



新春号

# 伊勢シルバー

第36号

発行：編集 令和6年（2024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>



水彩画 吉野の桜

作品提供 厚生地区 中西 正治さん

# 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。  
会員の皆さまには清々しい新春をお迎えのことと、心よりお慶びを申し上げます。

長きにわたるコロナ禍も収束局面に入り、大勢の人が集まるイベントや恒例行事も通常に開催されるようになり街には日常が戻って来ています。

今年スポーツの祭典オリンピックがフランスのパリで開催されます。東京オリンピックが終わってから三年が経過したわけですが、月日の経つのはなんと早い事なのか実感しています。

さて、わが国では人口減少と高齢化による労働力不足が見られる中で、シルバー人材センターは、地域の日常生活に密着した就業機会を提供することで、高齢者の「居

場所」と「出番」をつくり、「生涯現役社会」の実現を果たす役割を担っています。併せて、高齢者の生きがいの充実、地域社会の活性化と医療費や介護給付費の削減にも寄与しており、シルバー人材センターの果たす役割の重要性と地域社会の期待は一層大きなものとなっております。

ところで、最近「平均寿命」より、「健康寿命」という言葉がよく耳にします。それは、単に長生きすることよりも、いつまでも健康な生活を送ることが何よりの願いであり、日々充実した人生を送れるかが重要といわれる時代でもあります。

健康寿命を伸ばすには、日頃の適度な運動、規則正しい食事と併せて心の健康が大切だそうですが、やはり最も大切なことは、地域と

のつながりを持ち、地域社会から必要とされることだと考えます。

このことから、シルバー人材センターの会員の皆さまには、就業を通しての生きがいを持ち、地域の人々との交流を深め、充実した日々をお過ごし頂きたいと願うものであります。

以前より、会員の皆様に「一会員一声運動」として仲間を増やす運動への参加をお願いしています。また、「女性の会」の皆様には、ボランティア活動や伊勢まつりなどへの参加を通してセンターの普及啓発を実践して頂いています。会員数の減少が止まりませんが、会員拡大に妙案、決め手はありませんが、プラス思考で攻めの姿勢を持ち組織全体で取り組む必要があると思います。

会員の皆様には、当センターがお客様から「親しまれ信頼されるシルバー人材センター」となるようご協力をお願いいたしますとともに、シルバー人材センターの重点目標であります「安全はすべてに優先する」を基本とし「無事故就労」を心掛けて頂きますことを願うものであります。

結びにあたり、会員の皆さま並びにご家族の皆さまのご健勝を心からご祈念申し上げます。そして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

令和六年 元旦

役員一同

- 理事長 角前 明
- 副理事長 井坂 裕行
- 常務理事 下村 浩司
- 理事 上野 徳子
- 理事 小野 敬司
- 理事 北川 幸博
- 理事 佐々木一晃
- 理事 中崎 茂
- 理事 中辻 一恵
- 理事 中村 龍平
- 理事 西 茂美
- 理事 南 千佳子
- 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

明けまして、おめでとうございます。

伊勢市シルバー人材センターの会員・役員の皆様、並びにシルバー事業にご尽力いただいております関係者の皆様におかれましては、お健やかに新年をお迎えのことと、謹んでお慶び申し上げます。平素は、市政各般にわたり格別のご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、令和5年5月8日から、新型コロナウイルス感染症に関する感染症法上の位置付けが「5類感染症」に移行し、その対策・対応が大きく変更されました。

長期間にわたったコロナ禍によ

る影響は様々なところに及びましたが、コミュニケーションにも変化が生じていることが指摘されています。令和5年版高齢社会白書によると、人と直接会ってコミュニケーションをとることが「減った」と回答された方の割合が6割を超えているとのこと。人や

