

センター
だより

第44号

多可町

西脇市

令和2年1月15日発行

公益社団法人



西脇・多可

シルバー人材センター

ホームページアドレス

<http://webc.sjc.ne.jp/nisitaka/>

本 部	〒677-0024
西脇市支部	西脇市嶋253-1
	TEL 0795-23-5686
	FAX 0795-23-1568
	E-mail: nisitaka@sjc.ne.jp
多可町支部	〒679-1114
	多可郡多可町中区岸上224-12
	TEL 0795-32-2209
	FAX 0795-32-4131
	E-mail: nitasc@sjc.ne.jp



センターだよりの案内

- | | |
|---------------------------------|---|
| ・理事長あいさつ、兵庫県シルバー人材センター事業推進大会の報告 | 2 |
| ・安全・適正就業推進委員会からのお知らせ | 3 |
| ・専門部会からのお知らせ | 4 |
| ・会員福利厚生委員会の活動報告 | 5 |
| ・生きがいサポート講座の活動報告、予告 | 6 |
| ・健康情報 フレイル予防「いつもの食事にちょい足し」 | 7 |
| ・配分金の確定申告について、会員紹介キャンペーン | 8 |

理事長新年のあいさつ



理事長

片岡 徹

新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。今年度は事業計画に基づいて、支部のあり方を総務部会で、事故防止の一環としてペナルティ制度の導入を安全適正就業推進委員会において検討を重ねており、新年度には、概要をお知らせする予定としておりますので、ご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。平成30年度より会員の拡大と相互の連携をすすめる、センターのさらなる活性化を図るためにセンターの共益事業として実施しております会員福利厚生事業につきましては、昨年もグラウンドゴルフ大会、一泊研修旅行、ボランティア活動に多くの会員にご参加いただき、ありがとうございました。

また、会員が自由に集える憩いの部屋「ひだまり」を両支部事務所にそれぞれ設置をしましたので、会員同士の交流の場、会員による趣味のグループの集まり等にぜひご活用ください。

さて、現在の当センターの状況を見ま

すと、会員の減少や、国・県等の指導による適正就業への取り組み、地域経済の状況変化等に伴い、契約額が大きく減少しています。特に、会員の減少により、受注をお断りするケースが増加しているため、昨年6月より毎月説明会を開催しております。一方、一昨年に引き続き、会員さんの紹介による会員募集も行い、最も入会率・就業率が高く、効果的でありますので、さらなるご協力をよろしくお願いいたします。

センターを取り巻く状況は今後も厳しくなると推測しておりますが、会員の皆様におかれましては、今年もセンター運営全般においてご参加をいただき、当センターのさらなる活性化を、会員・役員が一丸となつて進めてまいりたいと考えておりますので、よろしくお願い申し上げます。

最後に、会員とご家族の皆様のご健康とご多幸を祈念しまして、新年のご挨拶といたします。

謹賀新年



本年もよろしく

お願い申し上げます。

令和二年 元旦

役職員一同

兵庫県シルバー人材センター事業推進大会の報告

「兵庫県シルバー人材センター事業推進大会」が昨年10月30日（水）に神戸市の神戸新聞文化情報ビルで盛大に開催され、当センターからは、片岡徹理事長はじめ役員8名と会員7名が参加しました。

推進大会では主催者のあいさつ、来賓の祝辞に続いて顕彰があり、当センターの会員として15年の長きにわたる活動いただいている12名の皆さんが会員表彰を受賞され、笹倉千代恵さんが会員を代表して登壇されました。当センターの会員表彰を受けられた方は、次の方々です。（敬称略）

●兵庫県シルバー人材センター
協会会長表彰

会員表彰（15年）

寺井 忍
橋間 好徳
笹倉千代恵
橋間 昭男
荻野 一子
北藤つる子
片岡 栄
笹倉 克之
吉山 光子
松井嘉一郎
小川 國樹
吉川 浩三



安全・適正就業推進委員会からのお知らせ

令和元年7月5日(金)に第1回委員会を開催し、安全就業研修、作業現場巡回指導の実施について協議しました。

今年度は9月、11月にも委員会を開催し、現在実施している事故防止対策に加えて、ペナルティ制度の導入について検討を行いました。1月30日(木)にも委員会を開催し、年度内をめどに具体的な制度案を作成することとしています。

