

シルバー はつかいち通信



事務局
ニュース
No. 305

安全は 無理せず 焦らず 油断せず

お知らせ...

令和7年度の会費納入について

令和7年度の、年会費納入の時期が近づいて参りました。

4月25日に、ご指定の口座から、会費を振り替えさせていただく予定としております。

なお、書類不備等で、4月25日に振替ができない場合は、5月23日になる場合もありますのでご了承ください。

| | | |
|---------|--------|---------|
| ○ 会費の内訳 | 年会費 | 3,000 円 |
| | 保険料負担金 | 2,000 円 |
| | 計 | 5,000 円 |



※「なごみの会」入会の方は、別途 1,000 円 振替させていただきます。

- ◆ 尚、諸事情により、**やむなく退会を希望される方は、3月14日（金）までに退会届を必ず事務局へ提出してください。** 退会届が提出されない場合は、会費が口座より引き落としとなり、**返金できません** のでご注意ください。



2025・**2**月号

◆ 今月号の主な内容 ◆

- ◎ お知らせ <会費の納入> について
- ◎ 入会説明会 日程
- ◎ <配分金収入> の確定申告 について
- ◎ 「なごみの会 寄せ植え教室」の開催 報告
- ◎ 会員専用サイト <Smile to Smile> への登録を!!!
- ◎ 事故報告・団体保険制度について
- ◎ 市民センター 当直業務員 の募集
- ◎ 支所だより（大野）機械除草班員 募集
- ◎ 新入会員紹介、<ヒートショック> の防止 について
- ◎ 訃報連絡
- ◎ 衛生委員会報告「アルコールとの上手な付き合い方」

◆ 2月・3月の入会説明会 ◆

| | | |
|----------|---------|--------|
| 2/ 7 (金) | 13:30 ~ | (本所) |
| 2/13 (木) | 13:30 ~ | (大野支所) |
| 3/ 3 (月) | 13:30 ~ | (本所) |
| 3/11 (火) | 13:30 ~ | (本所) |

説明会風景 →



◆ 「配分金収入」の確定申告について ◆

センターから支払われる配分金は、交通費を含めた額が、所得税法上は「雑所得」として取扱われ、一定額以上の配分金があると、他の収入と併せて、確定申告が必要な場合があります。該当する場合は、確定申告を行ってください。

一方、派遣により就業された方につきましては、「給与所得」となります。なお、確定申告は、スマホからの申告がおすすめです。

※ 詳しくは、廿日市税務署 にお問合せください。 TEL 32-1217
新宮 1-15-40 廿日市地方合同庁舎 (あいプラザ隣)

2025年版 確定申告まとめ

納税の申告は
2月17日から**3月17日**まで



税金が戻る主なケース

- 年間の医療費が10万円を超えた
- 住宅ローンを組んだ
- ふるさと納税を行った

なごみの会 / 「寄せ植え教室」に参加して (立岡 博美)



昨年12月20日に、ハシモト園芸の橋本会長講師とアシスタントの方をお迎えし、お正月飾り「寄せ植え教室」が開催されました。

まず最初に、紙粘土で「鶴と亀」を作成。何十年ぶり(?)の製作に、皆で手を真っ白くして、「幼少の頃じゃねえ〜」と笑顔で話をしたり、真剣に取り組んでいる姿も、見受けられました。

乾かしている間に、いよいよ本題。材料の説明をお聴きし、高さ20cmの松竹梅・オタフク南天は、地中に根が連なっていることから、子孫繁栄、ヤブコウジ(十両)を植え、生のコケを丘のように

敷き詰め、川に見立てて小さな白砂を流し、岩の軽石を載せ、そこに乾いた個性豊かな可愛い「鶴と亀」を飾って、出来上がりました。

私は、初めての参加で、どんな作品ができるのか?!

ワクワク・ドキドキでした…。素人の私の作品に、講師の方々の指導が加わると、まるでプロが作成したような作品となりました!

一人一人の個性的な「寄せ植え」の完成に、新しい年を迎えることができる喜びに、皆さんの顔が輝いていました。

「巳年」が、きっと実のある年となる事でしょう!



Smile to Smile (未登録会員の皆様へ)

今すぐ
申込みを!



当センターでは、フリーランス法に対応するため、会員の皆様の仕事の内容などの就業条件は、できる限り会員専用サイト「Smile to Smile」でお知らせしたい、と考えております。

よろしくお祈ります



●「Smile to Smile」を利用するには、皆様に郵送させて頂いた「ログインID・パスワード通知書」による登録が必要となります。

登録頂くと、郵送でご案内した通り、センターから依頼した仕事の内容や事務局ニュース等のお知らせも、素早く確認することができます。

●未登録の場合は、書面での郵送や手渡しとなり、時間や来所の手間がかかりますので、会員様の利便性を良くするためにも、ご協力をお願いする次第です。

※登録方法が分からない場合は、センター職員が懇切丁寧に対応しますので、遠慮なく来所頂ければと思います。

事故報告

① 令和6年12月、雑草に足が引っかけ、転倒回避の為、セメント溝の縁角に足を踏張った。後日痛みが発生したため病院受診。診断結果、足裏骨折が判明。

② 令和6年12月、剪定作業で脚立に乗っていたが、バランスが崩れた為、脚立ごと背中から転倒。診断結果、背中中の打撲。

※加齢による【**身体機能の低下**】及び【**骨折リスクの増大**】を理解し、可能な限りの注意をお願い致します。

< 団体保険 > 制度 について

(傷害保険・賠償責任保険)

