Silver sapporo

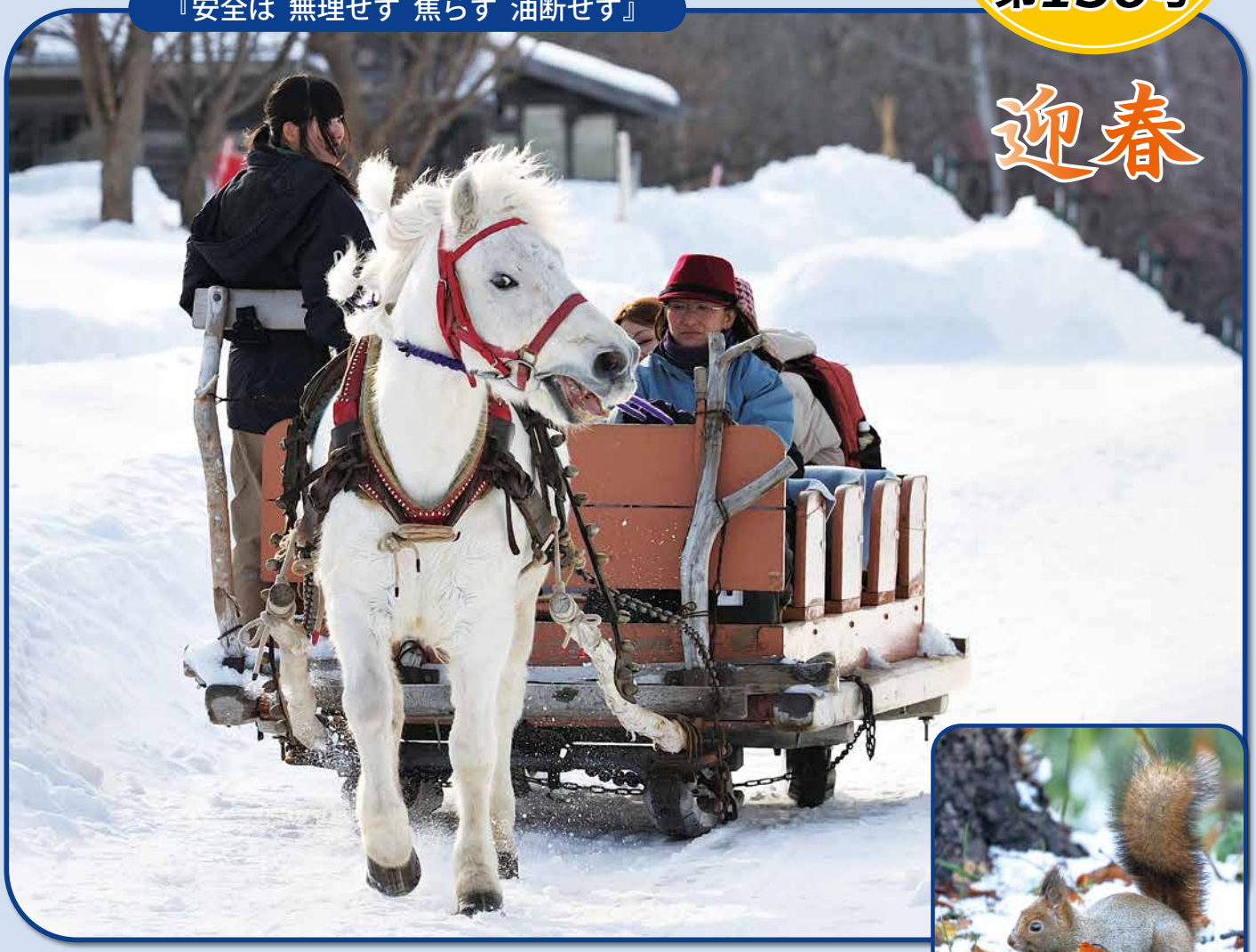
シルバーさっぽろ

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８年1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

