

# シルバーさっぽろ

公益社団法人 札幌市シルバー人材センター 会報編集委員会  
(ホームページ URL <https://www.s-silver.jp>)  
発行/令和6年4月  
札幌市白石区本通16丁目南4-26 リフレサッポロ4階  
TEL.011-826-3296

2024  
**4**  
第131号

## 全国統一安全就業スローガン

安全は 無理せず 焦らず 油断せず



サッポロビール園と桜



シルバー人材センター  
(愛称 生き活きセンター)



も  
く  
じ

- 令和6年度事業計画・収支予算……………2～3
- 令和6年度定時総会のご案内・令和5年度事故措置結果報告……………4
- 令和5年度会員継続調査による意見・要望等について……………5
- 地域班活動のようす/ホームページのリニューアルについて……………6～7
- 会員Webサービスについて/操作説明会のご案内・申込方法について……………8～9
- 令和6年度技能研修会のご案内……………10～11
- シルバー人材センター事業について/配分金見積基準表の改訂について……………12～13
- おすすめカンタン筋トレ体操……………14
- 事務局からのお知らせ他……………15～16

令和6年3月15日に開催されました令和5年度第4回理事会において、令和6年度の事業計画が承認されました。

## I 基本方針

少子高齢社会により労働力人口の減少が続く中、様々な職域で人手不足が問題となり、高齢者の豊かな経験を活かし働くことを通じて地域社会の活性化に寄与するシルバー人材センターが必要とされる場面がますます増えてくることが予想されます。

しかし、昨年5月に新型コロナウイルスが5類に移行され、これまでの日常生活が戻ってくるものと考えておりましたが、契約実績は依然として低迷しており、加えて定年延長等の雇用環境の変化による会員数の伸び悩み、さらにはインボイス制度の導入、フリーランス法の施行等、センターを取り巻く環境は目まぐるしく変化しており、より厳しさを増しています。

このような状況ではありますが、働く意欲のある元気な高齢者が「人生100年時代の主役」として活躍できるよう会員の拡充と就業機会の確保に取り組んでいきます。

## II 事業計画

### 1 財政基盤の強化

- (1) 地域社会が必要としている仕事の掘り起こし等、新たな就業機会が期待できる職種については継続して検討します。
- (2) シルバー事業をより広く理解、応援していただくため、賛助会員の拡充に努めます。
- (3) インボイス制度に伴う経費の負担増や諸経費の増に対応するため、適正な事務費率の設定、及び効果的な運営経費の執行に努めます。

### 2 受注体制の強化

- (1) 会員の入会促進
- (2) 就業開拓の推進
- (3) 会員の技術・技能の向上

### 3 就業体制の整備

- (1) 就業機会の拡大
- (2) 適正就業の推進
- (3) 会員継続調査の実施

### 4 地域班・職群班組織の充実

- (1) 地域班活動の活性化
- (2) 職群班活動の推進

### 5 安全就業の確保

「安心・安全なシルバー事業」の確立は事業遂行の根幹をなすものであり、組織を挙げて安全対策のより一層の推進を図り、事故の発生を防ぐことが重要です。

安全はすべてに優先します。今後も安全就業を推進するため、以下の事項を実施します。

- (1) 安全就業の強化
- (2) 会員の健康管理

### 6 広報活動の充実

- (1) 会員への情報提供
- (2) 普及啓発活動

## 7 第3次基本計画に基づく事業の実施

令和4年度からスタートした「第3次基本計画（3ヶ年）」は最終年度となることから、事業計画推進委員会の4部会では、現計画の取組みの結果と同時に次の基本計画の策定についても、その準備を進めていきます。

## 8 令和6年度の目標設定

会 員 数	契 約 件 数		契 約 金 額	
	4,400人	受 託 事 業	21,000件	受 託 事 業
派 遣 事 業		650件	派 遣 事 業	5億1千万円
合 計		21,650件	合 計	14億7千万円

## 令和6年度 収支予算

※詳細は定時総会の議案書をご覧ください。

令和6年3月15日に開催された令和5年度第4回理事会において、令和6年度の収支予算が承認されました。

## 令和6年度 収支予算書(損益ベース)

(単位：円)

科 目	予 算 額	前年度当初予算額	増 減
I 一般正味財産増減の部			
1. 経常増減の部			
(1) 経常収益			
受託事業収益	960,000,000	940,000,000	20,000,000
労働者派遣事業等受託収益	60,000,000	60,000,000	0
受取会費	6,179,000	5,923,000	256,000
受取補助金等	68,935,000	68,942,000	△ 7,000
雑収益	1,000	1,000	0
経常収益計	1,095,115,000	1,074,866,000	20,249,000
(2) 経常費用			
事業費	1,087,290,000	1,066,611,000	20,679,000
管理費	8,127,000	8,385,000	△ 258,000
経常費用計	1,095,417,000	1,074,996,000	20,421,000
当期経常増減額	△ 302,000	△ 130,000	△ 172,000
当期一般正味財産増減額	△ 302,000	△ 130,000	△ 172,000
一般正味財産期首残高	34,740,677	31,420,637	3,320,040
一般正味財産期末残高	34,438,677	31,290,637	3,148,040
II 正味財産期末残高	34,438,677	31,290,637	3,148,040

[収支予算書に係る注記]

(単位：円)