現在 加入中の全国賠償責任保険について、全国的に損害賠償事故が多発しているため、令和7年度から免責額の変更が予定されています。今後、より一層、安全就業に努めて、事故防止に十分留意して就業してください。

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) ◆ 各センター 1名 募集

- ① 中央市民センター 4月～就業
- ② 宮園市民センター 4月～就業
- ③ 地御前市民センター 5月～就業
- ④ 大野西市民センター 4月～就業
- ⑤ 大野西市民センター 5月～就業

◆ 就業時間

- ①、④、⑤ は 平日 : 17:00 ~ 22:00
- 土、日 : 8:30 ~ 22:00
- ②、③ は 平日 : 17:00 ~ 21:45
- 土、日 : 8:30 ~ 21:45

◆ 勤務体制 (土・日は、2名交代) 1か月3名でシフト。月間、12日程度就業。 ※ 休館日：国民の祝日・年末年始

※ 2月12日(水)までに、電話で応募ください。 ☎ 20-1468

応募多数の場合、選考会を実施。 市民センター 就業未経験者を優先。



大野支所・宮島出張所だより

機械除草班、
新規就業メンバー募集。

▼ 応募は、直接 大野支所へ 電話で。
(54-0224) 担当：高間
(たかま)

求人案内 (機械除草、就業メンバー)

- ◎ 就業場所 シルバー人材センター 大野支所
- ◎ 就業開始 令和7年4月～
- ◎ 就労時間 機械除草作業 依頼予約日 (不定期)
- ◎ 募集人数 2名



● 新入会員の紹介

令和6年12月1日～12月31日まで

| | 地域班 | 入会人数 |
|-----|-----|------|
| 廿日市 | 廿日市 | 1名 |
| | 原 | 1名 |
| | 宮内 | 1名 |
| | 阿品台 | 1名 |
| 佐伯 | 友和 | 1名 |
| 大野 | 9区 | 1名 |

◎ 令和6年12月末日 現在
会員数 616名 (男性 469名、女性 147名)

訃報連絡

謹んで哀悼の意を表し、ご冥福をお祈り致します。
(上平良班：1名 阿品台班：1名)
* 個人情報保護のため、氏名を不掲載とさせていただきます。

安全・適正就業委員会、衛生委員会 報告

◎ 令和6年度 第8回 衛生委員会 (令和6年12月19日開催)
「アルコールとの上手な付き合い方」について

1. 飲酒は、1日平均20g以下
1日20gは、ビールなら中ビン1本(500mL=ロング缶)、日本酒では、1合弱
2. 女性・高齢者は、少なめに
アルコールの分解速度は、体格や肝臓の大きさが影響します
3. 赤型体質も、少なめに
「赤型体質」とは、お酒を飲むとすぐに顔が赤くなる体質のことです
4. たまに飲んでも、大酒しない
5. 食事と一緒に、ゆっくりと
度数の高いお酒は、割って飲むようにしましょう
6. 寝酒は、極力控えよう
深い睡眠を得るためには、アルコールの力を借りない方が良いでしょう
7. 週に2日は、休肝日
8. 薬の治療中は、ノーアルコール
アルコールは、薬の効果を強めたり弱めたりします。
9. 入浴・運動前は、ノーアルコール
飲酒後の入浴は、不整脈や血圧の急な変動を引き起こすので危険です。
10. 妊娠・授乳中は、ノーアルコール
妊娠中の飲酒は、胎児に影響を及ぼしますし、アルコールは母乳に移行します
11. 依存症者は、生涯断酒
断酒を続けることが、唯一の回復方法です。
12. 定期的に、健診やがん検診を
定期的に肝機能検査などを受けて、飲みすぎているか、チェックしましょう！



＜ポイント＞

◆ 「酒は、百薬の長」
自分に合った
飲み方と適量で！



◆ ヒートショック ◆ を防ぎましょう !!!

ヒートショックは、急激な温度差により、血圧が大きく変動することで、失神や心筋梗塞などが起きることで、

特に、冬場の浴室、洗面所、トイレなどと、暖かい部屋では、10度以上の温度差があるため、ヒートショックが起こりやすいので、注意が必要です。

対策としては、

- ① 脱衣所や浴室は、事前にヒーターや湯気で温める。
- ② 入浴前の、飲酒は控える。
- ③ 湯船につかる前に、かけ湯を。
- ④ お風呂の温度は41度以下で、お湯に浸かるのは10分以内にする。
- ⑤ 入浴前には、誰かに一声。



冬のお風呂場、
要注意!!

事務局ニュース No. 305

- ◆ 発行日 令和7年2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)