社会とのつながりが希薄化すると、認知症になるリスクが高まったり、認知症の進行に影響することが知られています。

また、社会活動に関する調査項目では、社会活動に参加した人は、健康状態が「良い」と回答した割合が高くなっており、社会活動に参加することで、健康・体力に自

信が付き、更なる参加を促進することにつながる可能性に触れられています。

このような調査結果を踏まえると、就業の機会を通じ、仲間とともに、「高齢者の健康で生きがいのある生活の実現」と「地域社会の福祉の向上と活性化」を目指すシルバー人材センターの必要性をあらためて思うところであり、貴センターの益々のご活躍に期待するところでございます。

市としましても、高齢者の方々が元気に活躍し続けられる、また安心して暮らすことのできるまちづくりを推進し、「地域包括ケアシステム」の深化を図るとともに地域共生社会の実現を目指し、一層の施策の推進に取り組んでまいります。

結びに、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、ご多幸をお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



あけまして  
おめでとうございます

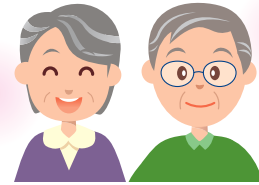
### 会員互助会役員一同

会長	豆原 保
副会長	黒瀬 恵子
副会長	近藤 慶満
副会長	西川 晃
会計	井坂 裕行
幹事	中崎 茂
幹事	中辻 一恵
幹事	中西 章
幹事	中村 秋次
幹事	森 久幸
監事	吉田 久
監事	下村 浩司

### 事務局職員一同

事務局長	下村 浩司
事務局次長	堀 毅
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15名、72歳の方が43名です。この中から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いること
- ②これからの抱負・目標



**森田 稔幸**  
(小俣4地区)

①シルバー人材センターに入会して、早くも14年余になりました。趣味は伊勢形紙と宮川支流での鮎狩です。伊勢形紙は、会社に勤めている時に始め、25年程楽しんでいます。鮎狩は、伝統漁法のシャクリ漁をやっており、夏の間だけですが、ウエットスーツを着て、川を上へ下へと泳ぎ回っています。家族は、もう年だから「ヤメたら」と言いますが、体力づくりのつもりで、もう少し続けようと思っています。

②御蔭様で今は、健康に恵まれますが、健康維持・ボケ防止のため、「常に体を動かす」「多くの方々との御会いして、話しをする」「クヨクヨしない」等に心掛け、楽しく、仕事が続けられる様、日々努力して行きたいと思っています。



**長谷川 安子**  
(中島地区)

①シルバー人材センターに入会

してから18年になりました。友達もたくさんできました。今もお世話になっていきます。趣味はグラウンドゴルフ、ウォーキング、旅行です。

②これからは健康に気をつけて大好きなグラウンドゴルフを楽しむ事と、歩く事も忘れず一日に5000歩を目標に無理をせず過ごして行きたいと思っています。



**谷口 卓**  
(小俣2地区)

①昭和34年3月に、伊勢高等学校一期生で卒業し同年4月に会社に就職し、社会人としてスタートしました。サラリーマンの宿命が始まり、大阪から名古屋・広島・高松店と転勤、平成8年四日市に転勤、平成12年8月に定年退職で伊勢に帰りました。その後も前社の関係会社で平成29年12月迄仕事。平成30年よりシルバーさんでお世話になっていきます。仕事が趣味で、健康第一で仕事をしていきます。

②来年9月の運転免許証のテスト合格をめざしています。



**大口 勉**  
(御園地区)

①定年退職後の趣味はいろいろ増えて、毎日楽しんでいきます。まずはゴルフ月平均3回のラウンド、家では園芸で毎日水やりが欠かせません。次に料理、中でもパンを焼いたりケーキを作ったり、孫の誕生日ケーキを作り始めて10年になりました。そして旅行、旅先での街歩きやグルメを堪能し、以前からの趣味である神社仏閣や古城を訪ねたり、美術館・博物館めぐりを楽しんでいます。

