



新春号

伊勢シルバー

第30号

発行：編集 令和3年（2021年）1月1日
公益社団法人 伊勢市シルバー人材センター
〒515-0505 伊勢市西豊浜町141-1
伊勢志摩総合地方卸売市場2F
電話 0596-37-7170 FAX 0596-37-7172
ホームページ：<https://webc.sjc.ne.jp/ise-sc/index>



油彩画 潮騒を聞きながら（伊勢エビ漁の網掃除）

作品提供 早修地区 山本 與志典さん

賀正



理事長 角前 明

年頭のご挨拶

新年あけましておめでとございます。会員の皆様には健やかに新春をお迎えのことと心よりお慶びを申し上げます。

本年は、第七十六回国民体育大会「三重とこわか国体」・第二十一回全国障害者スポーツ大会「三重とこわか大会」が開催されます。伊勢市での開催日程や開催競技が決定され、私たちも国体・大会を盛り上げて行きたいと思っております。

昨年は、コロナ禍の中、上半期の事業実績が民間事業者からの受注が激減し、契約金額において前年比約十五%の減額となりました。会員の皆様には、就業時間の減少や休業によりご迷惑をおかけしていますが、国の実施しているゴートゥーキャンペーン等により

景気の回復が、早急に図られる事を期待しています。

ところで、新しい社会像として自助、共助、公助の三助が言われていますが、そこに新しく近助というキーワードが入りました。三助はもちろん大事ですが、隣同士、話ができる良い関係性をもっているかが大事だと考えます。それはやはり人との繋がり、仲間づくりが重要になってくるのではないのでしょうか。シルバー人材センターでは、互助会や地区連絡会、同好会やクラブ等ではないかと考えます。

最近、シルバー人材センターに入会する方が減ってきました。その原因は何でしょうか。シルバーの組織が良く分からない。どんな

仕事があるのか。賃金はいくらか。いろんな疑問があり入りにくいのではないのでしょうか。

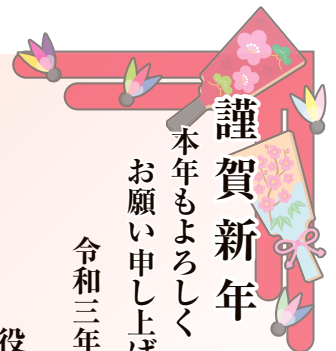
そこで、会員の皆様一人ひとりが、友人や知人にシルバーの仕組みについて説明をしていただければ、安心して入会できるのではないのでしょうか。

また、女性会員も増えていません。家庭の事情もあり女性が外で働くことは難しいと思いますが、思い切ってご夫婦で入会していただくのはどうでしょうか。

人生百年時代に入り、やはり「教育と教養」すなわち、「今日行くところがある」、「今日行く」という「生きがい」を提供し、皆さんの人生を支援できるシルバー人材センターであり続けたいと願っています。

今年も、当センターが地域に根差し地域住民に頼られ、愛される存在であり続けるとともに、小さなニーズにも応えられ親しまれるシルバー人材センターを目指していきますので、役員、職員、そして会員の皆様のご協力をよろしくお願ひ申し上げます。

結びにあたり、会員の皆様並びにご家族の皆様のご健勝を心からご祈念申し上げ新年の挨拶とさせていただきます。



謹賀新年

本年もよろしく

お願い申し上げます

令和三年 元旦

役員一同

- 理事長 角前 明
- 副理事長 井坂 裕行
- 常務理事 中川 芳明
- 理事 大塚 雅俊
- 理事 岡埜 正
- 理事 小野 敬司
- 理事 北川 克己
- 理事 北川 幸博
- 理事 黒瀬 恵子
- 理事 近藤 慶満
- 理事 須崎 充博
- 理事 中崎 茂
- 理事 中辻 一恵
- 理事 西 茂美
- 理事 森本千賀子
- 監事 水島 徹
- 監事 山崎 隆子

(五十音順)

迎春



伊勢市長 鈴木 健一

年始ご挨拶

新年あけまして、おめでとう
ございます。

日頃は、福祉・家事援助など
の幅広い分野へのサービス提供
や美化清掃活動のボランティア
など、生きがいや生活の充実を
図るとともに、活力ある地域社
会にご尽力を賜り厚く御礼申し
上げます。

