしたが、ぐずることなく音楽を楽しみ静かに眠りました。知っている曲がほとんどで演奏も素晴らしい、とても癒される時間を過ごせました。“あなたがだいすき”は、出産後すぐの辛かった頃、でも幸せな時を思い出して胸が熱くなりました。素敵な時間をありがとうございました。
- ・赤ちゃんを連れて気軽にコンサートに来られるので良かったです。ハンドベル素敵でした。
- ・以前も一度参加しました。ハンドベルが初めてでいい音色でした。絵本は動作、音楽付きで子どもたちも聴けたり一緒に動いたりできました。次回も楽しみにしています。
- ・赤ちゃんを連れてコンサートなんて行けると思っていなかったのもとても嬉しいです。本格的なピアノ、ベルの演奏が聴けて赤ちゃんにとっても良い経験になりました。友人が子どもの都合で来られなかつたので是非開催してほしいです。ありがとうございました。
- ・音楽に触れ合うことが少ないので楽しく参加できました。叫んだりしても気にすることのない空間、ありがたかったです。
- ・ショパンの舟歌、海に見える街など、好きな曲だったので楽しみにして来ました。本当に素晴らしい演奏でした。子育てで疲れてしまいましたが、それが癒されるようでした。ありがとうございました。

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症 を予防しよう

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症にかかることで肺炎などの合併症を起こして、重症化することがあります。

感染症対策をして、この冬を元気に乗り越えましょう。

生活習慣を整えて、免疫力を高める！



- ・ 1日3食バランスの良い食事
- ・ ウォーキングや筋トレなどの運動
- ・ 質の良い睡眠でリフレッシュ

ウイルスを持ち込まない！



- ・ 外出後や食事の前に手洗い・うがい
- ・ アルコール消毒も効果あり
- ・ 人の多い所では、マスクを着ける

予防接種を受ける！



- ・ 対象①65歳以上の方
②60歳以上65歳未満の方であって、心臓、腎臓、もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害を有する方で身体障害者手帳1級に相当する方
- ・ インフルエンザ（～1月31日まで）
接種費用 1,500円
- ・ 新型コロナウイルス感染症（～3月31日まで）
接種費用 2,000円



インフルエンザ



新型コロナウイルス感染症

※詳しくは市ホームページをご確認ください。

関市市民健康課(保健センター) 0575-24-0111



ご参加ください！ 女性就業推進委員会主催

60歳以上ならどなたでも
参加無料

測って知ろう、自分のからだ！



体験しよう！
さあみんなであそぼう！

第11回健康づくり出前講座

体力測定

令和7年1月30日 (木)



駐車場あります

お友達と一緒に！

- ・日時 令和7年1月30日(木)
9:45受付開始 10:00ストレッチ
10:30講座 11:30終了予定
- ・場所 せきてらす
(関市平和通り4-12-1)
- ・定員 30名(予約順)
- ・講師 関市スポーツ推進課職員



お問い合わせ・ご予約

0575-24-1311 (本町プラザとんてん館)

(公社) 関市シルバー人材センター 女性就業推進委員会

シルバー川柳 2024

公益社団法人全国有料老人ホーム協会提供

- ◆ 孫たちにへいへい渡す PayPay で なつち(埼玉県、54歳、女性)
- ◆ パスワード みんな違って みんなダメ ふでりんどう(神奈川県、62歳、女性)
- ◆ ポイントは貯まらないのか 医者通い 北鎌倉人(神奈川県、62歳、男性)
- ◆ 妻旅行聞いた途端に 元氣でる 一宮幹夫(大分県、77歳、男性)
- ◆ 食ったよね 食ったはずだが何食った 上原弘之(群馬県、70歳、男性)
- ◆ 孫の友だちの子の名前も読めません 我楽多(大阪府、85歳、男性)
- ◆ 政治家と「記憶にない」を競ってる 上條直子(東京都、42歳、女性)
- ◆ 悪いところでしたっけと 医者に聞く おたふくまめ(神奈川県、61歳、女性)
- ◆ 七回も転んで起きれる わけがない 相野正(大阪府、74歳、男性)
- ◆ 老犬といわたり合って 散歩する 伊東真(千葉県、69歳、男性)