②子供や孫たちに、一日でも長く手助けができるように健康で暮らしていきたいと思っています。



**松林 信雄**  
(浜郷地区)

①若い頃から、写真が趣味で、まだフィルムカメラが主流の頃から親しんでおり、デジタルカメラに変わってから市展に入選させてもらったり、励

みになっていきます。また、昆虫採集も小さい頃から時々していますが、生息環境が悪化しているのが残念です。

②3年ほど前に体調を崩した為、無理のない範囲でストレッチ、ウォーキングを行い体調維持に努めています。また、浜郷地区連絡会の会長をさせてもらっています。コミュニケーションを大切に活動したいと思っています。



濱口 素則  
(宮本地区)

①高校生の頃から、フォークソングに憧れて、50数年アコースティックギターを弾いています。バンドを結成し33年、コンサートや施設などを訪問しボランティア演奏。また、明倫商店街でのコンサート企画に携わり、まちの活性化に取り組んでいます。

②残された人生、働ける間は世のため人の役に立つことを続けたい。子供や孫の世代へ、国の借金のツケを負わせない。古里、自然環境を守り、地域文化を未来へ繋げていきたい。



川北 あや子  
(小俣3地区)

①趣味は踊りと木目込み人形作りです。踊りは20年前より始めて楽しく踊っていました。コロナのため踊りも出来ずやめてしまいました。木目込み人形作りは、コロナ前より始め6年以上になりましたが、コロナの中、木目込み人形に没頭していました。今も楽しんでます。

②友達に誘われて入会し、5年が過ぎます。98歳の姑との同居で大変なこともあります。今70歳を越えて自分の時間として楽しくシルバー人材センターの仕事をしていきたいと思っています。



佐波 良一  
(城田地区)

①還暦の頃から野菜作りをしています。無農薬にこだわり害虫との闘いですが、野菜の成長・収穫はとても楽しいものです。旅行が好きなので月一回位は妻と車で出かけ、温泉+グルメ等の非日常を楽しんでいます。また退職後から太

極拳、ペン習字、伊勢根付を習っているので、忙しい毎日を過しています。

②自分の人生が残り何年か分かりませんが、元気なうちにやっておきたいことを整理して、毎日楽しく、人生の最後に後悔しないことを願っています。毎日を楽しむには①人にやさしくすること②寛大な心を持つことだと思っています。体力維持と新しいことに挑戦し、「元気で楽しく」を続けたいと思います。



大西 孝治  
(御園地区)

①趣味は旅行です。昨年は2月に沖縄石垣島へ5月にはヨルダン、イスラエルへ行きました。8月にはネパールへ行ってきました。9月には南東北へ行きました。旅は本当に楽しかったです。

②現在は船江資源ステーションで働いています。段ボールを折りたたむことなく入っていることがありますが、非常に多いのがプラゴミです。あとは瓶の分別がはつきりしていな

い場合がありますが、私はそれらを整理していきます。



大西 周作  
(五十鈴地区)

①定年退職後木工に取り組み、家族や友人に机・椅子・ベッドなどを作りました。シルバー人材センターに入会し、一刀彫作家の泉廣典さんを紹介していただき、昨年の春から泉さんのお仕事のお手伝いをさせていたただいております。

②昨年の9月に友人が61歳でなくなりしました。「自分は何をすべきか」と考えました。「今、自分に来ることをやる」。単純ですが私が見いだした結論であり、現在の目標でもあります。



## 新道の「伊勢の夜祭」



女性の会 手芸サークル 山本 多美代

私にとってシルバーの夜祭は初めてなので、とても楽しみな事でした。みんなで作った小物を店にならべて売るのはとてもうれしいです。目の前を楽しそうに行きかう親子づれやユカタ姿の娘さんなど、みんな顔によるこびがあふれていました。声をかけると気楽によってくれて買ってくれました。とてもうれしかったです。

