

★ 第3回 理事会の開催結果 ★

● 9/11(木)に第3回理事会が開催されました。

- ① 一般業務報告について
- ② 7・8月分の事業実績
- ③ 正会員の入会報告
- ④ シルバーの日の取り組み
- ⑤ フリーランス法の施行に係る新たな契約方法について
- ⑥ 創立40周年記念事業について



上記の議題について協議、報告がされました。協議の主な内容は次のとおりです。

★**会員登録状況**については、7月と8月合わせて7名の新規会員登録があり、8月末現在630名の会員数となりました。今後も会員確保に向けて会員の皆様のご協力をお願いします。

★**事業実績**については、8月末時点において、請負と派遣を合わせて、前年度対比で1,800万円ほどの減額となりました。北見市の財政難や夏の猛暑による影響が要因であると考えられます。

これから秋に向けて受注件数の増加を期待したいところです。

★**普及啓発事業(シルバーの日)**の取り組みについて、昨年は『北見秋祭』の開催時期に合わせて実施しました。本年も、10月4日(土)に秋祭会場と大型スーパー駐車場の2か所で、役職員による普及啓発活動を実施します。

会員の皆様には前日の10月3日(金)に隣近所・知友人へのパンフレット、ティッシュの配布を“会員一人2軒”の普及活動をお願いします。



★**フリーランス法の施行に係る新たな契約方法**については、会員の皆さんもフリーランスとして位置づけられ、安心して働ける環境を整備するため令和6年11月に法律が施行されました。これにより来年4月から新たな契約方式に移行することになりました。事務所と会員間の関りは、これまでと変わりませんが、詳細につきましては今後、地区長・班長会議や機会のある毎に会員の皆さんにお知らせいたします。

★**創立40周年記念事業**については、令和8年度に創立40周年を迎えるため、実行委員会を立ち上げ、どのような周年事業にするかを考えていきます。詳細が決まり次第会員の皆さんにお知らせいたします。

☆今後の行事と会議等の日程について☆

「第2回地区長会議」を開催します

- 10/10(金)10時～ サンライフ2階会議室
- ① 上半期事業実績報告
- ② 腐葉土の売り上げ状況
- ③ 就業中の傷害物損事故について
- ④ 福祉除雪への協力について
- ⑤ シルバーの日の取り組みについて



「互助会研修交流会、今年は焼肉で」

● 今年も食欲の秋を満喫する「焼肉交流会」を実施します。



10月18日(土)、若松自然休養村センターが会場です。送迎バスも出ますので、多数の皆様の参加をお待ちしています。詳細は別途開催案内をご覧ください。



安全委員会からのお知らせ



食欲の秋に突入！ 風邪などに注意しましょう

皆さん、元気で御過ごしでしょうか？ やっと秋めいて、朝・晩の気温もぐっと下がりはじめました。

ここ2・3年は、春の中旬頃から気温が急上昇しています。

今年については、9月上旬頃まで30℃～35℃以上の日が幾日もあり、時には40℃前後の日もありました。

気象専門家によると、年を追うごとに温暖化は進むそうです。

高齢者には厳しい環境になります。高齢者である我々は、特に認知障害の発症時期に直面しております。

頭と体を適度に使い、食生活に配慮して体全体をコントロールしている脳神経細胞を活性化しましょう。注意力・記憶力の維持にも効果があるそうです。少なくとも、平均寿命までは生きたいですね。きっと良いこともあるはずですよ。

《安全委員 伊藤 功三》

♀北見市健康推進課からのお知らせです♀

今より少しでも多く

身体を動かしましょう!!

元気に健康に過ごすためのポイントは、「生活活動」や「運動」を増やし、じっとしていること(座位時間)を減らすことです。

厚生労働省の研究で、じっとしている時間が長い人は死亡率が高いことがわかりました。



座りっぱなしを避け、ときどき立ち上がって身体を動かすなど、常に心がけることが大切です。

もし、座り続けている(じっとしている)時間が、1時間を超えることがたびたびあるようでしたら、たとえば30分に1回身体を動かすようにしてみましょう。

【元気と健康のためのポイント】

- ◇ テレビやスマホなどで座りっぱなしにならない
- ◇ 週2～3日の筋トレを取り入れる
- ◇ 家にばかり閉じこもらず、外出する機会を積極的につくる
- ◇ 今よりも少しでも多く歩くことを心がける
- ◇ 週3日以上、多要素な運動を行ってみる
- ウォーキングや筋トレを組み合わせた運動やラジオ体操、ヨガなど多要素な運動は、転倒や骨折のリスクを低くします。



たとえ少しの運動でも、全くしないよりずっと良いことがわかっています。元気と健康のために、まず、できることから始めましょう!

お問い合わせ 北見市保健福祉部
健康推進課 ☎23-8101

8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	450	2	2	450
女性	180	2	1	179
合計	630	4	3	629

2. 受注件数 単位：件

	当月	前年同月	当年累計	前年累計
公共	128	120	459	453
民間企業	155	171	777	849
一般家庭	420	421	1,770	1,921
独自事業	1	1	5	5
合計	704	713	3,011	3,228

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	11,712	12,194	49,285	51,258
民間企業	17,651	19,850	87,328	100,361
一般家庭	8,987	8,317	35,809	36,610
独自事業	185	202	944	902
合計	38,535	40,563	173,366	189,131

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	1,521	2,112	10,137	12,663

5. 8月末の就業率
65.56% (累計72.70%)
(前年同期 65.34% 累計74.48%)

★★★★ 事務局だより ★★★★★

■ 個人が事業者(いわゆるフリーランスのことでシルバー会員も該当)として請け負った業務に、安定的で安心して働ける環境の整備を図ることを目的としたフリーランス法が昨年11月から施行されました。これに伴い、センターは会員に対し「就業条件の明示が義務化」され、来年4月から新たな契約方式に変更されます。契約内容の明示方法や運用の仕方について現在検討中ですが、詳細は今後随時お知らせして参ります。

■ 今年は温暖化の影響もあり35℃以上の酷暑が続き、大変暑い過酷な夏になりました。9月も終盤となり、これからの朝晩は冷え込みが厳しい季節となりますが、くれぐれも体調には十分気を付けてお過ごしください。

(今出)

・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