巡回指導を7月・9月・11月に実施し、刈払機による草刈りと植木剪定作業の現場26箇所を巡回しました。ヘルメットや安全帯の着用、足場の確保等の安全対策は概ね良好でしたが、一部の就業現場でヘルメットを着用していない会員がいたため、着用の徹底を指導しました。

草刈りや剪定、伐採作業等の安全対策の基本であるヘルメットや高所作業での安全帯の着用は、自分自身の身を守るために必要ですので、必ず着用してください。

作業別就業研修は、刈払機取扱い作業者安全衛生教育を9月と今年2月に、法改正に伴うチェンソーに関する講習を11月と今年1月に受講していただくこととしています。

増加している会員の交通事故防止と特殊詐欺の被害防止のため、昨年度の未受講会員を対象に、西脇警察署の担当課長による会員研修会を1月25日(土)に実施します。

令和元年度における当センターの事故発生状況は11月末現在で、会員の傷害事故が5件発生し、うち入院が1件となっています。

賠償事故についてはすでに18件と、昨年度末の20件に迫っており、損害額も増加傾向にあります。

就業時には確実な安全確認と、危険予知への取り組みを必ず行っていただき、事故ゼロを実現していただきますよう、よろしくお願いいたします。

《危険な例》

枝に引っ掛けて
刃先が上を向いている



絶対ダメ!



※会員の就業中の傷病事故発生状況

平成31年4月～令和1年11月末

作業種別	支部別		性別		年代別		通院・入院別	
	西脇市	多可町	男性	女性	60～	70～	通院	入院
剪定	0	2	2	0	2	0	1	1
刈払機	1	0	1	0	0	1	1	0
調理補助	1	0	0	1	1	0	1	0
就業途上	0	1	0	1	0	1	1	0
合計	2	3	3	2	3	2	4	1

※会員の就業中の賠償事故発生状況

平成31年4月～令和1年11月末

作業種別	支部別		賠償内容別				センター賠償額
	西脇市	多可町	車両	家屋等	樹木等	人身	
剪定	1	1	1	1	0	0	79,020
刈払機・除草	6	1	3	4	0	0	59,752
運転	6	3	4	5	0	0	781,868
合計	13	5	8	10	0	0	920,640

(注：センター賠償額には、センター経費、賠償保険、自動車保険での支払いを含みます)

『安全はすべてに優先する』『事故防止、急ぐな、あせるな、気を抜くな』

専門部会からのお知らせ

昨年の各専門部会の主な活動報告です。

①総務部会は8月に第1回目を開催し、中期事業計画の平成30年度末における進捗状況の確認と、支部のあり方について協議を行いました。

- ・平成30年度の中期事業計画の進捗状況は下表のとおり、会員数の減少、適正就業の推進、地域経済の影響等により、女性会員比率を除き平成29年度達成率より減少しました。
- ・今年度は現在の支部体制のあり方を検討するため、8月・10月・12月に部会を開催しました。今年度中に支部のあり方をまとめて、理事会に提示する予定です。

中期事業計画 数値目標と実績（請負事業）

区 分		平成30年度目標	平成24年度実績	平成30年度実績	比率(H30/目標)
会 員	会 員 数 (人)	1,166	972	860	73.8
	女性会員比率 (%)	33.3	30.3	34.5	103.6
就業人員	就業人員 (人)	1,061	884	763	71.9
	就業延人員 (人日)	135,099	122,817	102,753	76.1
契 約	受注件数 (件)	3,398	3,089	2,985	87.8
	契約金額 (千円)	830,818	755,289	583,319	70.2

②事業部会は9月に開催し、昨年度の協議事項の現状確認、消費税率改定に伴う屋外作業単価の見直し、令和2年度の屋外作業単価及び事務費の見直しを行いました。

③広報部会は5月と11月に開催し、センターだよりの発行、啓発活動等について協議しました。

- ・各市町の広報に、会員入会説明会開催の記事にあわせてセンターの広告を掲載しました。
- ・センターだよりは7月に43号と、1月に本号（44号）を発行しました。
- ・啓発活動として、11月に多可町ふれあいまつりと西脇市農業祭に参加し、テントでのパネル展示とチラシを配布しました。