科 目	予 算 額	前年度当初予算額	増 減
【投資活動収支の部】			
〈投資活動収入〉			
投資活動収入計	0	0	0
〈投資活動支出〉			
特定資産取得支出			
退職給付引当資産取得支出	124,000	680,000	△ 556,000
固定資産取得支出			
リース購入資産購入支出	8,372,000	7,860,000	512,000
投資活動支出計	8,496,000	8,540,000	△ 44,000

# 令和6年度 定時総会 開催のご案内(予定)

令和6年6月12日(水) 14時00分

会場：カナモトホール (元 札幌市民ホール)

札幌市中央区北1条西1丁目

※詳細につきましては、別途ご案内させていただきます。

## 令和5年度 事故措置結果報告

令和5年度に事故措置審議会の審議対象となった案件と結果を報告します。

事故の原因詳細を参考にして、安全就業につとめましょう。

### 審 議 対 象 事 故 一 覧

No.	発生年月	就業内容	会員	原因詳細	措置内容
1	令和5年6月	除草 (機械)	白石区 71歳	刈払機を使用して空地を除草作業中、草に隠れていた隣家の灯油管に気が付かず刈刃を接触させてしまい、灯油管を切断する。すぐに気が付き、ホームタンクの元栓を締め、切断箇所にてテープ等を巻いて応急処置をした。	指 導
2	令和5年8月	除草 (機械)	北 区 72歳	刈払機を使用して空地を除草作業中、小石が飛散し、近くに駐車していた車両の窓ガラスに損傷を与える。防護措置を講じていなかった。	嚴重注意
3	令和5年9月	施設管理	厚別区 78歳	高齢者施設で施設管理業務中、清掃及び貯水のため水道(ホース)を使用した後、水道の栓を閉めることを失念。機械室の床が10cmほど水浸しになり、ダンボール箱に保管していた薬剤や書類が水に濡れる。	指 導
4	令和5年9月	除草 (機械)	豊平区 75歳	刈払機を使用して私立学校の敷地内にある記念会館周辺を除草作業中、会館の壁側にある灯油配管にチップソーが接触し配管を切断する。配管があるのは認識していたが草木の塊を足でよけた際にその反動で体勢を崩し、刈刃が接触した。	指 導
5	令和5年9月	除草 (機械)	白石区 74歳	刈払機を使用して空地を除草作業中、小石等が飛散し、近くに駐車していた車両の窓ガラスに損傷を与える。防護措置を講じておらず、チップソーは36刃のうち残り4刃の状態。	嚴重注意
6	令和5年9月	除草 (機械)	豊平区 77歳	刈払機を使用して集合住宅敷地内を除草作業中、刈った草が飛散し、擁壁の下にある駐車場に駐車していた車両の上に降りかかる。当初、プロアーで除けようとしたが雨のため除去しきれず雑巾で拭き取ったところ車両に傷がつく。防護措置を講じていなかった。	嚴重注意
7	令和5年9月	除草 (機械)	北 区 68歳	刈払機を使用して集合住宅敷地内を除草作業中、小石又はチップが飛散し、玄関前に駐車していた車両の窓ガラスに損傷を与える。防護措置を講じておらず、チップソーは刃が欠けた物を使用。	嚴重注意

## 令和5年度 会員継続調査による意見・要望等について

令和6年1月及び2月に実施した会員継続調査の発送枚数は3,370通。そのうち返信があったのは2,774通でした（回収率82.3%）

このうち、調査票の裏面下段に記入いただいた意見・要望等の中から、主なものについて回答を掲載しました。

意見・要望等	回 答
<p>会員向けWebサービスのコンテンツを充実して欲しい。</p> <p>また会報の個別配付をやめてWeb上で閲覧する運用としたほうが経費節減にも繋がるのでは？</p>	<p>令和5年4月に導入した「会員向けWebサービス」は、今後も積極的な利用の推進と内容の充実を図り、必要な情報が手軽に得られる環境の整備に取り組みます。</p> <p>また、「会報」及び「配分金明細書」に関しても「今後は用紙配付ではなくWebによる方法へ移行すべき」との意見が増えています。「個別配付」から「Web上で閲覧」へ移行することで、利便性の向上や効率化、経費節減等を図ることが出来ることから今後もデジタル化に向けた取組を推進していきます。</p>
<p>法律に抵触するため、取り扱うことができない仕事があると聞きましたが、どのような仕事でしょうか？</p>	<p><b>&lt;受託事業&gt;請負又は委任契約</b></p> <p>①道路交通法 除雪をする場合は、公道や許可されていない公園に雪を移動すると法律違反になります。</p> <p>②産業廃棄物処理法 廃棄物を持ち帰る、処理場に持ち込む行為は無資格の場合、法律違反となります。</p> <p>③動物愛護法 無資格で動物（犬・猫など）の散歩、餌やりは法律違反となります。</p> <p>④警備業法 警備巡回行為や車両誘導は無資格の場合、法律違反となります。</p> <p>⑤医療法 無資格で診察室や手術室、処置室等での清掃業務は法律違反となります。</p> <p><b>&lt;派遣事業&gt;</b> 労働者派遣法により次の業務は取扱うことができません。</p> <p>①港湾運送業務 ②建設業務 ③警備業務 ④病院・診療所等における医療関連業務 ⑤弁護士、社会保険労務士等のいわゆる「士」業務</p> <p>※「派遣事業」は、公益社団法人北海道シルバー人材センター連合会に雇用されて就業先へ派遣される就業形態です。</p>
<p>配分金の改定について教えてください。</p>	<p>シルバー人材センターの受託事業（請負又は委任）で得る会員の報酬は、税法上、雑所得として位置付けられ、賃金や給与ではないため最低賃金は適用されませんが、地域の最低賃金や業界の一般的な基準を参考にして見直しをしています。</p> <p>令和5年10月に最低賃金が改定されたことを受け、「配分金見積基準表検討委員会」において配分金見積基準単価の改定について協議し、令和5年度第3回理事会（R5.11.24開催）で承認を得て令和6年4月1日より新しい「配分金見積基準単価」で運用することとなりました。</p> <p>改定内容の概要については、会報13ページに掲載しています。</p> <p>今後も最低賃金の改定状況等を参考にしながら検証していきます。</p> <p>※「配分金見積基準単価」は見積時の基準として定めたものです。</p>

