

シルバー はつかいち通信



事務局
ニュース
No. 301

安全は 無理せず 焦らず 油断せず

トピックス ...

広島県 最低賃金の改定



令和6年度、広島県最低賃金が、
970円から1,020円へ、50円アップ (+5.15%)

広島県における最低賃金が、令和6年10月1日より、1,020円に引き上げられることが決定されました。

広島地方最低賃金審議会は、2024年8月21日に、広島労働局長へこの決定を答申し、従来の970円から50円の引き上げが適当であると判断しました。

この引き上げは、広島県内の経済状況や雇用情勢を慎重に審議した結果、賃金の適正な水準を保つために必要とされた措置です。

★令和6年10月1日以降の新たな受注契約については、この最低賃金が基準とされます。



2024・10
月号

◆ 今月号の主な内容 ◆

- ◎ トピックス < **広島県 最低賃金、1,020円** > へ
- ◎ 入会説明会日程
- ◎ 「**全会員研修会**」の開催 通知
- ◎ 衛生委員会 報告「**高齢者の健康づくり**」について
- ◎ 会員サイト < **Smile to Smile** > への登録を!!!
- ◎ 支所だより(佐伯・大野)、就業募集
- ◎ 「**ボランティア清掃**」への**参加要請**
- ◎ < 苦情 > について
- ◎ < 得意自慢 > の募集

◆ 10月・11月の入会説明会 ◆

- 10/15 (火) 13:30 ~ (廿日市本所)
- 11/ 1 (金) 13:30 ~ (廿日市本所)
- 11/11 (月) 13:30 ~ (大野支所)
- 11/19 (火) 13:30 ~ (廿日市本所)

説明会風景 →



「全会員研修会」の開催案内

令和6年 11月13日 (水) に、全会員研修会を開催します。

- ◎ 講演 ① 「事故防止セミナー」 ◎ 講演 ② 「あなたの腸は、絶好腸!？」
- ◎ 場所 はつかいち文化ホール (ウッドワンさくらぴあ 小ホール)

※ 詳細につきましては、11月号にてご案内いたします。

安全・適正就業委員会、衛生委員会 報告

◎ 令和6年度 第6回 衛生委員会 (令和6年9月19日 開催)

「高齢者のための健康づくり」について

家にこもっていると、心身の機能が低下していきます。適度な運動、十分な栄養、ストレス解消、健康管理について、家で実行できる1日の行動項目を8つ選んでみました。

今日1日で実行した項目にチェックをつけていきましょう!

◆ ひざのばし

上体はまっすぐのまま、「1・2・3・4」で片方のひざを伸ばして、太もみに力を入れ「5・6・7・8」で元の位置に戻す。太ももの前面の筋肉を意識して、10回 ~ 20回ずつやってみましょう。

◆ しっかり、水分補給

1日あたり、お茶や水などの水分を、コップ8 ~ 10 杯分飲む。

◆ あーん一体操

ゆっくり大きく口を開け「あー」と言う。しっかり口を閉じ、口の両端に力を入れて、舌を上あごに押し付けて、奥歯を噛み、「んー」と言う。食事の前にやってみよう!

◆ 日付けの確認

今日の日付と天気を確認し、声に出して読み上げる。

◆ 交流

離れて暮らす家族や友人に電話・メールなどをする。

◆ 健康管理

持病のある方は、医師の指示通り、治療を続ける。

◆ 背伸び

両手を組んで背伸びをし、10 数える。そのまま右に体を倒して、10 数える。反対側も同様に! 肋骨の間など、脇腹の筋肉を伸ばす。

◆ たんぱく質 摂取

1日当たり、肉・魚・卵・大豆製品・牛乳 / 乳製品 を、片方の手のひらに乗る量を目安に食べる。

《ポイント》

◆ 栄養・睡眠・運動
で、毎日の
健康づくり。




Smile to Smile (会員専用サイト)


よろしくお願いします

いよいよ11月より、「フリーランス 新法」が施行されます。従来の、紙ベースでの対応では時間がかかり、会員の皆様にご迷惑をおかけすることになります。つきましては、迅速に就業いただくために、デジタル化ツール「Smile to Smile」へのご登録を、お願いできないでしょうか？ すでにご登録されている皆様におかれましては、特に行っていただくことはありませんが、就業メンバーや地域班のつながりなどで、登録へのお声掛けにご協力いただければ、幸いです。



非常に便利なツールですので、使っていただければ、必ず「登録していて良かった！」と言っていただけると確信しています。

職員一同、登録のお手伝いをさせていただきますので、ご検討をよろしくお願い申し上げます。

お早めに
申込みを!

