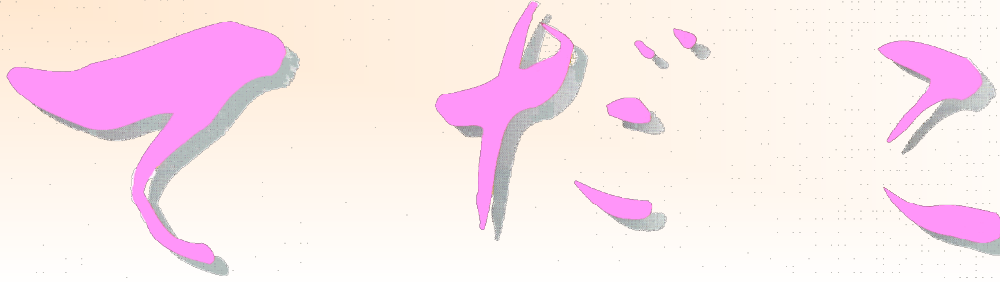


# 浦添市シルバー人材センター広報誌



第43号



## 新年のご挨拶

公益社団法人

浦添市シルバー人材センター

理事長 翁長 盛正

新年あけましておめでとございます。会員の皆様には、ご家族と共に健やかに初春を迎えることとお慶び申し上げます。

平素は、シルバー人材センター事業運営に会員・賛助会員・役員の皆様をはじめ、市当局、各関係機関、市民の皆さまのご支援により地域に根ざした事業の継続・展開をみております。皆様のご尽力に厚くお礼申し上げます。

昨年は、世界的規模の新型コロナウイルス感染症によって私たちの暮らしが大きく変化した一年でありました。会員への感染リスクを防ぐための新たな取り組みや対応等に日々翻弄されながらも、新型コロナウイルス感染症拡大防止に努め事業展開を進めてきました。

しかしながら、感染症の収束が見通せない今日、一部継続受注の終了や、派遣事業の大幅な実績減により、会員への適切な就業機会確保・提供の幅が狭くなる等、当シルバー人材センター事業において影響が出ているのが現状であります。

こうした厳しい状況におかれるなか、感染拡大防止の制約がありながらも、地域のニーズに応える事業の継続及び新規事業の開拓、そして会員皆様の安全就業確保に向けた対策の強化に一層取り組みを進めて参ります。会員の皆様には、引き続き感染症防止対策の徹底について、重ねてお願い申し上げます。

結びになりますが、本年が皆様にとりまして、素晴らしい年になりますよう心から祈念申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。

## － シルバー人材センターの基本理念 －

自主

自分のものとして考え

共働

一緒になって働く

自立

自分たちの力で育てる

共助

お互いに助け合う

## 会員さんが受け取った配分金に対する 所得税法の取り扱いについて

会員さんが受ける配分金は、所得税法「雑所得」とされ、センター等から受け取った配分金収入は、原則申告期限までに所得税の確定申告をする必要があります。ただし、配分金収入に対しては、租税特別措置法第27条より、**55万円を上限として最低保証必要経費（家内労働者等の事業所得等の所得計算の特例）**が認められております。

なお、配分金収入と給与所得がある場合は、給与所得控除額（最低55万円。ただし、収入金額を限度となります。）が受けられますが、その場合、配分金に係る上記の最低保証必要経費（55万円）は55万円から給与所得控除額を控除した残額が最低保証必要経費となります。（以下例参照）

### 例1



### 例2



※この家内労働者等の事業所得等の所得計算の特例を受けるには、所得税の確定申告書に所定の記載が必要となります。

なお、確定申告については最寄りの税務署にお尋ね下さい。

## 臍下丹田呼吸の勧め

安全・適正就業推進員 松原 良和

さる七月三十一日、浦添市シルバー人材センターの安全大会が開催され、日本詩吟学院 沖縄玉岳風会の玉城岳曾会長、玉城岳恵副会長には、「呼吸法で変わる心身豊かな人生を」と題して講話して頂きました。会長の豪快な熱弁が好評で、会場は割れんばかりの拍手がありました。講話は、「呼吸は息を吐く(呼)、息を吸う(吸)こと、つまり吐く(呼)が先、息を吐ききれば自然と息を吸うことができる」の説明から始まりました。詩吟は臍下(せいか)丹田(たんでん)呼吸法で吟じる。腹の奥底から発生した重厚な声はまさに詩吟に最適であること。また、交感神経と副交感神経がバランスよく活動でき、心身が豊かになり笑いと感謝が生まれること。