# 地域班活動のようす

- 南区
- 手稲区

## 中央支部 ●南区地域班

本年1月1日に「令和6年能登半島地震」が起き、石川県全体に甚大な被害がありました。被災後3か月が経過しましたが、半島での被害という事情もあり、なかなか復興が進まない状況に、心を痛める日々が続いています。被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

南区地域班としては、長い間女性部長として地域班の「顔」のような存在であった内田敏子さんが、現役会員のまま10月にご逝去されました。地域班として大いに痛手になる出来事でした。ご冥福を心よりお祈りいたします。

さて、長いコロナ禍のなか、やっと5類移行することができ、かつての生活が徐々に戻ってきていることを実感しています。

年度当初、南区地域班の運営方針として、「会員同士の交流」を掲げ、それを実現するための事業として、「地域班懇談会・新入会員説明会」と「地域班懇親会（新年会）」を実施しました。また、「女性部交流会」も実施することができました。



南区地域班懇親会

地域班「新年会」は札幌市保養センター駒岡で32名の参加者で開催されました。久しぶりの懇親会では、自己紹介あり、カラオケあり、カラオケに合わせたダンスありと、大いに盛り上がりました。やはり直接顔を合わせて懇談するのは、地域班の結束をはかるためには、大変重要であると実感しました。

地域班での現在の悩みは、どの地域班でも抱えている問題と思いますが、会員の高齢化です。南区地域班の「植木の手入れ・冬囲い」では、仕事の依頼は沢山あるにも関わらず、仕事を引き受けることのできる会員が高齢化で徐々に減少し、特定の会員に負担がかかってきています。特に資格Bの会員の高齢化による減少は深刻な問題としてとらえております。当センター本部でも、その対策をしつつあると聞いておりますので、良い方向に解決されることを期待しております。

(記 高橋春之)

## 西支部 ●手稲区地域班

機械除草班の活動状況について紹介させていただきます。活動の基本は、言うまでもなく「安全はすべてに優先する」を念頭に取り組んでいます。常々、会員が「安全の確保」について確認していることは、「健康管理」「安全就業基準の遵守」「作業前のミーティング」「現場の事前確認」などです。要するに全てが安全就業のためであり、決められたことを忠実に実践しようという意識の共有です。

「就業に向けての心構え」として当機械除草班独自の約束事は「安全の確保（基本の実践を徹底）」と「良質な仕事の提供」の2点を掲げて取り組んでいます。

作業に当たる者は、常にお客様と意思疎通を図り、作業前・作業途中・作業後の確認を怠ることがないように、強く意識することを作業員全員で徹底しています。

また、昨年5月に総勢20名が参加して実施した機械除草の自主研修会においては、「安全に対する意識づけ」「刈払機の適切な操作」「防護ネットの使用手法」「安全就業自己チェックシートの活用方法」など、実技を交えてより安全に対する意識を高める研修を行いました。

このほか、飛び石による飛散軽減や飛散事故防止を図るうえで、某メーカーのチップソー使用を当機械除草班では推奨しています。実際に、このチップソーを使用した全員へ聞き取り調査したところ、「通常のもの

より小石の飛散が抑えられた」「安全性に加え持続性・耐久性にも優れているようなので、経済的と思われる」「使用中の不安感が少ないので、精神的負担も軽減された」等の高い評価があったことから、当機械除草班はこのチップソーに切り替えていくことに決めました。

同様に、チップソー下部に取り付ける安定板（約3cm）の装着も当機械除草班では推奨しています。この商品を使用することで凸凹地面や傾斜地でも安定して刈刃と地面の距離を一定にできるので、高刈りによる小石を拾うリスクが軽減されます。

以上のことから、当機械除草班では、某メーカーの宣伝をしている訳ではありませんが、これらの商品を定着させ、飛び石による飛散事故防止につなげたいと考えています。

（記 秋田孝夫）



機械除草の自主研修会

## ホームページのリニューアルについて

令和6年4月1日付で当センターホームページを全面リニューアルしました。

今回のリニューアルでは、スマートフォンやタブレットでも見やすい画面構成にする等、シンプルで分かりやすいデザインに変更するとともに、セキュリティの向上（SSL対応）を図りました。

また、リニューアルと同時に「Web入会機能」を導入し、より入会しやすい環境を整えました。



※ホームページの「事務局から」メニューに会報を掲載しています。

©リニューアルに伴い、URLが変更になりました。

新URL：<https://www.s-silver.jp>



# 会員 Web サービスをご活用ください！

令和5年4月に導入した「会員Webサービス」では、インターネット上で「センターからのお知らせ」及び「配分金明細書」の情報を閲覧することができます。

令和6年度からは、「センターからのお知らせ」に掲載する情報を増やすなど内容の充実を図り、デジタル化に向けた取組みを推進していきますので、ぜひ、積極的な活用をお願いします。