さて、昨年は、新型コロナウ
イルス感染症の拡大により、各
種大会・イベントが中止となる
など、市の基幹産業でもある観
光産業を中心に地域経済が大
きな打撃を受け、これまでの日
常が奪い去られる事態となり
ました。

この状況下において、市民の
皆様、事業者、関係機関・団体
の皆様にも、絶大なご協力をいた
だき、感染を防ぐ対策、暮らし
を守る対策に取り組んでまいり
ました。今後も社会経済活動を
活性化していけるよう、新しい
生活様式を定着させていきなが
ら、徹底した感染防止対策と地
域経済の復興・再生に向けた対
応にこれからも全力で取り組ん
でまいります。

さて、本年は延期となりまし
た東京オリンピック・パラリン
ピック競技大会が開催される予
定であり、本市は、ラオス人民
民主共和国を相手国として「共

生社会ホストタウン」に登録さ
れていることから、これを契機
として、「地域共生社会」の実
現に向けた取り組みをさらに進
めてまいります。そして、伊勢
市においても三重とわか国
体・とわか大会が開催される
ため、スポーツに対する機運が
一段と高まってくるものと考え
ており、その流れを、地域の活
性化につなげてまいりたいと存
じます。

コロナ禍による、この不透明
な時代にあっても、「不易流行」
の思いを胸に、思いやり・助け
合いの気持ちなど大切なことを
見失うことなく、時代とともに
変化する新しい潮流を取り入れ
ながら、市民の暮らしに寄り添
う市役所運営を心掛けてまいり
ますので、引き続き皆様のご支
援、ご協力を賜りますようお願い
申し上げます。

伊勢市シルバー人材センター
の益々のご発展と会員の皆様、
ご家族の皆様のご健勝、ご多幸
を心からお祈り申し上げます。

あけまして
おめでとうございます

会員互助会役員一同

- | | |
|-----|-------|
| 会長 | 中村 博明 |
| 副会長 | 金森 泰彦 |
| 副会長 | 長谷川安子 |
| 副会長 | 豆原 保 |
| 会計 | 井坂 裕行 |
| 幹事 | 高木 芳美 |
| 幹事 | 中崎 茂 |
| 幹事 | 中村 秋次 |
| 幹事 | 西川 晃 |
| 幹事 | 豆原 幸子 |
| 監事 | 中川 芳明 |
| 監事 | 吉田 久 |

(五十音順)

事務局職員一同

- | | |
|---------|-------|
| 事務局長 | 中川 芳明 |
| 事務局次長 | 下村 浩司 |
| 主任 | 中津希与美 |
| 総務・経理担当 | 鎌谷 美穂 |
| 業務担当 | 古布 武 |
| 業務担当 | 渡部 舞 |
| 業務担当 | 下井 まゆ |

会員の広場



今年の年男・年女は84歳の方が13名、72歳の方が98名です。丑年の年男・年女の会員の中から10名の会員さんに、次の内容について寄稿いただきました。
(年齢・会員番号順記載)

①趣味として楽しんでること
②これからの抱負・目標

早修地区 坂本 照美

①広く浅く手掛けてはやめてしまった中で、長く続けているのは、筆ペンです。毎年三月に、社協で作品展をします。(昨年はコロナで中止)

②昨年よりお寺の役をいただき、勉強会や年間行事に参加しているかと思うっています。顧みますと伊勢に来て55年になります。

子供時代は戦火にさらされ、恐怖と不安の昭和を経て、平成そして令和になってコロナ禍の終息は見えず、不安な時代となりました。でも、二度とない時の中を有縁の方々に感謝しつつ下り坂をゆっくり、景色を楽しみながら降りていきます。



二見3地区 藤本 政代

①私の今の楽しみは、シルバーの皆さんとグラウンドゴルフをするのと伊勢音頭を踊ることです。ゴルフは練習日と仕事の日が重なることが多いので月一回位しか参加できないのがとても残念です。私は二十歳前から踊りの教室に通っていました。遷宮の頃には宣伝活動のため各地を訪れ伊勢音頭を踊りました。今年こそはコロナも収まり伊勢まつりで、女性の会の皆さんたちと伊勢音頭を踊ることを楽し