## 「伊勢まつり」



女性の会 会長 黒瀬 恵子

10月8日に伊勢音頭を踊りました。総勢21名、皆さん練習以上に堂々と素晴らしく踊られ、とても嬉しく感動致しました。

そして久しぶりに出店させて頂いた小さなお店でしたが、大きな成果を上げて頂きました。きっと今後の励みになる事と思います。

雨の中参加して頂いた会員の皆様本当に有難うございました。

## 「シルバーの日早朝清掃」を実施



9月30日(土)「三重県シルバーの日」に合わせて、「伊勢まつり」会場周辺の早朝清掃を行いました。

天候にも恵まれ75名の参加をいただき、きれいなまちづくりとまつりの盛り上げに貢献することができました。参加していただいた会員の皆さんありがとうございました。

## 市行政への要望活動について

市長及び市議会議長に対して8月25日に角前理事長から要望書の提出を行いました。鈴木市長は出張で不在のため、福井副市長に手渡しました。

要望書は、「地域社会に貢献するシルバー人材センターの決意と支援の要望」として、シルバー事業への支援、補助金の確保、公共からの発注事業の確保、インボイス制度施行など、シルバーを取り巻く厳しい環境のなかでシルバー人材センターの安定的な事業運営が可能となり、経営基盤強化につながる措置を要望しました。



## 福祉フェスティバル



福祉・家事援助サービス委員会 副委員長 中辻 一恵

10月9日福祉フェスティバルに参加しました。恒例のペットボトルのボウリングは好調。折紙のコマでは準備したパーツが途中でなくなりあわてていると、前年この場で覚えた折紙のとりこになった子供さんに助けて頂き対応できました。ハプニングもあった楽しい一日でした。

## 「シルバースマホ教室」に参加して

会員 奥野 文生

9月13日、20日に「シルバースマホ教室」が開催され、私は基礎コースに参加しました。

突然、ガラケー携帯が壊れスマホに変更したところで、使い方の難しさにはイラつきすら感じていました。そんな時、この講座を受ける機会があり参加しました。我流で悪戦苦闘していた事のいくつかは、すぐ理解できました。良いきっかけとなり、その後は人に教えてもらいながらも使える機能が増えています。



## 福祉・家事サポート講習会

会員 山本 優



9月14日(木)シルバー人材センター事務所会議室にて15名の仲間たちと「健活セミナー」で、楽しい時間を過ごしました。

テーマ「睡眠と健康の知恵袋」で「最適な睡眠」を見つける事を学び、測定機器で「ベジチェック(野菜摂取量)と血管年齢測定」の測定で、自己啓発が促進されました。

## 公園管理のしごと体験(剪定)を開催しました

理事 北川 幸博

10月20日(金)高齢者の就業支援の一環として、三重県シルバー人材センター連合会主催で剪定体験の講習会が朝熊山麓公園内にて行われ、7名の方が受講されました。

講師役を務めさせてもらいましたが、参加された皆さんは剪定に関心が高く、半日という短時間のなかで熱心に受講されました。このような機会を今後も継続して会員の獲得と剪定作業の人材確保が出来るようになれば幸いです。



## 地区連絡会活動状況

令和5年6月から11月の活動状況をご紹介します。参加いただいた会員の皆様、大変お疲れさまでした。

### ● 清掃活動

#### 中島地区 (会長 野村 剛)

10月21日に宮川堤公園でゴミ拾いのボランティア清掃を行いました。



#### 二見1地区 (会長 米山光一郎)

10月28日に旧今一色小学校正門付近のボランティア清掃を行いました。



#### 小俣1地区 (会長 藤井佐太司)

11月5日にまちを美しくする運動に参加し、自宅から宮前保健福祉会館までのボランティア清掃を行いました。



#### 明倫地区 (会長 豆原 保)

11月9日に宇治山田駅、伊勢市駅、外宮参道周辺でボランティア清掃を行いました。



#### 厚生地区 (会長 奥出 美代)

11月26日に坂社周辺道路の清掃ボランティアを行いました。



### ● 地域活動

#### 大湊地区 (会長 金森 康彦)

9月17日に大湊町の「大湊秋祭り」行事に参加し、子どもたちにペットボトルボウリングで遊んでもらい、地域との交流を深めました。



### ● 講習会

#### 浜郷地区 及び 宮本・沼木地区 (会長 松林 信雄、会長 北川 克己)

11月22日に浜郷地区と宮本・沼木地区合同で市健康課から講師を招き「認知症予防について・健康体操」の講習会を開催しました。





## 会員互助会旅行

会員相互の親睦を深めるために、一泊旅行と日帰り旅行を次のとおり実施いたしました。参加いただいた会員の皆様、また企画から旅行終了までお世話いただきました行事部会の皆様、お疲れ様でした。