なお、5月に区単位で「操作説明会」を開催しますので、受講を希望される方はお申込みください。



「お知らせ」のイメージ



「配分金明細書」のイメージ

## <閲覧方法は？>

スマートフォンやパソコンでインターネット上にある次のサイトへアクセスしてください。

「会員番号」と「パスワード」を入力してログインすると閲覧用のページが表示されます。

【アクセス先】

URL：https://silverweb.workvision.net/silver-user-web/?cc=01001

もしくは、次のQRコードをスマートフォンのカメラで読み取ると簡単にアクセスできます。

## <ログイン時のパスワードは？>

初期パスワードは、誕生日の「月日」（数字4桁）で設定しています。

ログイン後、パスワードを変更してください。

## <ログイン時のパスワードを忘れた場合は？>

お近くの支部事務所または総務課へ連絡してください。初期パスワードへリセットします。



## <配分金明細書が更新されるタイミングは？>

毎月10日頃に更新します（ただし5月及び1月は遅れる場合があります）。

なお、アップロード時に同サイト上の「お知らせ」メニューにて通知します。

## <配分金明細書は過去の分も閲覧できるの？>

令和元年度以降の配分金明細書を閲覧することができます。

## <退会した後も利用できるの？>

退会した翌月からログインができなくなります。

## <「配分金明細書」（圧着ハガキ）の発送は？>

令和6年度も「配分金明細書」（圧着ハガキ）の郵送は継続しますが、利便性の向上や効率化、経費節減等の観点からデジタル（Web上で閲覧）への移行につきましてご理解とご協力をお願いします。

具体的な操作方法等は、令和5年4月に配付したチラシ「会員クラウドサービス かんたん操作ガイド」を参考にしてください。

## 「操作説明会」開催のご案内

会員Webサービスの導入にあたり、区単位で「操作説明会」を開催しますので、受講を希望される方はお申込みください。

なお、受講料は無料ですが、スマートフォン等の通信機器及び通信回線は受講者で用意してください。

### <開催スケジュール>

開催日	コース	会場
令和6年5月13日(月)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	札幌市社会福祉総合センター
令和6年5月14日(火)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	南区民センター
令和6年5月15日(水)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	月寒公民館
令和6年5月21日(火)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	リフレサッポロ
令和6年5月23日(木)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	厚別区民センター
令和6年5月24日(金)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	清田区民センター
令和6年5月28日(火)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	西区民センター
令和6年5月29日(水)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	手稲区民センター
令和6年5月30日(木)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	北区民センター
令和6年5月31日(金)	①午前コース(11:00~12:00) ②午後コース(13:30~14:30)	東区民センター

### <申込方法>

①【開催日】【コース】【会場】【会員番号】【名前】を記入の上、「Eメール」、「FAX」、「郵送」のいずれかの方法によりお申込みください(電話でのお申込みは受付けておりませんのでご了承ください)

※申込締切日は、説明会開催日の2週間前までとなります。

②開催日が近くなりましたら受講者へ案内文書を送付します。

申込または  
お問合せ先

〒003-0026

札幌市白石区本通16丁目南4-26 リフレサッポロ 4F

公益社団法人札幌市シルバー人材センター 総務課 担当:岩館

☎011-826-3296 FAX011-826-3439 e-mail:kensyu@s-silver.jp

# 令和6年度 技能研修のご案内

毛筆筆耕(宛名・賞状書き)、除草(機械)、植木の手入れ、植木の冬囲いの就業を希望される方は、必ず研修に参加し評価(判定)を受けてから就業していただくことになります。(受講はすべて無料です)

研修名		コース・会場・開催日・研修時間・開催期間・定員等	
毛筆筆耕研修	宛名書き (全10回)	【日程】	Aコース：5月27日 6月3・17日 7月1・16・29日 8月5・19・26日 10月7日 Bコース：5月28日 6月4・18日 7月2・17・30日 8月6・20・27日 10月8日
		【定員】	25名
		【時間】	10:00～12:00 各コース 10日間の開催 研修最終日に判定作品を提出
	賞状書き (全10回)	【日程】	賞状書きコース：5月28日 6月4・18日 7月2・17・30日 8月6・20・27日 10月8日
		【定員】	25名
		【時間】	13:30～15:30 10日間の開催 研修最終日に判定作品を提出
<ul style="list-style-type: none"> <li>・研修会場：「リフレサッポロ 1F 会議室 A」・「宛名書き」研修を初めて受講される方は「Aコース」にお申し込み下さい。</li> <li>・「宛名書き」研修を、過去に受講の経験がある会員さんは「Bコース」にお申し込み下さい。</li> <li>・「賞状書き」研修は、宛名書き研修で既にB以上の判定を受けた方が対象の研修です。</li> <li>・過去に「宛名書き」研修や「賞状書き」研修を受講し判定評価を受けている方は研修最終日に作品提出するだけで判定が受けられます。</li> <li>・研修最終日のみ参加(作品提出のみ)の場合でも必ず申し込み下さい。</li> <li>・研修申込書の提出が無い方は受講できません。</li> </ul>			