みにしております。

②今健康で楽しい日々を過ごしているのは、シルバーの仲間たちとの交流や仕事をさせていただいているお蔭です。もう少しこの生活が続けられたら幸いです。

二見1地区 中村 孝文

①私の趣味は、釣りと紀州犬の飼育です。釣りでは、今のシーズンは、主にサワラ釣りで自分の船でサワラを追いかけ、伊勢湾を一周してくることもありま

す。紀州犬は、日本犬保存会に入会し、全国各地で開催される展覧会に出陳しゅっせんしています。全国展の内閣総理大臣賞を目標に頑張っています。残念ながらまだ、最高位は日保本部賞と天然記念物指定犬です。日々コツコツと努力してきましたが、努力が足りなかったのかと思う今日この頃です。

②今年の一月に体調を崩し入院することになり、18歳になる犬を心配していたのですが、飼い主の心配を察してか、入院五日前に亡くなりました。これからは、釣りとカラオケで残りの人生をのんびりと楽しみたいと思います。

豊浜地区 中村 右姫子

①数年前に、友達と大正琴を習っていました。その琴も押し入れに入れっぱなしでしたが、二年前からそれを出し友達と集まって弾いています。おしゃべりの方が多けれど、楽しい。それと、折り紙が好きで、毎年孫達にお年玉袋を折って渡すのが、私の楽しみになっています。ほかにも家庭菜園とかで忙しい日々です。

②シルバーに入会して十年を振り返ってみると、あつという間でした。週2回がちょうどいいと思っています。体に気をつけて、仕事、畑にとがんばっていきます。



御園地区 北村 延子

①趣味として余りないので、仕事をしているのが好きです。ちょつ

とずつでも仕事をしています。空いた時間は洋服を見に行ったりしています。あまり時間があるとお金を使いすぎます。

②いつまで働けるかどうかかわからないですけど、働けるうちは働いていきたいです。働いている方が人とのつながりもあり、会話する事で自分の知識も高まり、プラスになるように思います。



北浜地区 戸上 定章

①我が家のリフォームを気が向くと頑張っています。夢中になると、時を忘れ一日経つのが早く、「歳かな」と感じます。家庭菜園では、年間の季節の彩り、香り、味覚を感じながら土づくりをして、減無農薬野菜の栽培が、楽しくもあり、苦しくもあり、何故か続いています。

②新型コロナウイルスが猛威を振るうなかですが、外出して自然に触れた

いと思います。一日周期のリズムを乱さず、笑って、泣いて、笑って、素晴らしい朝日が拝めますように!!

四郷地区 乾 勉

①趣味と言うよりライフワークと思います。二十八年前から伊勢音頭に携わり、全国に伝わる伊勢音頭あるいは伊勢音頭から派生した唄等を訪ね歩き、収集した資料および新たに掘り起こした資料との精査に励んでいるのが現状です。

②定年・再雇用、そして第三の人生を謳歌しようとシルバー登録から五年がたちました。多くの人と接する事で衰えが少しでも遅くなったと自負しておりますが、他から見ればどうでしょうか。家族および他人に迷惑を掛けないように全てに頑張ります。

厚生地区 古川 理恵子

①新型コロナウイルスで、自宅で過ごす時間の多くなった毎日、まずはマスク作りに挑戦し、苦労したり喜んだり。色々作っている内に

楽しさを感じ、ミシンにはお世話になりました。この所、趣味も変化しつつあり、夏には鉢植へのプチトマト、ブルーベリーのジャム作り、秋は栗きんとんと、長い間続けてきた書道も一休みです。

②これからは、相変わらずのマイペースで友達と楽しんだり、無理せず！迷惑かけず！シルバーのお仕事も楽しんでいこうと思えます。そして、夢は小さな趣味のお部屋を作り、見えない前途ですが、さらに年を重ねた時、「あの頃はよかったね」と思える日々を送ってゆきたいと思っています。



宮本地区 山口 玄洋

①市営庭球場の夜間管理をしております私ですが、趣味は体力を保つため42年間続けている毎朝のランニングです。忙しい日でも外の空気を吸うようにしています。二つ目は、浄土宗の僧侶

としての毎日のお勤めです。毎朝、阿弥陀様と対峙してからその日が始まります。

②今年の抱負は、孫ができて70歳から始めた月刊家族新聞「照惇政治家報 むくげ」の継続です。三年間続けられたら「むくげ」集を発行するのが夢であり目標です。

四郷地区 中村 喜代

①シルバー人材センターに入会させて頂いて、満四年が過ぎました。趣味は、身体を動かす事が好きなので、十五年前から3B体操を続けています。3つの道具を使ってストレッチ、そして音楽に合わせて踊り、運動神経も敏感になり、ストレッチ発散にもなり、とても楽しいです。