会員福利厚生委員会の活動報告



一泊研修旅行

11月17日(日)～18日(月)に78名の参加を得て、「秋の大山とローカル列車で出雲大社へ」と題して、紅葉が見頃のシーズンに親睦研修旅行に行ってきました。

1日目は秋の蘇山・大山を楽しみ、松江フォーゲルパークの温室内ではきれいな花をバックに集合写真撮影と園内をゆっくり見学後、松江のしんじ湖温泉に。ホテルでの宴会では、お部屋ごとの席を用意し、お仲間同士が近くになるように配慮していただきました。いつもながらの楽しい芸で宴会也大いに盛り上がりました。

2日目は宍道湖畔を走るローカル列車を貸切り、専属アテンダントによる観光ガイドも、旅の情緒を演出してくれました。出雲大社では観光ガイドによる説明もあり、皆さん真剣に聞かれていました。昼食は広い庭園と牡丹温室が見ごたえのある施設の「日本庭園由志園」でいただきました。紅葉も素晴らしく、お天気が良ければ絶好のロケーションだったかな。



ボランティア活動



7/6



- 7月6日(土)に西脇市支部の剪定・草刈就業会員の10名で、西脇警察署の剪定・草刈を行いました。
- 12月7日(土)には西脇市支部で恒例の活動となっている、へそマラソン前日のへそ公園内の清掃を28名で行いました。
- 12月13日(金)に多可町支部で、町有地駐車場周辺の溝掃除を19名で行いました。

きれいになったね

12/7



12/13



生きがいサポート

6/29 簡単料理教室



今年は西脇市いすみ会の皆さんと計33名で汗だくになりながら調理をしました。頑張った分美味しかったです。



7/24 暮らしに役立つ大人のマナー



おもてなしの心とスカーフを使っておしゃれに一工夫！また日本の文化についても教えていただき、大変勉強になりました。

8/21・28 スマートフォンセミナー



大人気の講座です！今年は基本編と応用編をしましたが、来年度は更にレベルアップする予定です。

12/25 門松



お正月に向けて豪華な門松ができました。参加された方は、リピーターになるほどです。

「ルビナス」女性交流会

7/10 簡単に新聞で作れるブローチ



皆さん真剣な表情で黙々と作成していました。その後お茶を飲みながら楽しいひと時を過ごしました。

お知らせ

「笑いヨガ」講座

令和2年1月29日(水) 午後2時～

多可町支部事務所

講師 小西池 成子 氏

※動きやすい服装で参加してください

会員以外の方も参加できます。
お友達を誘って気軽にお越しください。



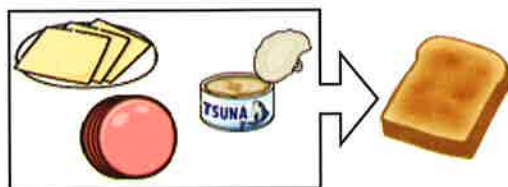
加齢に伴い、筋力が衰え、家に閉じこもりがちになるなど、年齢を重ねたことで生じやすい衰え全般を「フレイル」といいます。フレイル予防に大切なことは、「しっかり食べること」です。特に、積極的に摂りたい食材は、魚、肉、卵、大豆・豆製品、牛乳・乳製品です。それらは、筋肉等を造る「たんぱく質」が多く含まれています。

いつまでも元気でいきいきと生活するために、少しでも多くのたんぱく質を摂るための‘ちょい足し’献立をご紹介します。

☆ たんぱく質の‘ちょい足し’ポイント ☆

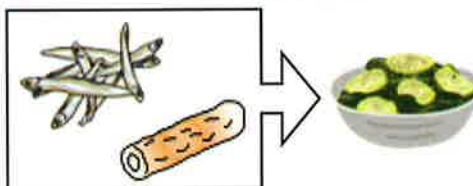
ポイント①

食パンにハムやチーズ、ツナなどをのせて焼く



ポイント②

きゅうりの酢の物に、ちりめんじゃこや竹輪を加える



ポイント③

味噌汁に、豆乳を少し入れる

材 料 名	分量(2人分)
大根……………	30g
にんじん……………	20g
ごぼう……………	30g
こんにゃく……………	20g
油あげ……………	10g
青ねぎ……………	4g
調整豆乳……………	150g
だし汁……………	150g
みそ……………	大さじ1

