

# またみ 2025

## シルバー情報

4月25日 No. 457

### ☆第1回 地区長・班長会議開催☆

・4月10日、令和7年度第1回地区長・班長会議が開催され、会議に先立ち大矢根理事長より地区長、班長への委嘱状が交付されました。その後下記の案件が協議、報告されました。

《協議・報告事項》

- 令和7年度 地区班活動について
  - 「奉仕活動」⇒ 6/22(日)
  - 「北見シルバーの日」⇒ 10/4(土)
  - 地区長・班長会議 ⇒ 年3回開催
  - 地区長会議 ⇒ 年4回開催
  - 地区班会議は1～2月にかけて15会場で開催
- 地区長・班長の役割等について
- 会員名簿の取扱いと新入会員への対応
- 配分金見積基準表の改定(R7.4.1～)
- 年間業務予定表の配布



### ★これからの会議・研修について★

#### ■決算監査 4/25(金) 10時半～

- 令和6年度の事業年度終了に伴い、当センター監事2名より決算監査を受けます。
- 場所 サンライフ2階 講習室
- 監査項目 令和6年度会計帳票、関連書類一式

#### ■会議：三役会議 5/8(木) 10時～

- 令和6年度事業報告・収支決算
- 総会議案にかかる議題等について
- 総会における永年継続会員表彰対象者について

#### ■会議：第1回理事会 5/13(火) 10時～

- 令和6年度事業報告・収支決算報告
- 一般業務報告・事業進捗状況・会員入会報告
- 総会における永年継続会員表彰対象者について

- 令和7年度 奉仕活動の実施について
- 総会議案の議題等の確認

#### ■清掃作業講習会 5/15(木) 9時～11時



清掃作業のベテラン会員の指導により、作業に当たっての準備や心構え、作業用各種用具の使用法や効率的な作業方法等について、講義と実技を行います。

- 会場～サンライフ北見 2F 研修室
- 動きやすい服装、運動靴持参(詳細は案内文書)
- 申し込み～センター事務所 橋本まで

#### ■刈払機講習会 5/22(木) 9時～12時

草刈り作業は日常的な身近な作業である一方、機械操作や安全確認を怠ると、事故やケガにつながるケースも少なくありません。今回は刈払い機を実際に使った実技の講習となります。(詳細は案内文書)

#### ■チェーンソー実技講習会 5/26(月) 9時～

伐採作業はそれなりの技術を要する仕事で、危険も伴います。機械操作や作業の基本の講習です。伐採作業に興味のある方は事務所にお問合せ下さい。

### ■令和7年度北見シルバー定時総会並びに互助会定期総会を開催します

- 日時 5/28(水) 午後1時30分～
- 場所 北見芸術文化ホール
- 永年継続会員表彰
- 令和6年度事業報告・収支決算・監査報告
- 令和7年度事業計画・収支予算・役員の一部改選
- ※なお、都合で欠席の場合は、必ず委任状を提出してください。(総会出欠届けのハガキ同封)



### 安全委員会からのお知らせ

#### 「事故ゼロ」には慢心が一番の敵!

●今年も雪解けが進み、仕事の準備にも気合いが入る時期を迎えましたね。

私はシルバーの会員になって3年目です。安全委員会の委員として、とにかく「安心、安全が第一」のスローガンのもとで業務に当たる大切さ、重要さを学習しました。



女性会員にも活躍の場が広がり、家事支援サービスの提供など、地域福祉や安心して暮らせるまちづくりに貢献できる充実した就業に期待しています。健康で元気に日々暮らせることに感謝して、お客様の役に立てよう頑張ります。

女性会員にも活躍の場が広がり、家事支援サービスの提供など、地域福祉や安心して暮らせるまちづくりに貢献できる充実した就業に期待しています。健康で元気に日々暮らせることに感謝して、お客様の役に立てよう頑張ります。

#### ●詐欺被害が多発、冷静に、慎重な対応を!!

高齢者を狙った詐欺は、年々手口が巧妙化しており、被害防止には「正しい知識」「日頃からの注意喚起」が必要です。特に最近では、警察や役所を装って不安をあおり、金銭やカード、電子マネーなどをだまし取ろうとします。