②シルバーに入らせて頂いたおかげで、多くの会員さんと知り合うことができ、感謝しています。これからも健康の続く限り、体操も仕事も無理なくマイペースで取り組み、充実した日々を送っていききたいと思っています。

折り紙作品提供

女性の会手芸サークル

村田 千鶴さん

要望活動について

全国シルバー人材センター事業協会の定時総会の決議により、市長及び市議会議長に対して8月21日に角前理事長から要望書の提出を行いました。

要望書の内容は、シルバー人材センターとして重点に取り組む事業への支援、補助金の確保、公共からの事業発注の確保などについてです。



鈴木健一市長に要望書



世古明議長に要望書

事務費の改定について

現在の請負・委任業務に係る事務費については、受注額の8%を受けておりますが、シルバー人材センターの経営の安定性と継続性を確保するために、以下のとおり改定します。

事務費 9%

改定日 令和3年4月1日

配分金と賃金について

●配分金と賃金の違い

シルバー人材センターでは、会員の多くは、請負・委任契約に基づいて仕事に就いていますが、雇用関係はなく労働関係の法律等（最低賃金法等）は適用されません。また、会員が仕事をした時の対価である「配分金」は、労働基準法における「賃金」には該当しません。

一方、派遣業務で就業されている方は、労働関係の法律が適用されるとともに、シルバー人材センターと雇用関係が生じ、仕事の対価は「賃金」になります。

●消費税との関係

会員が受け取った配分金については、消費税を含んでいることから、就業会員は個人事業主となり「納税事業者」となりますが、基準期間内の課税売上高（配分金等の総額）が1000万円以下であれば免除されます。一方、派遣に係る賃金については、消費税は含まれないので、対応は必要ありません。（基準期間とは、2年前の1年間を指します）

●確定申告について

令和2年分の所得税の確定申告の時期が近づいてきました。

皆さんが受領した「配分金」収入は、必要経費を控除した金額を「雑所得」として、所得税の確定申告をする必要があります。

令和2年分の所得税の確定申告期間

令和3年2月16日(火)～令和3年3月15日(月)

※令和2年12月10日時点での情報によります。

配分金に係る雑所得の計算方法

- 1 配分金収入から必要経費を控除した額です。
- 2 必要経費の額が55万円未満の場合は、収入金額を上限として55万円を控除することができます。
(注)シルバー人材センターからの収入のほかに給与収入や事業所得及び公的年金以外の雑所得がある場合は、55万円から給与収入金額や事業所得と公的年金以外の雑所得の必要経費を差し引いた差額でしか控除できませんのでご注意ください。
- 3 詳しくは、税務署や市役所課税課市民税係へ相談してください。

互助会便り

—女性部会設立5周年を記念して—

女性部会長・女性の会会長 長谷川安子

女性部会が会員互助会の一部会として、平成27年4月1日に発足して5年が経過しました。女性会員が、趣味、各種行事等を通じて、相互の親睦を図ることを目的に、「女性の会（和と輪）」が中心となって活動しております。

発足2年後の平成29年6月に、蒲郡市で開催された東海シルバー人材センター連絡協議会の経験交流会で、三重県代表として、女性の会の活動内容を発表させていただく機会を得られたことは、大きな喜びでありました。

女性の会の活動は、次に紹介する4つのサークル活動の他に「伊勢まつり」、また福祉・家事援助サービス委員会からの要請にもとづき、例年開催される新道の「伊勢の夜祭」、「福祉フェスティバル」そして「シルバーいきいきフェスタ」（県シルバー主催）等にも参加し、当センターのPRに努めております。