《豆乳入り味噌汁の作り方》

- ① 大根とにんじんはいちょう切りに、ごぼうはさがきにし、水にさらして水を切る。
- ② こんにゃくは3cm長さの短冊切りにし、熱湯でゆでる。
- ③ 油揚げは熱湯をかけて油抜きをし、短冊切りにする。
- ④ 青ねぎは小口切りにする。
- ⑤ 鍋にだし汁を入れ、①と②③を加えて煮る。
- ⑥ 材料が軟らかくなるまで煮て、豆乳を加え、みそを溶き入れる。
- ⑦ 椀に盛り付け、青ねぎを散らす。



◎豆乳入り味噌汁の一口メモ

- ・1人分の栄養価
エネルギー92kcal、たんぱく質5.6g、脂質3.7g、塩分1.1g、カルシウム56g、食物繊維2.3g
- ・ナトリウム排泄に効果的なカリウムを豊富に含む豆乳を加えれば、いつもとはひと味違うコクのある味噌汁になります。豆乳に味があるので、使うみその量も減らせます。減塩なのにこってり感が味わえるお得な味噌汁です。

いつもの食事にちょいっただけ〇〇を足して、いつまでも元気！

健康な毎日を送るため 町ぐるみ健診を受けましょう



年に一度の健診は、健康管理の第一歩です。平均寿命が延びる中、健康寿命（健康で活動的に暮らせる期間）と平均寿命には男性で約9年間、女性で約12年間の差があり、その間は何らかの病気を抱えて生きる期間と言えます。この健康寿命を平均寿命に近付けるには、自身の健康管理が大切です。

西脇市は3月の各戸配布で、多可町は2月上旬に、地域の保健衛生委員さんを通じて申込書が配布されますので、受診して下さい。

会員募集中『新規会員をご紹介ください』

働きたいと考えているお知り合いの方をぜひセンターへご紹介ください。
その方が仕事に就かれた時に、紹介して下さった現会員の方に
2,000円の商品券を進呈しています。
さらに今、令和元年6月～令和2年3月末まで



会員紹介キャンペーン

を実施中です！



いっぱい紹介
してモ～♪

ど～んと！**黒田庄和牛**を進呈！

お得がいっぱい！ぜひご紹介ください！

紹介されたお知り合いの方が令和2年6月までに5人以上仕事に就かれた場合に、

配分金の 確定申告について

令和元年分所得税の確定申告の時期（2月17日～3月16日まで）が近づいてきました。シルバー人材センターから会員の皆さんに支払われる「配分金」は所得税法上「雑所得」として取り扱われますので、原則として65万円の控除が認められており、これを超える金額が所得として算定されることになります。

会員の収入が配分金の場合には、収入額がこの65万円に基礎控除額（38万円）を足した103万円を超える場合は、確定申告を行う必要があります。

会員の皆さんには「元年分配分金支払い証明書」を1月中に送付しますので、確定申告が必要な方は必ず申告されるようお願いいたします。

会員の収入が配分金の場合

（配分金 - 配分金の特例控除（65万円） - 基礎控除（38万円）） = 課税所得金額

☆会員の所得が配分金の場合には103万円までは所得税が課税されません。

会員の収入が配分金と公的年金等、複数ある場合

☆会員の収入が配分金のほか公的年金等の収入がある場合は、公的年金等の収入から公的年金等控除額を控除した金額が上記の所得に合算されて計算されることになります。

（配分金 - 配分金の特例控除（65万円） + 公的年金等 - 公的年金等控除額 - 基礎控除（38万円）） = 課税所得金額

※ 課税所得金額 × 所得税率 = 所得税（納める税金）

皆さんの原稿を募集します!!

会員の情報発信の場として活用すべく、原稿を随時募集しております。センターに入会しての感想、趣味や特技、私の生きがい、最近の出来事などの原稿や、俳句・短歌・川柳・絵画・書道・写真など何でも結構です。センター事務局までぜひお寄せ下さい。

投稿はお一人につき一点とし、氏名・電話番号を明記のうえご応募ください。

会員皆様のご投稿並びにご協力をお願い致します！

投稿先

（公社）西脇・多可シルバー人材センター

西脇市支部 〒677-0024 西脇市嶋253-1

多可町支部 〒679-1114 多可郡多可町中区岸上224-12

（注）派遣労働者となられた会員さんに支払われる「賃金」は給与所得になります。該当される方には「元年分給与所得の源泉徴収票」を送付しています。

給与所得には「給与所得控除」があり控除後の額が給与所得として上記の所得に合算されることになりますのでご注意ください。

申告漏れのないようにお気をつけください。