

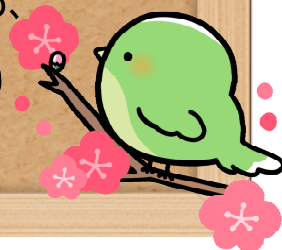
No.186

Hirado Silver Human Resources Center

事務局だより

令和7年 2月 1日発行

2025年の幕開けです。本年もどうぞよろしくお願いいたします。
1年で一番冷え込む季節になりましたが、2月4日には立春を迎えようとしています。日の長さも少しずつ長くなり、梅の蕾もふくらみ始め、寒い中にも少しずつ春の兆しを感じられるようになりました。
まだまだ寒さの厳しい日が続きますが、温かい物を食べてしっかり栄養をつけてくださいね。インフルエンザなども流行っており、もうしばらくは注意が必要ですので気を付けてお過ごしください。



令和6年度 第2回 地域班会が開催されました！

令和6年度 第2回地域班会が、1月15日より各地域で開催されました。今回も会員と事務局との意見交換、また、会員同士の交流の場として多数のご出席をいただきました。

会では、事務局より事業実績等の現状報告や4月より開始される契約の見直し及び配分金の改定などの報告が行われました。

また意見交換では、会員のみなさんからの活発な意見や質問・要望が寄せられました。

今後とも新年度に向けて、会員皆さまのご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。



班名	会員数	出席数	出席率
平戸 東 部	20	9	45%
平戸 南 部	14	8	57%
平戸 西 部	18	10	56%
平戸 北 部	15	11	73%
中 野	9	7	78%
獅 子	15	9	60%
紐 差	5	5	100%
宝 亀	2	1	50%
中 津 良	15	13	87%
津 吉	11	7	64%
志 々 伎	12	6	50%
生 月	26	13	50%
田 平 北	17	7	41%
田 平 南	11	7	64%
田 平 東	8	4	50%
大 島	14	13	93%
度 島	6	5	83%
合 計	218	135	62%

令和6年 配分金の確定申告について

今年も確定申告の時期となりました。よくご確認のうえ、
期限内に必ず確定申告を行っていただきますようお願い致します。

◎配分金は、所得税法では **雑所得** の扱いとなり、

所得税・市県民税の申告が必要です。



◎確定申告にはあらかじめ地域班会にて配布した

配分金支払証明書が必要です。確定申告時には必ずご持参ください。

◎申告についてはご自身で判断せず、平戸市役所税務課、もしくは平戸税務署へお尋ねください。

雑所得の金額は1年間の収入から必要経費を差し引いた金額です。

必要経費が55万円未満の場合は、租税特別措置法第27条「家内労働特例」を適用し、配分金収入から55万円を上限として差し引くことができます。(但し、収入金額が限度となりますので、配分金が55万円未満の場合はその額が控除の限度額となります。)

▽収入が配分金だけの場合

$$\left(\begin{array}{c} \text{配分金} \\ - \text{特例控除} \\ \quad 55\text{万円} \\ - \text{基礎控除} \\ \quad 48\text{万円} \\ - \text{その他の所得控除} \\ \quad (\text{扶養・特別扶養・保険など}) \end{array} \right) \times \text{所得税率} = \text{所得税額}$$

▽収入が配分金と年金の場合

$$\left(\begin{array}{c} \text{配分金} \\ - \text{特例控除} \\ \quad 55\text{万円} \\ + \text{公的年金} \\ \quad \text{など} \\ - \text{公的年金} \\ \quad \text{等控除} \\ - \text{基礎控除} \\ \quad 48\text{万円} \\ - \text{その他の所得控除} \\ \quad (\text{扶養・特別扶養・保険など}) \end{array} \right) \times \text{所得税率} = \text{所得税額}$$

■配分金収入があっても年金は減額されません。

■給与所得（派遣事業を含む）や農業収入等がある場合は税務署へお尋ねください。

■税務署ではインターネットによるご自宅で申告書作成・提出ができる「e-TAX(国税電子申告・納税システム)」の利用を推進しています。詳しくは国税庁のホームページをご覧ください。