次の10周年に向けて、この会が継続しさらに発展していくために、女性会員皆様方のご協力と活動への参加を切にお願い申し上げます。

女性の会サークル活動紹介

写真は令和元年度の活動の様子です

料理サークル



メンバーが一番多いサークルで年2回の教室ですが、毎回楽しく「食」への意欲をかきかきしています。今後も充実した内容を考え活動していきたいと思えます。

体操サークル



年2回の活動です。音楽に合わせてストレッチ踊り、筋肉トレーニング体操、タオルを使った体操等をして、みんなで楽しくやっています。

手芸サークル



活動は年10回。作った作品は、「伊勢まつり」や「新道の夜祭」に出店、また一人暮らしの方々にプレゼントして、シルバーの普及活動に努めています。

ボランティア等サークル



毎年「伊勢まつり」に参加して伊勢音頭等を踊ります。

ゴキブリ団子を作り、老人施設に寄贈し販売もします。

老人ホームを慰問して歌や踊り、合唱等を披露します。

安全委員会から

今年度の上半期の事故件数は16件で、昨年度と同件数となっています。どれだけ注意を払っても事故を完全に無くすことは困難ですが、安全意識を高めて事故ゼロを目指しましょう。

安全委員会におきましても、引き続き、安全就業パトロール、安全就業の注意喚起及び安全に対する意識啓発等を行い、事故防止対策に努めます。

■傷害事故 5件

月日	内 容
4. 6	塀を乗り越えようとした時に転落し肋骨を骨折した。
5. 7	飛石防止ネットを持って作業していたところ、滑って右足首を捻挫した。
6.24	草刈作業中に蜂に刺された。
8. 7	室内でベッド吊り上げ時に右足親指の爪をはがした。
8.28	資源物回収袋洗浄作業中に、袋中に潜んでいたムカデに右手指を刺された。

■物損事故 11件

月日	内 容
5.20	草刈作業中、駐車中の車のガラスを破損した。
6. 3	車をバックさせたところフェンスを破損した。
6. 9	草刈作業中、駐車中の車のガラスを破損した。
6.16	
6.24	草刈作業中、駐車中の車のドアに傷をつけた。
6.25	草刈就業中に水道パイプを切断した。
6.27	草刈作業中、駐車中の車のガラスを破損した。
7. 6	
8.18	
9. 4	草刈作業中に、石碑のろうそく台を破損した。
9.11	

ヒヤリハット事例を募集します

シルバー会員の皆さんが就業中や行き帰りの途上などにおいて、「ヒヤリ」としたこと、「ハット」したこと、いわゆる「ヒヤリハット」の事例を募集します。

実際に事故に至らなかったヒヤリハット事例は、誰でも経験したことがあると思います。

皆さんの危なかった経験や事例が今後の事故の防止・減少に役立てられるように、いろいろな事例をお教えてください。

様式は任意で結構ですので、①いつ ②どこで ③何をしたとき ④どのように ⑤原因は何かなどを書いていただき、本所、新道連絡所、二見連絡所までお願いします。

剪定就業体験が開催されました

令和2年10月16日（金）朝熊山麓公園で三重県シルバー人材センター連合会の主催による植木剪定の就業体験が開催されました。新たにシルバーで就業を希望する人や職種転換を希望する会員が対象で、10名（定員10名）の参加者（男性8名、女性2名）がありました。今回は、剪定に従事している当センターの会員が講師役となり、参加者の皆さんは熱心に受講されていました。



講習会の様子



講習会の様子

福祉・家事援助サービス委員会からの報告

福祉・家事援助サービス委員会 委員長 豆原 幸子

本委員会は、8名の会員と事務局職員1名の9名で構成されています。年間を通しての活動内容は、①介護講習会の開催②高齢者安否確認③イベントへの参加（新道の夜祭、福祉フェスティバル、いきいきフェスタなど）④奉仕活動等です。

イベントへの参加については、例年次のような内容で行っています。

- 地域との交流を目的に、「新道の夜祭」と県営サンアリーナで行われる「福祉フェスティバル」に参加し、子供達と折り紙・塗り絵・ボウリング・輪投げなどをして、ふれあいを楽しみます。
- 総合文化センター（津市）で開催の、県シルバー人材センター連合会主催の「シルバーいきいきフェスタ」に参加して、各シルバーのPRパネルの展示、作品の展示と即売会、会員の経験発表会やアトラクション、講演会等を見聞きし、活動内容を勉強します。

令和2年度は、新型コロナウイルスの影響から全てのイベントが中止となり、イベントへの参加はかないませんでした。

そのような状況ですが、高齢者安否確認を9月に実施しました。高齢者の安否確認は、当センターを利用させていただいている高齢者のお宅を担当の会員が訪問し、安否確認を行うものです。体調、睡眠、食事等の様子をアンケート用紙に記入します。例年訪問時には、女性の会手芸サークルの会員さんが作ってくれた作品をプレゼントしています。今年度は生活必需品となった手作りのマスクを差し上げ、とても喜ばれました。