### 1泊旅行

### 「芦原温泉」宿泊と秋の味覚 11月17日(金)・18日(土)

初めて旅行に参加させていただきました。

今までにない雨の旅行との事で少し残念でした。ただ、知らない人ばかりの中、ホテルの食事後に小学生以来の伊勢音頭を踊ったりと楽しい時を過ごせました。

来年も是非参加したいと思います。

(小柳 由紀)



丸岡城



ホテルロビー



宴会場での伊勢音頭

### 日帰り旅行

### 岡崎城と大河ドラマどうする家康 11月24日(金)

徳川家康公生誕の岡崎城で全員天下人の気分になりパチリ！

岡崎ニューグランドホテル9F、眼下に広がる景色を眺めながらのランチビュッフェ「余は満足じゃ」とみんなお腹いっぱい食べました。

(上野 徳子)



岡崎城



ランチビュッフェ



岡崎城天守閣からの紅葉

## 安全就業ニュース

令和5年度上半期の事故状況について報告します。

今年度上半期の事故件数は、17件で昨年度上半期より3件減少しました。

傷害は8件中4件が蜂や虫に刺されたものでした。

また、損害賠償は9件発生し、そのすべてが草刈り作業中に発生しました。昨年度から飛石事故防止に重点的に取組んでおり、昨年度上半期と比べ5件減少したものの4件の飛石事故が発生しています。

引き続き、事故防止のため、安全就業全国統一スローガン『安全は 無理せず 焦らず 油断せず』を合言葉に会員一人ひとりが安全意識を高め、事故防止に努めてください。

### 令和5年度上半期の事故発生状況について (令和5年4月～9月)

#### ■傷害(ケガ)の部

発生日月	傷 害 (ケガ) の 状 況
R5. 7.12	資源拠点ステーションでの就業中に、収納庫から出ようとして段差につまずいて転倒し頭と膝を打撲した。
R5. 7.25	掃除中に気分が悪くなり、めまいがしたので受診したところ熱中症と診断された。
R5. 7.28	工場構内での草刈り作業中に、蜂に左前腕を刺された。
R5. 8. 3	剪定作業中に、庭木の中に隠れていた蜂が飛び出てきて、右手の甲を刺された。
R5. 8. 3	工場構内での草引き作業中に、植込みの中から蜂が飛び出てきて、右手の甲を刺された。
R5. 8.22	空地の草刈り作業中に、ロープに絡まったつるを取っていて作業に気を取られ草刈り作業者に近づきすぎて左足甲に草刈刃が接触した。
R5. 9. 9	店舗のトイレ清掃中に気分が悪くなり、救急搬送され熱中症と診断された。
R5. 9.15	のこぎりとハサミを使って垣根の剪定作業をしていて、左上腕を虫に刺された。
計	8件

#### ■損害賠償の部

発生日月	内 容
R5. 4.28	工場構内での草刈り作業中に、飛石により道路を隔てた家の駐車場に止めてあった車の助手席側窓ガラスを破損しボディに傷をつけた。
R5. 6. 6	墓地の草刈り作業中に、手押し草刈り機で縁石の角を破損させた。
R5. 6.21	市道の草刈作業中に、飛石により走行中の車の左側のボディとガラスを破損させた。
R5. 7.13	公園の草刈り作業中に、飛石により近くに止めてあったトラックの運転席側の窓ガラスを破損させた。
R5. 7.24	墓地の草刈り作業中に、草刈り機で墓石の角に疵をつけた。
R5. 7.28	工場構内での草刈り作業中に、草刈機でエアコンの室外機の通信線を切断した。
R5. 8.22	空地の草刈り作業中に、ロープに絡まったつるを取っていた会員がつるを取るのに気を取られ草刈り作業者に近づきすぎて左足甲に草刈刃が接触した。
R5. 9. 5	墓地の草刈り作業中に、草刈り機で縁石の角を破損させた。
R5. 9.26	空地の草刈り作業中に隣家の水道管を切断した。
計	9件