2026
1
第136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』



北海道開拓の村

もくじ

●新年のご挨拶　理事長　榊 英司 …… 2
●年頭のごあいさつ　札幌市長　秋元克広 …… 3
●各種会議が開催されました …… 4
●札幌市に対しての要請活動を実施／令和７年度 賛助会員のご紹介 …… 5
●地域班活動のようす …… 6～7
●市役所にてパネル展を実施／更新研修・ヘッジトリマー研修会について …… 8
●「シルボンヌほっかいどう大会」の開催報告／職員の紹介 …… 9
●「会員 WEB サービス」をご活用ください！ …… 10
●「シルバーフェスティバル」の開催報告／「配分金見積基準表」の改定について …… 11
●おすすめカンタン脳トレ体操 …… 12
●会員のみなさまへお願いです！／雪道での転倒事故にご注意！ …… 13
●配分金に関わる確定申告について …… 14
●事務局からのお知らせ …… 15～16

シルバー人材センター
（愛称 生き活きセンター）

新年のご挨拶

理事長　榊　　英　司

新年明けましておめでとうございます。

札幌市シルバー人材センターの会員の方をはじめといたしまして、事業の関係の皆さまには、お健やかに令和８年の初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃より当センターの運営につきまして、格別のご理解とご協力を賜りまして、心より厚くお礼を申し上げます。

我が国においては、人口の減少さらには超高齢化社会が進んでおり、また、人手不足も叫ばれる中、地域に開かれた団体として、働く意欲のある高齢者の方々に、地域に密着した様々な就業機会を提供する当センターの役割は、今後一層大きくなると考えております。

今年度のこれまでの当センターの事業実績を振り返りますと、残念ながら会員数や契約件数、契約金額、就業延人員など、前年度を上回る状況にはありません。

今年度は、当センターの第４次基本計画の初年度となりますが、その中で掲げている数値目標のうち、会員数は今年度3,600人から令和９年度4,000人まで、毎年200人増を目標としております。

この会員数の拡大は、喫緊の課題であり、これまで行ってきた普及啓発活動に加えて、新たな試みも必要であり、現在、夫婦会員の会費減免制の検討、また市内の町内会の回覧に、当センターの普及啓発用のチラシを添付してもらうことを順次お願いすることとしております。

特に、女性会員の拡大は、これから重要となりますが、昨年11月に本市で開催されました「シルボンヌほっかいどう大会」は、活躍する当センターの女性会員が中心となり、就業事例の紹介、ワークショップなどを行い、女性高齢者の新規入会に大いに貢献したところです。

当センター事業においては、インボイス制度による消費税負担について、本年10月から負担軽減の経過措置が８割から５割になることに伴う経費増への対応、また「フリーランス法」の施行に伴う新しい契約方法の見直しについて導入の可否を検討することなど、早急に解決すべき課題が続いておりますが、役職員一丸となって、今後も会員の皆さまが安心して仕事に就ける体制づくりに努めてまいります。

結びにあたり、皆さまのご健勝とご多幸をお祈りいたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

年頭のごあいさつ

札幌市長　秋　元　克　広

新年あけましておめでとうございます。清々しい新春を迎え、貴センターの会員の皆様におかれましては、活気に満ちた新年をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。年頭にあたり謹んでごあいさつを申し上げます。

平素より、貴センターは、高齢者の社会参加と生きがいの充実と健康の推進に大いに寄与されるとともに、会員の皆様が培われた知識や経験のもと地域社会への貢献をされていることに、深く敬意を表します。

私が市長に就任してから10年半あまりが経過し、３期目の任期も終盤に差しかかります。急速に進む国際情勢の変化や物価高、少子高齢化に伴う人手不足などにより、市政を取り巻く環境は厳しさを増しておりますが、引き続き、私の思い描く「誰もが安心して暮らし生涯現役として輝き続ける街」「世界都市としての魅力と活力を創造し続ける街」の実現に向けて、今年も全力で取り組んでまいります。

さて、昨年を振り返りますと、誰もが互いに個性を尊重され能力を発揮できる共生社会の実現を目指して「札幌市誰もがつながり合う共生のまちづくり条例」を制定いたしました。この条例が目指す社会の実現のためには、貴センターが掲げる「自主・自立、共働・共助」の基本理念の下、会員の皆様の地域社会でのご活躍が非常に重要であると認識しております。

人生100年時代といわれる中、市民一人ひとりが、精神的にも身体的にも、そして社会的にも満たされた状態である「Ｗｅｌｌ－ｂｅｉｎｇ（ウェルビーイング）」を向上する取組が重要と考えております。その取組の一つに、本年４月からは、「歩く」「人と会う」「健康管理」などの身近な健康行動を見える化する健康アプリ「アルカサル」の本格運用を開始し、市民の皆様の健康寿命の延伸につなげてまいります。