手作りのマスク



介護講習会の様子

11月19日には、介護講習会を開催しました。社会福祉協議会の出前講座を申込み、「介護が必要になっても認知症になっても住み慣れた地域で生活していくために」という内容で行いました。

福祉・家事援助サービス月間での奉仕活動については、11月12日に委員会を開き、実施方針について協議しました。令和元年度は、12月に介護施設で室内・外の窓ふきを行いました。

新型コロナウイルスの影響から、介護施設や幼稚園での奉仕活動は困難なため、令和2年度の奉仕活動は中止しました。

本年度の事業活動は、4事業内容の内、二つしか実施できないという大変寂しい報告になりそうですが、何卒ご理解の程お願い申し上げます。来年度は新型コロナウイルスも収まり、年間事業が全て活動できることを願っております。

安心して働いていただくために

会員の皆さんの就業等に係る、傷害や損害賠償の負担を軽減するものとして、毎年保険会社といわゆる「シルバー保険」を契約しています。

- **傷害保険**…就業中の事業活動における事故等により障害を受けた場合
 - **賠償責任保険**…就業中の事業活動における事故等により器物等に損壊等が生じ、損害を与えた場合。
- ※ 会員の方は就業中に上記のことが起こった場合は、事務局へ速やかに連絡してください。
- **ボランティア保険**…地区連絡会が自主的に行うボランティアや親睦活動において生じた傷害に対応する保険にも加入しております。

コロナとともに

● 体調が悪いとき、おかしいと思ったら

新型コロナウイルスに限らず、冬季に流行するインフルエンザなどにかかったり、急に体調が悪くなって予定している仕事に就業出来なくなった場合は、他の会員に交替してもらったり、シルバーの事務所までご連絡をお願いします。日頃から、体調管理に十分注意していただき元気に就業できるよう心がけましょう。

● 新たな仕事に取り組む（学校施設内消毒作業の紹介）

新型コロナウイルスの影響で、シルバーの仕事も無くなったり期間が短くなったりして少なからず影響を受けています。そんな中で、市の教育委員会から大規模小中学校4校で学校施設の消毒作業を受注し、9月から8名の会員が、少しでも地域貢献につながればとがんばっています。



廊下の手すりを消毒する会員

● 地区連絡会、互助会活動について

新型コロナウイルスが終息する気配が見えないなかで、当センターの地区連絡会や互助会活動も多く行事が中止や延期を余儀なくされています。3つの密（密閉、密集、密接）を避ける対策をして、様々な工夫をしながら活動されている地区連絡会もありますが、決して無理をしないようにお願いします。

耳より情報 — 安全運転に役立てましょう —



自動車は、便利で生活の足として、また就業の機会を得るために欠かせない人も多いと思います。でも、私たち高齢者が自動車の運転をする際には、より慎重に安全運転に心がける必要があります。

65歳以上の方が「衝突被害軽減ブレーキ」等の予防安全装置が搭載された車を購入する際には、サポカー補助として最大10万円（軽自動車は7万円、中古車は4万円）の補助制度があります。

また、伊勢市独自の補助制度として、70歳以上の人を対象に、踏み間違いによる事故を防ぐための「後付けペダル踏み間違い急発進抑制装置」を設置した場合、1万円の補助制度（申請期限：令和3年2月26日）がありますので、こうした補助金を活用することも検討してみてくださいはいかがでしょうか。

知って防ごう新型コロナ!

伊勢市健康福祉部健康課 TEL: 0596-27-2435

今年の冬はインフルエンザと新型コロナウイルス感染症が同時に流行することが予測されます。感染症予防のためには、正しい知識を身につけ、日ごろから予防に心がけましょう。