助手席窓ガラス破損



水道管切断

# 「脳梗塞」を知って予防しましょう

伊勢市役所健康課 TEL：0596-27-2435

伊勢市における介護が必要になった原因では、認知症、関節疾患、骨折と続いて第4位が脳卒中です（令和3年）。脳卒中は大きく分けて脳梗塞と脳出血があり、6割以上を脳梗塞が占めています。長く元気に活躍をするため脳梗塞について知り、予防について考えてみましょう。

## ＜脳梗塞のタイプ＞

- ①アテローム血栓性脳梗塞  
脳の太い血管の動脈硬化が原因で引き起こされるタイプで、血管は徐々に狭くなっていきます。前触れである一過性脳虚血発作を生じることが比較的多いです。
- ②ラクナ梗塞  
脳の細い血管の動脈硬化が原因で引き起こされます。
- ③心原性脳塞栓症  
心臓にできた血栓が脳に流れてきて血管をふさいでしまいます。

⚠️不整脈の一つ「心房細動」に注意

心房細動は加齢とともに起こりやすく、多くの場合すぐに命に関わることはありませんが、心房が細かく震えることで血栓ができやすくなり脳梗塞の原因となることがあります。自覚症状がない場合もありますので、医療機関などで心電図をチェックしたり、速やかに治療を受けることが大切です。





## ＜脳梗塞の前兆＞

脳梗塞はある日突然に発作がおこる危険な病気ですが、前兆として「一過性脳虚血発作」を起こすことがあります。症状に気づいたら必ず受診をしましょう。

### ◆一過性脳虚血発作は、脳梗塞の前触れ

一過性脳虚血発作を治療しないで放っておくと、3か月以内に15～20%の方が脳梗塞を発症します。さらに、そのうち半数は数日以内（特に48時間以内が危ない）に発症していることがわかってきています。

**こんな症状に注意!!** 《脳梗塞の前触れに気づくこと、気づいたら早期受診・早期治療が大切です!!》

			
片方の目が見えにくい 片側にあるものが見えない	ろれつが回らない 言葉が出ない	片側の手足や 顔のまひ	片側の手足や 顔のしびれや 感じ方が鈍くなる

## ＜原因と予防のポイント＞

発症の引き金になる危険因子をできるだけ取り除いておくことが重要であり、定期的な健診を受けたり、発症のリスクを減らす生活習慣を実践しましょう。

- 基礎疾患の管理：高血圧、糖尿病、脂質異常症、心臓病などは動脈硬化を引き起こす可能性が高いため、病気の管理を行いましょ。
- 血圧の管理：血圧が140/90mmHg以上の方は高血圧です。塩分を控えましょう。目安は、1日あたり男性7.5g未満、女性6.5g未満です。
- 食生活：塩分、コレステロールなどの脂肪分の摂り過ぎは血圧上昇、動脈硬化の要因になります。
- 運動：ウォーキングや筋トレなど、体力に合った適度な運動を行いましょ。
- 水分摂取：食事で摂取する分も含め1日約1～1.5ℓを目安に補給しましょ。
- 喫煙・アルコール：喫煙習慣がある人は禁煙に取り組みましょ。アルコールは適量（ビールなら500ml、日本酒なら1合程度）を守りましょ。
- 規則的な生活：不規則な生活やストレスは血圧を上昇させ、動脈硬化を促進させましょ。

**脳梗塞**

脳細胞に酸素や栄養を運ぶための血管がつまる。



**一過性脳虚血発作**

脳の一部の血液の流れが一時的に悪くなることで、体のしびれなどの症状が現れ、再び血流が流れると症状もなくなります。24時間以内（多くは数分から数十分）に回復する。

あなたの健康づくりに  
**お役立て下さい!!**


毎月11日は  
**健康の日**


**参加しよう!**  
健康づくりの講座 など

**登録して健康づくり情報をゲット!**  
市公式 LINE 友達登録

「健康づくり」を受信設定すると健康づくり情報が配信されます。

詳しくはこちら!