研修名		コース・会場・開催日・研修時間・開催期間・定員等	
普通研修	除草(機械) (3日間) 定員 25名	【日程】	普通コース ①回目 5月20・21・22日 1日目【時間】10:00～16:00 【会場】リフレサッポロ1階会議室A 2日目【時間】10:00～16:00 【会場】聖心女子学院
		【日程】	普通コース ②回目 7月22・23・24日 3日目【時間】10:00～16:00 【会場】聖心女子学院
		【日程】	普通コース ①回目 9月24・25日 【会場】1日目：リフレサッポロ1階会議室A / 2日目：発寒小学校 【時間】1日目10:00～16:00 2日目10:00～16:00
	植木の冬囲い (2日間) 定員 25名	【日程】	普通コース ②回目 10月1・2日 【会場】1日目：リフレサッポロ1階会議室A / 2日目：厚別西小学校 【時間】1日目10:00～16:00 2日目10:00～16:00
		【日程】	普通コース ①回目 9月24・25日 【会場】1日目：リフレサッポロ1階会議室A / 2日目：発寒小学校 【時間】1日目10:00～16:00 2日目10:00～16:00
		【日程】	普通コース ②回目 10月1・2日 【会場】1日目：リフレサッポロ1階会議室A / 2日目：厚別西小学校 【時間】1日目10:00～16:00 2日目10:00～16:00
<ul style="list-style-type: none"> <li>・普通研修は未受講の方が対象です、過去に受講された方は上級判定会にお申込みください。</li> <li>・天候不順(台風・大雨・雪等)の場合は研修延期、中止の場合がございます。</li> <li>・研修申込書の提出が無い方は受講できません。</li> </ul>			

研修名		コース・会場・開催日・研修時間・開催期間・定員等 (※経験者が対象です)	
普通研修	植木の手入れ (2日間) 定員 25名	【日程】	普通コース ①回目 6月11・13日 【会場】1日目：リフレサッポロ1階会議室A / 2日目：厚別西小学校 【時間】1日目10:00～16:00 2日目10:00～16:00
		【日程】	普通コース ②回目 6月25・26日 【会場】1日目：リフレサッポロ1階会議室A / 2日目：発寒小学校 【時間】1日目10:00～16:00 2日目10:00～16:00
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・普通コースの研修は未受講の方が対象です、過去に受講された方は上級判定にお申し込みください。</li> <li>・基礎的な知識の講義・実習は行いません、また道具の貸出しも致しません。</li> <li>・研修申込書の提出が無い方は受講できません。</li> <li>・天候不順(台風・大雨・雪等)の場合は研修延期、中止の場合がございます。</li> <li>・「植木の手入れ」研修の受講につきましては【経験者】を対象としております。植木の手入れの経験が無い方は受講できません。</li> </ul>		
	【経験者とは】	植木の手入れ作業(庭木作業)について基本的な「道具・知識」が備わっている方を指します。	
【具体的には】	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 毎年ご自宅で植木の手入れ作業(剪定作業)を、ご自身でされている方</li> <li>② 植木の手入れに必要な道具を持参出来る方</li> <li>③ 造園業で従事されていた方</li> </ul>		
<b>【未経験の方へ】</b> ……庭木に関する知識・作業経験が全く無い方、または自信が無い方は、各区で開催している「自主研修会」に参加した後に、実際に先輩会員が就業している作業現場に複数回(最低でも2～3回程度)参加して作業の経験してから「植木の手入れ研修(普通コース)」へお申し込みのほど宜しくお願い致します。			
●各区の自主研修会の開催日程は、各区によって違います。お問い合わせは、各区の職群班長へお問い合わせ下さい。			

研修名		コース・会場・開催日・研修時間・開催期間・定員等		
上級判定	植木の手入れ (2日間)	【日程】 上級判定 7月9・10日	1日目【時間】10:00～16:00 【会場】リフレサッポロ1階会議室A 2日目【時間】10:00～16:00 【会場】聖心女子学院	
	除草(機械) (2日間)	【日程】 上級判定 9月2・3日	1日目【時間】10:00～16:00 【会場】リフレサッポロ1階会議室A 2日目【時間】10:00～16:00 【会場】南郷通り17丁目団地(予定)	
	植木の冬囲い (2日間)	【日程】 上級判定 9月10・11日	1日目【時間】10:00～16:00 【会場】リフレサッポロ1階会議室A 2日目【時間】10:00～16:00 【会場】聖心女子学院	

- ・ 上級判定は過去に「除草(機械)」「植木の手入れ」「植木の冬囲い」の研修で「C」の判定を受けていて、且つ、複数回の就業実績がある会員が対象です。
  - ・ 上級判定の実技の際にはご自分の道具を持参して頂きます。
  - ・ 天候不順(台風・大雨・雪等)の場合は研修延期、中止の場合がございます。
- ※上級判定の目的として・・・就業現場でのリーダー・責任者としての言動・行動、後輩会員の育成・教育を任せられる会員なのか試される研修です。

研修名		コース・会場・開催日・研修時間・開催期間・定員等		
三種更新研修	三職種更新研修 (1日)	「除草(機械)」「植木の手入れ」「植木の冬囲い」の普通研修及び上級判定のいずれかの研修を <b>最後に受講してから5年を経過した会員</b> が対象になります。	【会場】リフレサッポロ1階会議室A 【開催時期】令和6年2月中旬～下旬を予定しています 【案内】受講対象会員には、事務局からお知らせします。	
	ヘッジトリマー研修 (1日)	「植木の手入れ」研修でB以上の判定を持ち、植木の手入れ作業においてヘッジトリマーの使用を希望する場合は研修の受講が必要です。	【会場】リフレサッポロ1階会議室A(外部の講師を招きます) 【開催時期】令和7年3月中旬を予定しています。 【案内】受講対象会員には、事務局からお知らせします。	