少しでも不審に思ったら、すぐに家族や警察に相談して、絶対に自分だけで判断しないでください。

《安全委員会 事務局より》

### 北見市健康推進課からのお知らせです

#### 栄養士のワンポイントアドバイス

### 「酒は百薬の長ではなかった！」

みなさんは、「酒は百薬の長」ということわざをご存知でしょうか？

このことわざは、適量のお酒はどんな良薬よりも効果があるという意味で、お酒(アルコール)は適量であれば問題がないと考えられていました。

しかし、最近の研究では、アルコールは少量であっても生活習慣病やがんなどのリスクになることが明らかになり、「飲酒量は少ないほど良い」ということがわかってきました。

また、高齢者は若い時に比べ体内の水分量が減ることから、血液中のアルコール濃度が上昇しやすいため酔いやすくなるなど、アルコールの影響を受けやすくなります。さらに、筋力等の低下もあり、高齢者の飲酒は転倒等によるケガや事故にもつながりやすいということもあり注意が必要です。



**もう百薬の長とは言えないお酒(アルコール)。** お酒を楽しみたい方は、健康に配慮し、お酒(アルコール)の量や飲み方に気を付けましょう。

#### 【お酒(アルコール)との付き合い方】

- 飲み過ぎないようにあらかじめ量を決めて飲む
- 飲酒前、飲酒中に食事をとる
- 飲酒の合間に水を飲む



●1週間のうち、お酒(アルコール)を飲まない日を設ける

#### 【飲酒中や飲酒後に避けるべき行動】

- 急いで飲まない(一気飲みはしない)
- 不眠や不安解消のために飲まない
- 病気の療養中や、服薬後には飲まない
- 飲酒中、飲酒後の入浴や運動はしない

北見市保健福祉部健康推進課 ☎23-8101

### 3月の事業実績

#### 1. 会員動向 単位：人

	当月末	入会	退会	前月末
男性	500	1	1	500
女性	188	0	0	188
合計	688	1	1	688

#### 2. 受注件数 単位：件

	当月	前年同月	当年累計	前年累計
公共	68	68	942	962
民間企業	104	107	1,669	1,799
一般家庭	104	94	3,049	3,151
独自事業	0	0	8	20
合計	276	269	5,668	5,932

#### 3. 受注金額(請負分) 単位：千円

	当月	前年同月	当年累計	前年累計
公共	9,074	9,116	114,009	117,872
民間企業	10,942	11,128	199,541	200,419
一般家庭	796	577	56,937	51,126
独自事業	0	0	1,110	1,273
合計	20,812	20,821	371,597	370,690

#### 4. 受注金額(派遣分) 単位：千円

	当月	前年同月	当年累計	前年累計
派遣事業	2,137	2,051	29,913	29,992

#### 5. 3月末の就業率

53.05% (累計79.51%)  
(前年同期 55.72% 累計84.25%)

### 事務局だより

■時が経つのは早いもので、新たな年度を迎え、すでに4月も終わろうとしています。

北見地方も桜の開花が待ち遠しい時期ですが、屋外作業が本番を迎えます。

過日行われた安全委員会では、昨年発生した物損事故が一昨年の倍増との報告があり、すべて草刈り作業中での事故でした。今年こそは事故ゼロを。

■4月は事業決算の時期ですが、当センターの令和6年度の受注金額は、請負と派遣分を合わせて4億150万円ほどにとどまりましたが、前年度対比で83万円の増額となりました。公共事業の縮小で受注が伸び悩み、民間企業からの受注も落ち込みましたが、一般家庭からの受注が大幅に伸びました。

地方の企業が景気低迷の中で、少しずつでも受注の回復に向けて取り組んで参りますので、引き続き会員皆様のご協力をお願いします。(中)

・発行者 北見市シルバー人材センター  
・発行予定日 毎月1回・25日  
(連絡先)シルバー：23-6000 土日：23-1433