健康づくり伊勢市      検索 🔍

事務局だより

会員募集

会員拡大にご協力を  
願います。

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。

令和5年度も、以前の会員数を回復するまでには至っておらず横ばいの傾向が続いています。会員を増やすべく、広報いせ等への広告掲載、昨年9月には会員募集の新聞折込チラシと自治会での回覧、10月以降はスーパー店頭でのパンフレット配布などを行っています。

会員の皆さんには、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いたします。ご紹介いただいた方が入会された場合は、紹介会員さんに心ばかりのお礼をさせていただきます。(事前に事務局へご連絡ください。)

入会説明会

日時

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

場所

伊勢市西豊浜町1-4-1番地1  
伊勢志摩総合地方卸売市場2階  
伊勢市シルバー人材センター事務所  
※予約が必要ですので、事前に事務局までお問い合わせください。(電話37-17170)

入会・お仕事相談会

日時

毎月第4水曜日 午後2時～4時  
伊勢市宮後一丁目1-35  
MiraiISE(ミライイセ) 8階  
ハローワーク伊勢 相談室

※予約制ですので、詳しくは事務局までお問い合わせください。(電話37-17170)

配分金支払証明書の送付について

令和5年1月～12月分就業の配分金支払証明書は、令和5年12月中旬に圧着はがきで送付済です。

配分金及び事務費の改定について

令和6年4月以降の配分金について、最低賃金の引き上げや諸物価高騰により基準となる配分金を933円から973円に改定し、現行で933円を上回るその他の単価についても同率の引上げを行うこととしました。また、請負・委任に係る事務費については、現在、配分金の9%ですが、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、令和6年4月から11%に改定します。

二見連絡所のご案内

令和5年8月から担当者が交代しました。

菊本 敏子 よろしく申し上げます。

令和6年度定時総会開催のお知らせ

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6年度定時総会

日時 令和6年6月7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)

ゴールド会員制度、夫婦会員制度をご存じですか

「ゴールド会員」とは、年齢や体力的な理由、家族の介護等で就業できなくなっても、他のボランティア活動や互助会の親睦旅行など、今までどおり生きがいの充実や仲間づくりを継続できる会員制度です。また、「夫婦会員」は、夫婦で入会している会員の会費負担を軽減する制度です。詳しくは、事務局へお尋ねください。

会員の皆さんへ

確定申告のお知らせ

今年も確定申告の時期が近づいてまいりました。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5年分の所得税の確定申告期間

令和6年2月16日(金)から  
令和6年3月15日(金)

※令和5年12月5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金額です。
- 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担当へ相談してください。

◆◆編集後記◆◆

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

本号の「会員の広場」には、辰年の年男年女の方々から、趣味・抱負などたくさんのお話を寄せいただきました。皆さまのいきと人生を謳歌している様子が感動しました。

健康欄の記事では「脳梗塞の原因・前兆・予防方法について」を取り上げました。偶然ですが、私は昨年10月18日に「ろれつ」が回らなくなり、急いで病院へ行きました。結果は脳梗塞が原因でした。幸いに9日間の入院で日常生活ができるようになりました。脳梗塞の前兆に気付いたら、すぐ医療機関を訪れましょう。いつまでも元気で過ごせますように。

会報委員 豆原 幸子

謹んでご冥福をお祈り申し上げます  
中村 孝廣 さま  
鈴木 良彦 さま  
北岡富貴夫 さま

合掌 会員一同