## 【受講を希望される方は、下記の要領でお申し込みください】

- ・ **電話でのお申込みは受付しておりませんので、ご了承ください。**
- ・ 各研修の申込は各支部に用意している申込書にてお願いします。
- ・ 各支部以外での申込方法として「郵便・FAX・メール」で申込をお願いします。
- ・ 「郵便・FAX・メール」で申込の場合【研修名】【コース名】【会員番号】【名前】【住所】を記入の上、送付して下さい。また、植木の手入れ研修については経験者が対象のため【作業の経験内容】【経験年数】を明記した上で申込をお願いします。
- ・ お申し込みの締切りは、原則として各研修会開始日の1ヶ月前です。(※先着順での申し込みではありません)ただし、「毛筆筆耕研修」・「除草(機械)普通研修1回目」については、会報4月号が会員皆さまのお手元に到着してから研修開催日まで時間に余裕がないので、研修開催日の**1週間前まで**受付します。
- ・ 申込者が定員を超えた場合は抽選となり、抽選にはずれた方には原則、連絡を致しませんのでご了承ください。
- ・ 研修終了後、受講会員本人と所属地域班の職群班長に技能判定の結果をお知らせしています。
- ・ 各研修会は事情・天候等により中止や日程の変更があり得ますのでご了承ください。
- ・ 技能研修のお申込みは、(公社)札幌市シルバー人材センターの会員に限ります。会員以外はお申し込みできません。

### <研修申込から研修日までの流れ> (研修案内書が届くのは研修1週間前後になります)

「研修の申込」 → 「本部、受付」 → 「申込の締切(研修開催日の1ヶ月前)」 → 「申込者へ案内書の作成」  
→ 「研修開催日のおおよそ**10日前**、研修申込者へ案内書を送付」 → 「研修開催日」

申込または  
お問合せ先

〒003-0026  
札幌市白石区本通16丁目南4-26 リフレサッポロ4F  
公益社団法人札幌市シルバー人材センター 総務課 担当:岩館  
☎011-826-3296 FAX011-826-3439 e-mail:kensyu@s-silver.jp

# シルバー人材センター事業について

会員として活動するにあたり、シルバー人材センター事業の目的や仕組みを今一度、確認しましょう。

## ■シルバー人材センター事業の目的と運営

### <目的>

働くことを通して社会参加をし、自らの生きがいの充実と健康の増進を図るとともに、活力ある地域社会づくりに貢献することを目的としています。

- 就職は望まないが永年の経験や技能を生かして働きたい
- 健康増進や生きがいの充実を図りたい
- いくらかの収入を得たい
- 社会の役に立ちたい

といったような健康で働く意欲のある高齢者（おおむね 60 歳以上）が会員となり**自分たちの手で運営していく団体**です。

### <運営>

- (1) 地域社会から**臨時的・短期的な仕事（月 10 日程度以内）**や**短時間の仕事（週 20 時間を超えない）**を引き受けて会員各人の希望・経験・能力に応じ、就業機会を提供しています。
- (2) 「**自主・自立、共働・共助**」の理念のもとに**会員自らが創意工夫しながら仕事を開拓し、受注した仕事を分かち合いながら組織運営**を行っています。
- (3) 「**高齢者等の雇用の安定等に関する法律**」に基づいて設立された**公共的な性格をもつ営利を目的としない「公益社団法人」**です。

## ■シルバー人材センターでの就業

### <就業について>

就業機会や収入を保障するものではありません。

### <就業日数・時間の範囲>

会員一人あたりの「就業日数」又は「就業時間」の範囲は次のとおりです。

月に 10 日程度以内 又は 週に 20 時間を超えない

## ■シルバー人材センターで取扱っている事（3事業）

### <受託事業（請負・委任）>

「**請負**」又は「**委任**」による就業形態で「**会員とセンター**」及び「**会員と発注者**」との間に**雇用関係が生じない**ことが特徴です。仕事の報酬は「**配分金**」と呼び、所得税法上、**雑所得**となります。

なお、労働関係法規（労働基準法、雇用保険法等）は適用されません。

### <労働者派遣事業>

当センターの上部団体である「**公益社団法人北海道シルバー人材センター連合会**」と**雇用契約を締結し**、発注者の事業所に派遣する就業形態で仕事の報酬は「**賃金**」です。各種労働関係法規が適用されます。

### <職業紹介事業>

発注者から求人申込を受け、会員を紹介します。会員は発注者に雇用されて就業します。

※当センターでは近年「**職業紹介事業**」の実績はありません。

## ■仕事の流れ

センターでは、発注者から依頼のあった仕事の内容や条件等を考慮し、**適任と思われる会員に連絡**します。

入会しても就業の提供があるとは限りません。

また、ハローワーク等とは異なり、センターに常時仕事がある訳ではなく、お客様から仕事の依頼があって初めて仕事を提供することが出来るシステムです。

センターから就業内容等を説明しますので、仕事を「**引き受ける**」又は「**引き受けない**」は個人の判断によります。



## ■傷害保険・損害保険

就業中及び就業先への往復時に万一の事故等がおきた場合に対応するため、センターでは「団体傷害保険」及び「総合賠償責任保険」に加入しています。就業中等に事故が発生した場合はすぐにセンター事務局へ連絡してください。