「ボランティア清掃」実施について

毎年10月は、「シルバー人材センター 事業普及啓発促進月間」として、全国的に普及啓発活動を展開しており、当センターでは、その一環として〈ボランティア清掃〉を実施しています。参加可能な会員の方は、ご協力をよろしくお願いいたします。



※なお、天候状況等によっては、中止させていただくことがあります。

◎ 日 時 令和6年 **10月19日** (土) **8:30 ~** (1時間程度)

※佐伯地域は、**8:00 ~** (1時間程度)

◎ 場 所 (1) 廿日市地域

① JR 廿日市駅北口 (佐方班・上平良班・下平良班)

② JR 宮内串戸駅前 (原班・串戸班・廿日市班)

③ 広電 市役所前駅からあいプラザ周辺 (四季が丘班・宮園班・宮内班)

(2) 佐伯地域 : 畔巻公園周辺、横矢公園周辺

(3) 宮島地域 : 宮島成風館周辺

※ 昨年、参加者5名未満のエリアにつきましては、今年除外致しました。

また、大野福祉保健センター周辺は整備の状況から今回は見送ります。

- ◎ 持参物
- ・マスク着用は、自己判断にて対応願います。
 - ・当日、発熱や体調不良の場合は、参加をご遠慮ください。
 - ・清掃道具は、各自持参してください。(ごみ袋は、事務局で準備)

多くの方のご参加を
お願いします。



佐伯支所だより

佐伯総合スポーツ公園の手作業除草について

令和6年第3回目、秋の佐伯総合スポーツ公園除草作業の時期が来ました。

11月5日(火)、6日(水)、7日(木)、予備日8日(金)を予定しています。

◆ 就業人員募集 ◆

廿日市、大野会員様方のお力添えを頂きたく、お願い申し上げます。定員は、10名です。参加して頂ける会員の方は、10月25日までに、佐伯事務所 松井 までご連絡願います。

連絡先：佐伯支所 TEL 0829-72-2055 までお願い致します。



廿日市地区、
大野地区の
会員さん
のお力添えを
お願いします。

● 新入会員の紹介

令和6年8月1日～8月31日 まで

	地域班	入会人数
佐伯	津田	1名
大野	3区	1名

◎ 令和6年8月末日 現在
会員数 615名 (男性 469名、女性 146名)

♥ 得意自慢 ♥ を募集します!!!

皆さんの 趣味や特技を 募集
しています。

是非、事務局まで 一報ください!

今後の活動において、事務局ニュース
の紙面掲載や催し物等でも、紹介させていただきます。

腕自慢の方、
変わった趣味
等をお持ちの方、
大募集!!

◆ 苦情 について ◆

- ① 作業場所近隣の住民への、言葉使い
- ② 私道への、無断侵入
- ③ 発注者との、綿密な打合せの不足

よって、地域住民や発注者から 誤解を受けたり、
指摘を受けることがないように、普段から留意願います。

学校用務員・鍵開け 募集予定

2025年1月末～3月初旬頃開始
の、就業会員を募集予定です。

※ 詳細は、次号にて掲載しますので、
しばらくお待ちください。

就業
募集!!

大野支所・ 宮島出張所 だより

求人募集 < 宮島モーターボート競走会 >

- ◎ 就業場所 宮島 モーターボート 場内
- ◎ 仕事内容 通用門 管理業務
- ◎ 就業日 レース 開催中 のみ
- ◎ 就業時間 ① 前検日 8:30～15:30
② レース中 8:30～17:00
③ 最終日 8:30～17:30
(レース開催中、3名の会員で、シフト就業)
(3日に1回の、ローテーション)
- ◎ 就業時期 令和7年1月、就業開始
- ◎ 募集人数 1名
◆ 応募方法 ◆ 大野支所に、
直接、電話にて応募してください。
→ ☎ 0829 - 54 - 0224
(担当) 高間(たかま)

施設管理員 募集 担当：道前(どうまえ)

- ◎ 市民センター 当直業務 (夜間・休日)
- ① 阿品台 市民センター
- ② 原 市民センター … ①② 共、各1名
<11月から就業>
- ・ 就業時間 :
平日、① 17:00～22:00
② 17:00～21:45
土・日、8:30～① 22:00
(1日、2名交代) ② 21:45
- ・ 勤務体制：1館、1か月3名で、
シフト就業 (国民の祝日は休館)

※ 10月3日(木)までに、電話で応募下さい(☎ 20-1468)。
応募多数の場合、選考会を実施。(市民センター未経験会員を優先)

事務局ニュース No. 301

- ◆ 発行日 令和6年10月1日
- ◆ 発行人 高嶋 真二
- ◆ 発行所 公益社団法人
廿日市市シルバー人材
センター

※ 禁無断転載

● 公益社団法人 廿日市市シルバー人材センターのネットワーク

- 本所 …… 〒738-0023 広島県廿日市市下平良一丁目1番5号
TEL (0829) 20-1468 (代) FAX (0829) 20-1470
- 大野支所 …… 〒739-0488 広島県廿日市市大野4137番地2
TEL (0829) 54-0224 FAX (0829) 54-3064
- 佐伯・吉和支所 …… 〒738-0222 広島県廿日市市津田4109番地
TEL (0829) 72-2055 FAX (0829) 72-2058
- 宮島出張所 …… 〒739-0506 広島県廿日市市宮島町960番地2
TEL (0829) 44-2840 (FAX兼用)