さらに、「笑う門には福来る」笑わない人は毎日笑う人に比べて認知症になるリスクが三倍以上になること、糖尿病患者も笑うことで血糖値が下り、高齢者にとって笑うことが健康の秘訣であることなどが興味深く説明されました。

「人生は今が一番若い、いつでも感謝があれば、今一番ハッピー」とユーモア・笑いの講話でした。

実践では、岳恵副会長の気品溢れる流調な吟の後、会長の「ア！イ！ウ！エ！オ！」の母音について臍下丹田呼吸法での発声練習、「はっ！はっ！」と大声での発声指導は会場を圧倒する豪快なパフォーマンスでした。

皆様方、健康増進のため臍下丹田呼吸を実践してはいかがでしょうか。

**\*臍下丹田呼吸とは、臍(へそ)下10cm付近の腹筋による腹式呼吸です。**

①

作業は安全第一を心がけ、急いんだり、あわてたりしないようにしましょう



②

器具類は使用する前に必ず点検しましょう



③

服装・履物は作業に合った動きやすいものにしましょう



④

作業前には軽い準備体操をして体をほぐしましょう



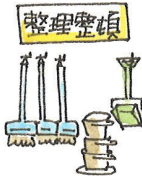
⑤

加齢による諸機能の低下を十分認識し、無理をしないようにしましょう



⑥

作業現場は常に整理整頓を心がけましょう



⑦

共同作業では、合図・連絡を正確に行いましょう



⑧

帰宅するまでは仕事のうち、交通事故に気をつけましょう



⑨

健康には常に注意し、良好な状態で就業するようにしましょう



⑩

仕事の前日は、十分に睡眠を取るよう心がけましょう





## 会費納入の手続きは 余裕をもってお早めに!



## 配分金支払証明書の 送付について

次年度会費納入につきましては、余裕をもって手続き（4月末日まで）をお願いします。また、退会を希望の会員は、事務局へご連絡くださいますよう宜しくお願いします。

令和2年1月～令和2年12月までの1年間において、シルバー会員として就業（派遣就業除く）された方へ「配分金支払証明書」を送付させていただきます。

この支払証明書は、個人の確定申告時に添付する証明書となっております。申告時には、添付して申告手続きを行いますよう宜しくお願いします。

### 未就業会員の皆様へ

今年度において未だ（一度も）就業されていない会員の方は事務局までご連絡下さい。希望就業内容を確認のうえ、ご相談させていただきます。

また、希望就業内容以外の就業先も事務局からご連絡して紹介、相談させて頂く場合があります。

－確定申告期間－

2月16日(火)～3月15日(月)まで



# 会員募集



～入会説明会のご案内～

市内在住で、60歳以上のお知り合いやご近所の方で、シルバー会員として地域社会の活性化につなげてみませんか？

現在、就業依頼が増加傾向にあり、特に女性会員入会を促進しています。

浦添市シルバー人材センターの入会説明会は、毎月5日と15日の10:00（土日祝日にあたる場合は前日営業日）に行っています。

お友達またはご近所のお誘い呼びかけをお願いします。

あなたの知識や技能、経験を生かし、地域社会の活性に貢献!!

✦ 事故発生件数  
(令和2年12月31日現在)  
傷害3件 物損4件  
無事故記録 34日  
(令和2年11月28日～)

無事故を目指そう!  
「いつまでも  
働く喜び  
無事故から」

### 浦添市シルバー人材センター会員就業等実績

性別	会員数	就業実人員数	就業率
男性	324名	209名	64.5%
女性	159名	112名	70.4%
合計	483名	321名	66.5%

※令和2年12月31日現在