

またみ 2026

# シルバー情報

1月23日 No. 466

年頭に当たり 理事長 大矢根洋哉

新年あけましておめでとうございます。

会員の皆さんには、爽やかな輝かしい新年を迎えられたことと心よりお慶び申し上げます。

また日頃から、当シルバー人材センターの趣旨、目的をご理解いただきご協力とご支援をいただいておりますことに、心から感謝とお礼を申し上げます。

さて、昨年は記録的猛暑で7月は真夏日が19日、猛暑日が8日と月のほとんどが30度以上となり、最高気温は過去最高の39度を記録しました。また日常生活物資の値上がり止まらず市民生活は非常に厳しい状態が続いております。

そういう状況下、当センターの12月末の事業実施状況等では会員数が56人減の634人、契約金額では2千2百万円減の2億9千2百万円となり、昨年度から大きく減少しましたが、熱中症にかかる傷害報告が皆無だったことや物損・傷害事故も減少しており、会員皆さんの就業時の姿勢や取り組みが向上しているものと評価をしております。

当センターの運営は皆さんの地道に一生懸命に頑張っている仕事ぶりが、市民の皆様や、市役所、企業などから信頼と評価をいただいたものであります。引き続き職員、会員が個々の力を発揮し、組織の安定化に努めていかなければならないと考えております。

令和8年の年頭にあたり、会員の皆様には、健康で働く喜びを感じながら幸せな生活が送れますよう、また会員並びにご家族の皆様のご健勝と当センターの更なる発展が図られますよう、心からご祈念申し上げます。



## ■地区班会議開催中です■

会議には全会員が出席し更新手続きを！

●新年度4月以降も会員継続を希望される方は、所属する地区会場に本人が必ず出席して手続きをお願いします。代理人での手続きは受け付けられません。

### 《本年度の地区班会議開催日程》

月	日	曜	時間	地区	会場
1	13	火	終了	6	相内地区住民センター
1	14	水	終了	8	北光地区住民センター
1	16	金	終了	3	美山地区住民センター
1	19	月	終了	10	南地区住民センター
1	20	火	終了	11	東地区公民館
1	22	木	終了	7	サンライフ北見
1	23	金	終了	2	中央地区住民センター
1	26	月	13:30	4	高栄地区住民センター
2	4	水	13:30	5	北地区住民センター
2	10	火	13:30	1	道立体育センター
2	12	木	13:30	9	サンライフ北見
2	11	木	18:00	全体	サンライフ北見
2	16	月	13:30	13	常呂老人いきいの家
2	17	火	13:30	12	はあとふるプラザ
2	11	11	15:30	12	温根湯福祉センター

※なお自分が所属する班会議に都合で出席できない場合は、他地区の班会議に必ず出席して手続きを。

## 第5回 理事会開催結果について

◎1月15日に第5回理事会が開催され、業務・事業実績報告・正会員の入会報告・本年度決算見込みの報告がされました。

昨年12月末での事業実績は、不景気の影響を受け公共・民間が落ち込み、前年対比で2千2百万円ほど減少しました。

## これからの会議・講習会のお知らせ

■会議：第4回地区長会議・2/25 10時～

- ・地区班会議での意見及び課題について
- ・新年度 各地区班長の確認ほか

■健康安全講習会・3/12 10時～

- ・健康安全講習会を実施します。詳細は別途案内文書のとおりです。是非ご参加下さい。

■新入会員説明会の開催・3/5(木) 13時半～

サンライフ北見2階研修室・3/6(金) 13時半～

- ・新年度の新入会員説明会を上記の通り実施します。市の広報またみ2月号にも募集記事を掲載しますが、新規会員の紹介に是非ご協力をお願いします。



## 安全委員会からのお知らせ



◎健康寿命を延ばそう◎

●健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されずに生活できる期間を言いますが、高齢者は若年・中高年齢者に比べると健康上の問題が生じやすく、また加齢により体幹や知覚能力の衰えにより、安全上の対策を今まで以上に強化する必要があります。

今後、平均寿命の延伸に伴い、健康寿命との差が拡大すれば、医療費や介護費の多くを消費する期間の増大につながります。常日頃から足腰を鍛えましょう。

《毎日続けることが大事！》

・バランス能力をつける「片脚立ち」～左右交互に1分間ずつ片脚立ちをする、1日3回。

・下肢筋力をつける「スクワット」～立ってお尻を後ろに引きゆっくり下げて起き上がりを5回繰り返す。

## ★北見市介護福祉課からのお知らせです★

### 【認知症に関する講座のお知らせ】

認知症の方の割合は年齢が上がるにつれて増え、85歳以上の方の6割近くを占めます。

人生百年時代の今、あなたやあなたの大切な方が認知症とともに生きるのとはや当たり前。この冬、認知症についての理解を深めてみませんか。北見市で2月に実施する講座をお知らせします。会場はいずれも北見市保健センター4階多目的ホールです。

★認知症予防の第一歩！

### 脳げんきチェック講座

60分ほどのテストで、言語・記憶・思考など脳の機能の分野別得意・不得意がわかります。結果をもとに予防のための生活を考えます。

1日目：2月2日(月)ファイブコグテスト

2日目：3月2日(月)結果返却

時間：いずれも10時半～12時

対象：65歳以上の北見市民

★あなたの知識がだれかの支えに。



### 認知症サポーター養成講座

認知症とは何か、基本を確認し、認知症の方へ接するときの心構えを学ぶ講座です。受講後は「認知症サポーターカード」をお渡します。

日時：2月27日(金) 10時半～12時

内容：認知症の原因・症状・接し方・相談先について

申し込み・問合せ

北見市保健福祉部介護福祉課 Tel25-1144

申し込みはWEBでも！



脳げんきチェック講座



認知症サポーター養成講座

## 12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	1	2	451
女性	184	2	0	182
合計	634	3	2	633

2. 受注件数 単位：件

	当月	前年同月	当年累計	前年累計
公共	60	62	744	757
民間企業	96	91	1,302	1,372
一般家庭	152	30	2,749	2,804
独自事業	0	0	8	7
合計	308	183	4,803	4,940

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	8,228	8,220	84,517	87,805
民間企業	12,111	12,567	150,881	166,931
一般家庭	1,653	338	55,926	54,814
独自事業	0	0	1,156	1,108
合計	21,992	21,125	292,480	310,658

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	1,847	2,461	18,584	23,288

5. 12月末の就業率

57.10% (累計80.28%)

(前年同期 42.90% 累計76.81%)

## ★★★★ 事務局だより ★★★★★

■新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。

### ●スマホの活用～スマイル to スマイルの登録を！

配分金の支払通知はハガキで、就業依頼は電話で事務所から会員に通知していますが、お持ちのスマホやパソコンに「スマイル to スマイル」を登録して、各種情報を受け取ることが出来ます。現在会員の約1割の方が登録済みです。是非事務局にお問合せ下さい。

### ●配分金の確定申告について

皆さんがシルバー人材センターの仕事で得た『配分金』は年金と同様に雑所得として取り扱われ、課税対象となる会員は申告が必要となります。その際に必要な書類が「配分金支払証明書」になりますが、希望される会員はシルバー事務所が発行しますのでお問合わせ下さい。なお、「配分金」には特別控除が認められており、不明な点や詳細については税務署等(北見税務署 ☎23-7151)にお問い合わせください。(今出)

・発行日 令和8年1月23日  
 ・発行者 北見市シルバー人材センター  
 (連絡先)シルバー：23-6000 土日祝：23-1433