許諾をいただき、入選作品から一部を掲載させていただきました。

季節の簡単料理30

「たっぷり野菜しっかり減塩」メニュー

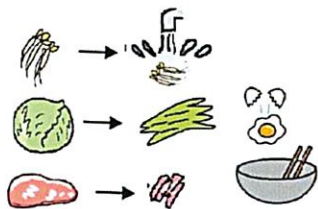
◎主菜:もやしのとん平焼き風炒め(4人分)

もやし	1袋(200g)
キャベツ	100g
豚小間切れ肉	160g
卵	3個
油	大さじ1
塩	小さじ1/3
こしょう	少々
お好みソース	大さじ2
マヨネーズ	大さじ1
かつお節	6g
刻みネギ	10g

(ひとり当たり)

エネルギー	249kcal
たんぱく質	14.4g
脂質	19.4g
炭水化物	5.6g
食塩相当量	1.2g
野菜の量	75g

①もやしはサッと洗い、キャベツは太めの細切りにする。豚小間切れ肉は食べやすい大きさに切る。卵は溶いておく。

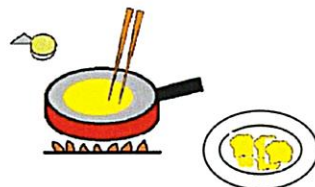


③残りの油を熱し、豚肉を炒める。火が通ったら、キャベツを加えて炒め、しんなりしてきたら、もやしを加えてサッと炒める。

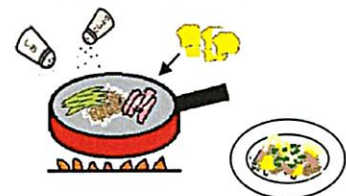


包まない!ズボラなとん平風♪

②フライパンに油の半量を熱し、溶き卵を加える。スクランブルエッグ状にして別皿に取り出す。



④②をフライパンに戻して、全体とあわせ、塩、こしょうで味を調える。器に盛り、お好みソースとマヨネーズをかけ、かつお節と刻みネギをトッピングする。





玉木みち子



朝日千恵子



福田佐智子

募集

ゆったり椅子ヨガ ～60代から90代のこんな方～

正座ができない方、膝腰の痛い方、運動したいけど体に痛みがあって躊躇している方、また、これから自分の足で歩きたい方！
痛みのない身体づくりをしましょう！

日 時：毎月第2木曜日 10：00-10：45

参加費：1回 500円

申込先：**とんてん館** (0575-24-1311)

※人工関節の方は参加をお控えください。



会員作品コーナー

はがき絵



小椋恵美子



各務恵美子

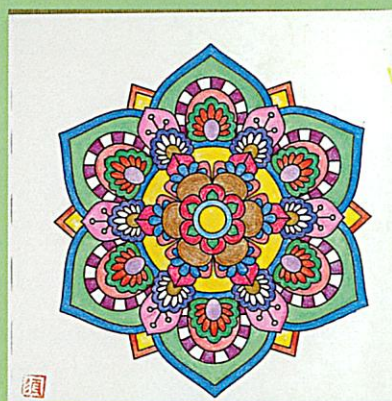


武内治子

大人のぬりえ



高井美恵



渡辺須美子

作品を随時受付中！会員の皆さんの積極的な出展をお待ちしています。事務局・連絡事務所・とんてん館

事務局だより

令和6年度 受託事業実績 (4月～9月)			
	年度目標	実績	対目標
会員数	800名	727名	90.1%
受注件数	2,150件	1,192件	55.4%
受注金額	1億7845万円	9千284万円	52.0%
就業延人員	38,000人日	18,016人日	47.4%
令和6年度 派遣事業実績 (4月～9月)			
受注件数	契約金額	就業延人員	
129件	1億0088万円	18,315人日	

お知らせ

《2025年版会員手帳販売》

会員の皆様お一人おひとりに、ぜひお持ちいただきたい手帳です。会員手帳として、見やすく、使いやすく、そしてお求めやすい価格で提供しています。お求めは、シルバー事務所・連絡事務所又はとんてん館で。
数量限定 1冊 350円