感染予防のためのポイント

①「手洗い」の徹底

できるだけ頻回に、30秒かけて、水と石鹸で丁寧に洗う。

②人との距離を保ち「3つの密」を避ける

密閉空間を避ける→こまめに換気をしましょう。

密集場所を避ける→人との間隔を空けましょう。

密接場面を避ける→対面での会話が避けられないときは、十分な距離を保ち、マスクを着用しましょう。



③「咳エチケット」を守る

マスクがない場合に咳などするときは、ティッシュ、ハンカチ、袖や上着の内側などで口と鼻を覆いましょう。

④抵抗力をつける

普段から十分な睡眠、バランスの良い食事、適度な運動を心掛け、抵抗力をつけておきましょう。

発熱等の症状がある方の受診方法

発熱、咳など症状がある場合

まずは、かかりつけ医等の身近な医療機関に、電話でご相談ください。

相談する医療機関に迷う場合は、

「受診・相談センター」0596-27-5140（伊勢保健所）

※ 21時から翌9時までは、三重県救急医療情報センター（059-229-1199）にご相談ください。



インフルエンザと肺炎球菌の予防接種

伊勢市では、高齢者（65歳以上）を対象にインフルエンザと肺炎球菌の予防接種を一部公費負担で行っています。予防接種を受けることで、かかっても重症化を防ぐ可能性が高まります。

インフルエンザ予防接種

令和2年度は、令和2年10月1日～令和3年1月31日の期間であれば1,300円で接種できます。（1人1回のみ、県内の実施医療機関にて）

肺炎球菌予防接種

令和2年度に65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100歳になる初めて接種する方が対象です。令和2年3月に伊勢市から送付した接種券を持参すると、令和3年3月31日まで、3,000円で接種できます。

（1人1回のみ、県内の実施医療機関にて）

インフルエンザ予防接種について詳しくは広報いせ9月15日号、肺炎球菌予防接種については広報いせ4月1日号をご覧ください。健康課にお問い合わせください。

☆☆会費納入のお願い☆☆

令和3年度の会費(2,400円)と互助会費(1,000円)、あわせて3,400円です。

つきましては、4月15日に引き落としとなりますので、それまでにご準備をお願いします。なお、退会をされる方につきましては、事前に事務所まで連絡してください。

配分金支払証明書の送付について

令和2年1月～12月分就業の配分金支払証明書は、令和3年1月15日頃、圧着はがきで発送予定です。

令和3年度定時総会開催のお知らせ

下記のとおり定時総会を予定しています。ご案内は、別途致しますのでご参加いただきますようお願いいたします。

●令和3年度定時総会

日時 令和3年6月4日(金)午後1時30分～
場所 いせトピア 多目的ホール
 (伊勢市生涯学習センター)

新道連絡所のご案内

令和2年10月から担当者が交代しました。

南 千佳子 **村田 明美**
 よろしくお願ひします。

会員募集

事務局だより

当センターでは、伊勢市在住で原則60歳以上の健康で働く意欲のある人を募集しています。会員の皆様には、友人や知人の方に一声掛けていただき、入会のお誘いをお願いします。ご紹介いただいた方が入会された場合は、紹介会員さんへ、心ばかりのお礼をさせていただきます。(事前に事務局へ連絡してください。)

入会説明会

●日時 毎月第2金曜日(3月を除きます) 午後1時30分～

●場所 伊勢市西豊浜町一四一―一 伊勢志摩総合地方卸売市場2階事務所

※必要書類がありますので、事前に事務所までお問い合わせください。

1月8日、2月12日、4月9日、5月14日、
 6月11日、7月9日、8月13日、9月10日、
 10月8日、11月12日、12月10日

◆◆編集後記◆◆

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様におかれましても、健やかな新春を迎えられたことと思います。

去年はコロナウイルスの影響で、互助会旅行や新道夜祭りなどほとんどの行事が中止になり、会報誌の記事集めに苦心しました。

さて、今年(丑年)は牛の足はゆっくりしていますが、一歩一歩着実に歩み続け、息の長い粘り強さがあります。

今や、人生は80年時代から100年時代と言われる、伊勢市内でも100歳以上が96人いますが、伊勢市シルバーセンターにも91歳の会員が元気に働いています。

何事も挑戦するのに遅すぎることはなく、遅すぎると思った瞬間に10歳老け込み、逆に、挑戦すれば10歳若返ると言われています。会員の皆さんもコロナウイルスに負けずに、今年(丑年)を去年より「モウツ」と良い年にしていただければ幸いです。

会報編集委員 中崎 茂

報 告

(令和2年7月～11月)

村井 晃 さま

川端 正生 さま

謹んでご冥福をお祈り申し上げます

合掌 会員一同