Information

—お知らせ—



「ヒートショック」にご用心！

「ヒートショック」は暖かい所から急に寒い所へ行くなど、急激な気温の変化に体が適応しきれず、めまいや吐き気、頭痛や動機などの症状が現れることを言います。重症化すると意識がなくなったり、心筋梗塞や脳梗塞など命にかかわる病気を引き起こすことがあります。この時期は一年で一番冷え込む時期にあたります。特に脱衣場や浴室などでこの「ヒートショック」が発生しやすいので特に注意が必要です。また、持病がある・ないに関わらず誰にでも起こり得ますのでポイントを押さえて予防しましょう！

入浴中の ヒートショックを防ぐポイント！

脱衣場・浴室を温める

暖房器具を利用しながら
浴室と脱衣場の気温差を
できるだけ小さくしましょう。



入浴前後の水分補給

冬場は喉が渇きにくいので
水分補給がおろそかになり
がちです。入浴前後には
コップ一杯の水を気がけて
摂るようにしましょう。



入浴前は家族に一声

「お風呂行ってくるよ～」
など、一言かけることで、
家族も異変に早く気付く
ことができます。



まずはかけ湯を足元から

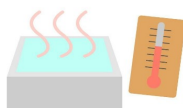
まずは心臓から
遠い所にお湯をかけて
体を慣らします。

順番としては
足元→お腹→胸です。



湯温は41℃以下に

熱風呂が好きな方も、最初は
ぬるめのお湯から入り、
徐々にお湯を足して
体を慣らします。
長湯にならないよう気を付け
ましょう。



立ち上がる時はゆっくりと

立ちくらみを防ぐ為、
ゆっくりと
立ち上がります。
滑りやすいので
ゆっくりと移動を。



『富葉土』を販売しています！

1袋(約20kg)

300円

当センターでは、植木の剪定作業で出た剪定屑を再利用して腐葉土の製造を行っており、「葉っぱに富んだ土」という意味で『富葉土』と名付けて販売しております！剪定した幹や枝のみを粉碎し、自然発酵させたもので、お客様からは野菜作りに最適！と大変ご好評いただいております。富葉土は「土の改良材」と言われ、痩せた土をフカフカで通気性や保湿性に優れた土にし、植物が良く育つように蘇らせてくれます。これからの野菜作りや花植えなど、様々な植物の栽培へ向けてぜひご活用下さい。また、5袋以上で配達もいたしますので近所の方と一緒にまとめ買いはいかがでしょうか？



※一度に多量の施用は禁物で 《 富葉土 1:2 土 》 の配合で混ぜるのが理想です。

スマホやパソコン操作のお仕事ができるようになりました！

シルバー人材センターでは、スマホやパソコン操作などのお仕事もお受けできるようになりました。スマホやパソコンにまつわる事（設定・アプリ・Wi-Fiの接続・プリンター等）で何かお困りごとがあれば、お気軽にセンターまでお問い合わせください。



安全就業委員会からのお知らせ!!

安全就業委員会より、12～1月の安全巡回指導についての指摘事項はありませんが、1月に傷害・賠償事故がそれぞれ1件発生しております。

【傷害・賠償事故報告】

傷害事故は、植木の剪定作業中にハシゴから滑り落ち、地面に転落した際に手首を骨折しました。また、賠償事故については室内の清掃作業中にサッシドアが強風で煽られ、閉まった衝撃でドアガラスにヒビが入るといった事故が発生しました。

会員の皆さんも十分注意して作業されていることと思いますが、脚立やハシゴで作業をする際、今一度細心の注意を払って作業を行うことと、屋内外問わず強風の中、作業をする場合は道具など飛ばされないように注意してください。

＜編集発行＞

公益社団法人

平戸市シルバー人材センター

平戸市鏡川町930番地

TEL22-3100 FAX22-3114

E-Mail:hirado@sjc.ne.jp

HP <https://webc.sjc.ne.jp/hirado/index>