

★ 第3回 理事会の開催結果 ★

- 9/17(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
- ②7・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就業開拓・会員拡大委員会の設置について



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30名の新規会員登録があり、8月末現在678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、請負と派遣を併せて、前年度対比で260万円ほどの増額となりました。特に一般家庭からの受注が伸びたことが増額の要因です。

これから秋に向けて更なる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は、例年『またみ菊まつり』（今年から菊まつりの名称が秋まつりに変更）の開催時期に合わせて10月中旬に実施していますが、本年は、10/13（日）に秋まつり会場と大型スーパーの2か所の会場で、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12日（土）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。

★**就業開拓・会員拡大委員会の設置**は、令和6年度の事業実施計画に掲げており、コロナ禍以降におけるセンター事業の低迷や会員不足に歯止めをかけるべく、上記委員会を設置し取り組みを強化するものです。委員会は理事5名と事務局で構成し、就業

機会の拡大や会員とのマッチング及び会員確保と退会抑制に向けた対策を協議してまいります。

北海道の『最低賃金 1,010円』にアップ !!

■例年最低賃金の改正は、8月に北海道地方最低賃金審議会において答申され、10月から発効となります。本年度については、北海道では960円から50円引き上げられ1,010円に改正されました。

これを受けて、当センターでは来年4月からの配分金の基準単価の改正に向けて準備を進めており、12月の第4回理事会に提案する予定です。

☆今後の行事と会講等の日程について☆

「第2回地区長会議」を開催します

- 10/10(木)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



「料理講習会」の実施

●今年も栄養士さんを講師に招いて、料理講習会を10月25日（金）に市民会館で実施します。

今回は「夏の疲れを吹き飛ばす簡単料理」をテーマとした料理に挑戦です。

興味のある方、また、男性の会員も是非ご参加下さい。詳細は別途開催案内をご覧ください。

「互助会研修交流会、今年は焼肉で」

●昨年は4年ぶりに一泊研修旅行を実施しましたが、今年は食欲の秋を満喫する「焼肉交流会」を実施します。

10月12日（土）、もいわスポーツワールドが会場です。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！ 食べすぎに注意しましょう

私は伐採業務担当の安全委員ですが、新人や経験の浅い会員を対象とした刈払い機の取扱い等の指導を担当しています。また、草刈作業に従事している会員の方々に、安全面・技術面に関する様々な情

報を提供させていただいています。

例年、草刈りシーズンの初頭には、事故防止の徹底を図るため、恒例となっている草刈り安全講習会を実施していますが、本年9月現在で、すでに4件の物損事故が発生しています。WHY（なぜ）？の文字が頭に浮かびます！ 運悪く・たまたま・気を付けていたのに！ しかし、現実を証明する原因は実存するのです。誰しも事故の当事者にはなりたくないはず。どんな仕事にも、十分な注意や安全意識をしっかりと持つことは不可欠であり、日頃の身体のケアも欠かせません。

《安全委員 伊藤 功三》

北見市健康推進課からのお知らせ

質の良い睡眠をとみましょう～ 自律神経を整えよう !!

9月入ると一日の気温の変化を感じる季節になりますね。体調を崩さず、元気に生活するには睡眠のとりかたも大切です。

良い睡眠には量（時間）と質（休養感）が重要です。睡眠時間が長すぎても短すぎても良くありません。朝目覚めた時に感じる休まった感覚（睡眠休養感）は良い睡眠の目安になります。

みなさんは「自律神経」をご存知ですか？私たちは、自律神経の動きによって興奮・リラックスしています。

自律神経を整えることが睡眠の「質」を良くすることにつながります。



秋に入ると、夏の残暑による寝不足や昼夜の気温差で自律神経が乱れやすいです。自律神経が乱れると、身体がだるい・やる気が出ない・めまい・便秘といった症状が出てきます。心当たりのある方はいらっしゃいませんか？

寝る前に自律神経を整える方法はいくつかあります。例えば、自分の好みの寝具を使うこと、部屋の明かりを消す、寝る前にスマホやTVを見ない等があります。

その他に、お風呂は寝る1～2時間前に入り、湯温はぬるめにするとうれいす。寝る前の軽いストレッチも自律神経と体温を整えてくれるので有効です。

良い睡眠は活力を生み、一日を元気に楽しく過ごすことにつながります。睡眠から生活を整えてみませんか。

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	498	3	0	495
女 性	180	11	0	169
合 計	678	14	0	664

2. 受注件数 単位：件

	当 月	前 年 同 月	当 年 累 計	前 年 累 計
公 共	120	128	453	485
民間企業	171	163	849	909
一般家庭	421	398	1,921	1,881
独自事業	1	1	5	17
合 計	713	690	3,228	3,292

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	12,194	13,185	51,258	53,515
民間企業	19,850	19,893	100,361	99,344
一般家庭	8,317	7,427	36,610	31,423
独自事業	202	164	902	1,007
合 計	40,563	40,669	189,131	185,289

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	2,112	2,040	12,663	13,878

5. 8月末の就業率 65.34% (累計74.48%) (前年同期 69.67% 累計77.37%)

事務局だより

■今年も屋外での作業が終盤を迎えました。今夏も猛暑日が相次ぎ、草刈り作業中の傷害や賠償事故が数件発生しました。会員の皆さんは引き続き事故防止に努めて、注意力と安全意識を高め、ケガや事故のない安全就業に努めましょう。

■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本年11月から施行されます。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、契約方法の見直しが必要となります。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、北見センターでは来年度以降の実施予定で事務を進めております。詳細は今後随時お知らせして参ります。

(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