

またみ 2025

# シルバー情報

10月25日 No. 463

## 第2回地区長会議開催される

●10/10(金)第2回地区長会議が開催されました。

- ①上半期までの事業実績状況
- ②腐葉土の販売状況
- ③物損、傷害事故報告
- ④福祉除雪サービス事業
- ⑤今後の行事予定他



上記案件が協議、報告されました。

◆**本年(4月～9月)の当センター事業実績は、**受注件数は、対前年同月比270件の減で、請負と派遣を合わせて、本年9月末現在で受注金額が約2,100万円の減額となりました。

◆**独自事業の腐葉土製造・販売は、**前年在庫分と本年製造分合わせて約4,200袋あり、その内1,700袋が販売済みで、前年同月の売上に比べ若干ではありますが、増額となりました。残りの製品についても随時販売していきます。

◆**物損事故については、9月末までに1件、傷害事故は6件**発生しており、物損事故は、草刈り作業中の車両関係備品の切断事故で、今後も更なる安全就業の徹底と対策が必要です。また、傷害事故の6件のうち、4件は剪定作業中の事故でしたが、幸い軽傷で済みました。今後も複数での作業、現場の事前確認と防御ネットの徹底、草刈就業チェック表の活用等によって事故ゼロを目指します。誰も事故やケガを望んではいません。細心の注意や予防を常に心がけることが重要です。

◆**朝晩の冷え込みが厳しくなり、降雪の時期を迎えました。**今年も北見市からの福祉除雪サービス事業についての説明をしました。(詳細は後述)

## 今年も高齢者福祉除雪サービス事業 12月から始まる！！

●例年、北見市から委託を受けて高齢者の福祉除雪サービスの作業を会員の皆様をお願いしていますが、今年も会員の皆様のご協力をお願いします。なお、**除雪作業に従事する会員向けの説明会を11月20日(木)10時よりサンライフ北見**で実施予定です。就業する会員には後日改めてご案内しますが、作業に当たっての注意事項等の説明となりますので、必ず出席願います。



## 北見シルバーの日 啓発活動を実施

●10/4(土)北見シルバーの日の啓蒙・普及活動を、秋祭会場の北見駅前周辺と芸術文化ホール前、アークス桜町店の2か所で行いました。

当日は天候にも恵まれオホーツクマルシェも同時開催されており、多くの市民が行き交う中、役員と事務所職員がシルバーの法被をまとい、市民にパンフレットとティッシュを両会場で6百部配布し、事業の周知・PRに努めました。また、前日には会員の皆さんによる隣近所へのパンフレット配布による啓発活動も実施しました。今後とも就業機会の拡大と会員確保に向けてなお一層の活動とご協力をお願いします。

## 12地区で清掃ボランティア活動

●10/4(土)留辺蘂・温根湯地区で、会員によるボランティア活動として、公園や広場の清掃作業を実施しました。天候にも恵まれて、56名の会員が参加し地域住民から喜ばれていました。



## 安全委員会からのお知らせ

### スポーツの秋 高齢者の運動

◆草刈作業、伐採作業の仕事が一段落したと思います。今年の夏は非常に暑かったので体調の方はいかがでしょうか。高齢者の運動では、ウォーキング、ヨガ、ストレッチなどの人気があります。運動は身体機能の維持向上、骨や関節の健康、認知機能の維持などがあります。自分に合った無理のないペースで楽しみながら継続することが大切です。

### ◎メリットもたくさん

- 身体機能の維持**  
筋肉低下や関節の柔軟性低下を防ぎ転倒や骨折の軽減
- 生活習慣病の予防、改善**  
肥満や高血圧の生活習慣病の予防、改善の効果
- 認知機能の維持、向上**  
運動は脳への血流を促進し認知症のリスクの減少
- 精神的な健康の向上**  
運動はストレス解消につながり、社会的な交流を通じて孤立感を軽減し精神的な健康をサポートします

### ●健康寿命の延伸

これらのメリットは生活の質を高め、自立した生活を長く続けることに貢献し健康寿命の延伸をさせます

○高齢者の運動の人気一番は、ウォーキング、二番手はヨガ・ストレッチです。それらが苦手な人は、家の中でできるラジオ体操はいかがですか。体を動かして運動をしなければ、筋肉が固くなってしまいます。毎日運動をして、自分の体は自分で健康にしましょう。 <安全委員 田中茂>

## 北見市介護福祉課からのお知らせです

### 働くことは介護予防に効果あり

暑かった夏もようやく終わったかと思えば、もうクリスマスケーキ、おせち、年賀状の準備とは、1年はなんて早いのでしょうか！

私が保健師として就職した約40年前、当時の北見市は、年間出生数は1300人で、人口は年々増加し、働き手人口も多く、65歳以上の人口は12%程度(全国参考値)でした。

60歳になれば定年退職が当たり前前の時代でした。

今はどうでしょう。年間出生数525人、働き手は減少傾向、高齢化率は約35%です。



人材不足が深刻化する中、介護福祉の現場では、今や高齢者は貴重な働き手です。

高齢者の社会参加の種類と要介護認定発生の関連にかかる調査研究によると、男女ともに「就労」が要介護リスクを下げる効果が最も高いという結果になりました。ちなみに2位はスポーツ、3位は男性が地域行事、女性は趣味の集まりです。

健康長寿のためには、こまめに体を動かすことや、地域とつながることなど、人とかかわることがとても大切です。



働くことは、人とのかかわりや体を動かし、生活にハリをもたらす機会になります。

私も微力ですが、健康にかかわる仕事でお役に立てるよう、できるだけ長く働き続けられるよう頑張ります。

<問い合わせ先>

北見市保健福祉部介護福祉課 ☎ 25-1144

## 9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	182	2	0	180
合 計	632	4	2	630

### 2. 受注件数 単位：件

	当 月	前年同月	当 年 累 計	前年累計
公 共	91	101	550	554
民間企業	182	188	959	1,037
一般家庭	400	437	2,170	2,358
独自事業	1	1	6	6
合 計	674	727	3,685	3,955

### 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	9,919	10,616	59,204	61,873
民間企業	19,841	21,854	107,169	122,215
一般家庭	9,791	9,619	45,600	46,230
独自事業	183	165	1,128	1,067
合 計	39,734	42,254	213,101	231,385

### 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	2,121	2,670	12,259	15,333

### 5. 9月末の就業率

64.56% (累計73.73%)  
(前年同期 63.99% (累計74.34%))

## 事務局だより

■今年には二人の日本人がノーベル化学賞とノーベル生理学・医学賞を受賞しました。二人とも長期間にわたる地道な研究の成果が認められたもので、同じ日本人としてはうれしい限りです。今後も日本の発展のためにご尽力をいただきたいと思います。また来年も優秀な日本人の方のノーベル賞各賞の受賞を期待いたします。

■日本全国、熊注意報が出されています。北見市においても熊が多い地域ですので、山に入る場合は、市のホームページなども確認し注意しましょう。

■これから本格的な寒い冬を迎えます。大雪の山々にはもう雪が見えます。会員の皆様には心身ともに健康に留意され、厳しい冬を乗り切りましょう。

(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