## ■自己受注の禁止

仕事の契約は、センターとお客様の間で結びます。もし会員に直接依頼があった場合は必ずセンターへ連絡して下さい。

センターを通さず、会員がお客様から直接、仕事を受注（自己受注）し、就業後に事後報告の形でセンターへ報告があっても配分金の支払い及び事故の対する補償（保険等）は対象となりません。

直接、就業依頼を受けた場合は、作業前にお客様にセンターへ連絡していただくか、会員からセンターへ連絡してください。

## ■会費について

公益社団法人として自主的な運営が図られるべきであり、そのため会費を徴収することは公益社団法人の基本にかかわる事項です。

会費は、活動するしないにかかわらず、「会員である」ことによって必然的に要する経費や「会員として参加する」ことによって必要となる経費が基本となります（総会の開催や会報の発行、保険など）。

## ■「地域班」及び「職群班」について

会員と地域の結びつきを深め、事業運営を円滑に行うため、会員相互の交流を図り、センターとを結ぶパイプの役割を果たす「地域班」が設置されています。

また、グループ就業の効率化を推進するため、「職群班」を設置しています。

「自主・自立」の精神の下、会員が自主的・自発的に活動を行っていますので積極的な参加をお願いします。

## 「配分金見積基準表」の改定について(令和6年4月より)

令和5年4月に改定した配分金見積基準単価について、令和5年10月1日発効の北海道最低賃金（時間額960円）と現行の最低配分金額との間に乖離が生じたことから、配分金見積基準表検討委員会において改定に向けた検討を重ね、新「配分金見積基準表」（案）を作成しました。

新「配分金見積基準表」（案）は、第3回理事会（令和5年11月24日開催）で承認を得ましたので令和6年4月1日より新しい「配分金見積基準表」での運用となります。

### <改定の概要>

令和5年10月1日に発効された北海道の最低賃金（時間額960円）を考慮し、時間単価で設定している職種は一律40円（最低賃金引上額）を加算。更に見直しが必要と思われる職種（筆耕関係、夜間施設管理、農作業）について個別に見直しを行いました。

また、業務の都合上、自宅から作業場所までの車両を使用した場合の交通費（改定前500円）について昨今のガソリン代高騰等を考慮し、600円に改定します。

※「配分金見積基準単価」及び「交通費」は見積時の基準として定めたものであり、契約によって異なる場合があります。

# 札幌市シルバー人材センターから おすすめ カンタン 筋トレ体操

## 高齢者の転倒防止に向けて

本州とくらべると、まだまだ寒い4月の北海道ですが、道産子からすると、いつもどおりの春が到来しました！

毎年のことですが、ゴールデンウィークを過ぎないと、暖かく感じないのが北海道。

そんな少し寒い春ですが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。

さて、今年の冬はいつになく、会員の方から「転倒して病院へ行った」とか「転んで手をついたら骨折した」…等、多くのご連絡をいただきました。今季に限らず冬の路面はツルツルで滑ることは、会員のみなさんは、よくご存じで気をつけていると思うのですが、残念ながら転んでいるようです。原因として考えられることは「油断」と「筋力低下」。

もし、ツルっと滑っても、去年は柔軟さと筋力で耐えていたと思いますが、今年は違いました。耐えきれず転倒。少しキツイことをお伝えしますが、みなさん昨年できていたことが今年もできるとは思っていませんか？ ヤル気、気力は十分ですが、日々、衰える身体（筋力）は避けられません。前号でもお伝えしましたが、一般的に筋力の低下が体幹の衰えを招き転倒しやすくなります。

また、筋力アップは脳の活性化、認知症予防にもおすすめなのです。

この会報を見たそこのあなた！ ぜひ始めてみませんか？

では、前号に続き、「おすすめカンタン筋トレ体操」から④～⑥をご紹介します。

健康で活動的な生活を続けるために継続していきましょう！



## 筋トレバージョン

### ④ ガッツポーズ

ニ/ヤキッ



### ⑤ ツイスト



体幹をひねる筋肉・  
股関節まわりの筋肉を  
鍛え、ふらつき軽減

### ⑥ 肩回し



肩まわりの柔軟  
呼吸や発声に効果

## 屋外就業の季節がはじまりました。

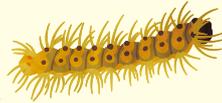
春、気温の上昇とともに草木、花とともに、虫たちの活動も活発化してきますので、注意が必要です。

昨年は、害虫による5件の事故報告がありました（毛虫：2件、ハチ：3件）

害虫には  
注意です!!