安全は 無理せず
焦らず 油断せず

全国統一安全就業
スローガン
R5～R7

就業中の事故発生状況

[本人傷害・対物賠償] (4月～9月)

	発生年月日	性別	事故内容
1	5月30日	男	草刈り作業中、駐車中のマイクロバスに石が飛び窓ガラスを破損させた。
2	6月21日	男	草刈り作業中、駐車中の車に小石、草、小枝等が飛散し車体表面にキズが付いた。
3	6月24日	男	草刈り作業中、走行中の車に石が飛び運転席側の車体表面にキズが付いた。
4	7月23日	男	草刈り作業中、現場に隣接していた住宅の窓ガラスに石が飛びキズが付いた。
5	7月25日	女	保育補助中、不意に園児に後方から押され転倒し、後ろにあったロッカーで頭部を打撲した。
6	8月3日	男	草刈り作業中、発注者事業所の窓ガラスに石を飛ばして破損させた。

☆パソコン・スマートフォンなんでも相談室からのお知らせ

パソコンやスマートフォンの操作で、お困りの方はおられますか？
お困りのことがありましたら、シルバー事務所へお電話ください。
ただし、担当者不在の時及び一部内容によりお答えできないことがあります。

◇相談曜日・時間 月曜日～金曜日、13:30から16:00まで
◇相談担当者 堀 0575-24-5666 (シルバー事務所)
橋本 0575-24-1311 (とんてん館)



令和6年11月1日

事務局からのお知らせ

フリーランス新法施行に伴う就業内容等の事前明示

フリーランス新法（特定受託事業者に係る取引の適正化等に関する法律）が、令和5年5月に公布され、令和6年11月1日より施行されます。

この法律は、フリーランスの方が安心して働ける環境を整備することを目的に制定されました。

このフリーランス新法では、「特定業務委託事業者」がフリーランスや個人事業者に対して業務の委託を行う場合、業務の内容、報酬等の就業条件を書面や電磁的記録により事前に明示することが義務付けられ、取引の適正化や就業環境の整備を図ることとしています。

請負・委任契約で仕事をするシルバー会員の皆さんは、この法律の「特定受託事業者」となり、フリーランスに該当します。また、シルバー人材センターは「特定業務委託事業者」となり会員の皆さんさんに請負や委任業務を依頼する場合、業務の内容・就業場所・就業期間・報酬等条件を書面や電磁的記録により会員の皆さんに対し、事前に明示することが義務付けられました。

【実施時期】

令和6年11月1日以降の受注分より開始となります。

※現在継続で就業中の会員の皆さんは、令和7年4月から就業明示書を発行することになります。

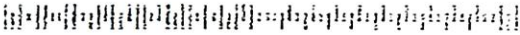
【明示方法】

書面にて明示書をお渡しします。

※なお、電磁的記録により行うこともできますので、携帯電話・スマホを利用した Smile to Smile で明示することも検討中です。

携帯電話・スマホをお持ちで、**Smile to Smile** 未登録の方は登録をお願いします。お困りの場合は事務局へお尋ねください。

☆裏面に「会員就業条件明示書」のサンプルを掲載しました。



会員就業条件明示書

会員 番号
氏名

業務委託日令和 6 年 11 月 1 日
公益社団法人関市シルバ
ー人材センター.理事長 岡
田誠
T 50 ト 3217
岐阜県関市下有知 3 2 6 7 番地 1
TEL: 0575-24 -5666 FAX, : 057 23-6367
(担当職員:足立光明)

サンプル

1. (業務内容)

発注者番号
発注者名

住所 関市

受注番号 609008
受注件名 草刈作業(残処理含む)

「土壌の内容 草刈作業(残処理含む)
就業場所 駐車場 2 ヶ所、自宅裏(北)側溝脇
就業期間 令和 6 年 11 月 4 日 令和 6 年 11 月 30 日
演査完了期日

2 報酬の額(配分金等) (消費税を含む)

円/時間 x 1 時間= 円円 x 円
x あなたの作業量

3. 支払期限 配分金規約による

4.その他