## ◎害虫対策として

## 6月頃



- ・肌を隠せる服にしましょう
- ・軍手等の手袋を着用しましょう
- ・毛虫には絶対に触れない、触らない
- ・もし、刺されたら…こすらない、搔かない
- ・もし、刺されたら…流水で洗い流しましょう 等

## 8月頃



- ・黒い服、色の濃い服装は避けましょう
- ・帽子は白いものをかぶりましょう
- ・香水、整髪料など強い香りのするものは避けましょう
- ・もし、刺されたら…すぐ逃げる
- ・もし、刺されたら…流水で絞り洗いしましょう 等

## ◎刺されたときは、万が一を考え、病院へ行きましょう!!

## 年に一度は健康診断を受けましょう!

安全就業基準第2条には「会員は心身共に健康であることが安全就業の前提である」と明記されています。

## 健康診断の必要性

早期には自覚症状がなく、症状が現れた時にはすでに進行しているという病気は少なくありません。症状のない病気を早期に発見するには、無症状のうちから定期的な健康診断を受けることが大切です。ご自身の健康を守るためにも、まずは一人ひとりが自分の身体に向き合うことが予防の第一歩です。

## 健康診断の目的

- 【一次予防】健診結果から生活習慣の改善をし、病気を予防する。
- 【二次予防】病気を早期に発見し、早期治療につなげる。

## 健康診断の心がまえ(6か条)

1. 毎年欠かさず健診を受ける
2. 健診結果に必ず目をとおり、保存する
3. 結果はきちんと受け止める
4. 気になることがあれば健診機関に相談する
5. 再検査（精密検査）を恐れない、面倒がらない
6. 「異常なし」を過信せず、日頃から身体のチェック



## ◇ 事務職員に異動がありました ◇

【異 動】			
	氏 名	発 令 職	現 職
4/ 1付	西 尾 雅 樹	北 支 部 事務所長	西 支 部 事務職員
【採 用】			
1/11付	平 田 雅 治	採 用	中央支部 事務職員
1/22付	加 納 康 司	採 用	中央支部 事務職員
3/11付	漆 山 一 志	採 用	西 支 部 事務職員
4/ 1付	島 津 孝 紀	採 用	総 務 課 事務職員
【退 職】			
3/31付	千 葉 晃 久	退 職	北 支 部 事務所長

## 会員による『普及啓発チラシ』配布のお願い

多くの会員の皆様の就業機会が得られるように、毎年実施している会員による普及啓発チラシの配布については、着実にその成果をあげており、今年度も第1回目の配布を実施します。

今回、会報「シルバーさつぽろ第131号」に併せて、普及啓発チラシをお届けいたしますので、ご近所、就業先の近隣、あるいは参加される会合などでお配りいただきますようお願いいたします。

なお、チラシは一人10枚程度お届けしますが、不足の場合は各支部事務所に予備がありますのでご利用願います。また、配布の際には交通事故等に十分お気をつけください。

## お願い 会員の「緊急連絡先」の更新連絡について

会員の皆様におかれましては、就業中のケガなど緊急の際に使用する「緊急連絡先」を入会時にお知らせいただいておりますが、年月の経過等により連絡がつかないケースが散見されます。



万一の事態に備え、「**緊急連絡先**」に変更が生じた際は、**速やかにお近くの支部事務所まで連絡**をお願いいたします

## 緊急時の連絡体制について

緊急時とは、当センターが休業日（土・日・祝祭日・年末年始）において、就業中（就業先と自宅との往復途上を含む。）の会員が不慮の事故・急病等により緊急車両で病院に搬送された場合、または就業中の会員が不慮の事故を起こし、お客様や一般市民に傷害・損害を与えた場合で、ただちにセンターと連絡を取る必要がある時のみであり、この場合の連絡体制は下記のとおりとします。

会員が所属する地域班と支部		緊急連絡先	
		第1次連絡先	第2次連絡先（所属支部所長が不在で連絡が取れない場合）
中央支部	「中央区・豊平区・南区」地域班	中央支部所長 携帯 <b>090-3777-3324</b>	下記のいずれかに連絡すること。 事務局長 携帯 <b>090-6218-2155</b> 総務課長 携帯 <b>090-3899-9693</b>
東支部	「白石区・厚別区・清田区」地域班	東支部所長 携帯 <b>090-3899-9711</b>	
西支部	「西区・手稲区」地域班	西支部所長 携帯 <b>090-3899-9671</b>	
北支部	「北区・東区」地域班	北支部所長 携帯 <b>080-9986-1856</b>	

※ 緊急時以外で、上記の電話番号への連絡はご遠慮下さい。

## 編集後記

長い積雪期を経て雪解け、そして待望の百花繚乱の候へと再び季節は移ろいますが、読者のみなさま方は、どのように越冬されましたでしょうか。

私は、十数年前に道外から札幌に転居してまいりましたが、五十路を過ぎてから、生まれて初めて凍結した道路を歩かねばならない現実に怯えました。頭部直撃の転倒も経験し、越冬はもう命がけ。涼しい顔をして歩ける道産子の夫に、この恐怖感を理解してもらうまでも、かなりの時間を要しました。この一点をもって、生まれながらの道産子さんたちとは違うのだ、自分は異邦人なのだと寂しく思っておりました。

ところが、何年か前の初冬のある日、某入浴施設を訪れた折のこと。ぴかぴかのシルバー世代のご婦人お二人が、雪の季節の到来に、お互いに覚悟しながらいたわり合っている会話に接したのです。

「ああ、またつらい季節が来てしまったね」「転ばないように、頑張ろうね」

シルバー万歳！ 私も道産子の仲間入りができたと思えた瞬間でした。春を待ちわびる時期になると、おのずと、感謝の思いとともに、あのお二人のことが思われるのです。  
(記 加藤千鶴)

## 事業実績

### 会員数

3,412人

<男性> <女性>

2,555人 857人

### 契約件数

14,149件

### 契約金額

841,008,467円

令和6年2月末現在