今後、本市は、人口減少やそれに伴う市内経済規模の縮小、税収の減少、社会保障費の増大など数多くの課題に直面します。多様化するさまざまな社会課題に迅速に取り組んでいくためには、行政のみならず、市民・企業の皆様との協働が必要不可欠です。皆様には、引き続き、ご理解ご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

最後に、貴センターの益々のご発展と、会員の皆様が健康で実り多い一年となりますよう、心からお祈り申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。

謹んで新年のご祝詞を申し上げます

理事長　榊　英司
副理事長　田中洋一
副理事長　中村晏雄
副理事長　平　詔子
常務理事　北林貴人
理事　藤村和三郎
理事　松浦日出男
理事　吉田英治
理事　小島修一
理事　神野政幸
理事　松村信夫
理事　瀧尾よし子
理事　渡利千佳子
理事　風間忠勝
理事　箭原恭子
理事　守屋　光
理事　小松祐司
監事　佐々木　武
監事　樋口雅宏
他　職員一同

各種会議が開催されました

地域班運営委員長連絡会議

令和７年度　第２回　令和７年７月 25 日開催

(1)　報告事項
①各種委員会の委員長等について
②令和6年度の事故発生状況について
③事故措置審議会の審議結果について
④「就業期限基準」の一部改定について
⑤「就業期限基準」（５年基準）対象者への対応について
⑥令和７年度 第２回地域班女性部長連絡会議の開催結果について
⑦令和７年度「第１回スマホ講習会」の開催結果について
⑧令和７年度「第２回スマホ講習会」の開催等について
⑨各種イベント等での普及啓発活動について
⑩「シルボンヌほっかいどう大会」（道シ連主催）の開催について

(2)　協議事項
①「シルバーフェスティバル」（道シ連主催）等への協力について
②会報「シルバーさっぽろ」の配布方法について（継続審議事項）

(3)　その他
①令和７年度 地域班運営委員会等活動実施報告書（上半期分）の提出について
②2026年版会員手帳について
③会報第135号（令和７年８月）の発送予定について

令和７年度　第３回　令和７年 11 月 14 日開催

(1)　報告事項
①「シルバーフェスティバル」（道シ連主催）の開催結果について
②「スマホ講習会」の開催結果について
③「第２回事故措置審議会」の審議結果について
④「配分金見積基準表」の改定（案）について
⑤「シルボンヌほっかいどう大会」（道シ連主催）の開催について（その２）

(2)　協議事項
①令和７年度「会員継続調査」の実施について
②令和８年度の地域班活動費及び組織活動費について

(3)　その他

配分金見積基準表検討委員会

令和７年度　第１回　令和７年 10 月３日開催

(1)　議　事
①「配分金見積基準表」改定にあたっての確認事項等
②新「配分金見積基準表」（案）の作成について

令和７年度　第２回　令和７年 10 月 10 日開催

(1)　議　事
①新「配分金見積基準表」（案）の作成について
②その他

令和７年度　第３回　令和７年 10 月 17 日開催

(1)　議　事
①新「配分金見積基準表」（案）の作成について
②理事会への提案内容について
③その他

理　　事　　会

令和７年度　第２回　令和７年８月 29 日開催

(1)　報告事項
報告第１号　会員の入退会状況について（～７月）
報告第２号　事業実績について（～７月）
報告第３号　前回理事会以降の会議・行事について
報告第４号　今後実施の会議・行事について
報告第５号　各種委員会の委員長等について
報告第６号　就業期限基準（５年基準）対象者への対応について
報告第７号　「シルバーフェスティバル」（道シ連主催）の開催について
報告第８号　「シルボンヌほっかいどう大会」（道シ連主催）の開催について

(2)　議　案
議案第１号　札幌市への要請活動の件

(3)　その他

令和７年度　第３回　令和７年 11 月 28 日開催

(1)　報告事項
報告第１号　会員の入退会状況について（～ 10 月）
報告第２号　事業実績について（～ 10 月）
報告第３号　前回理事会以降の会議・行事について
報告第４号　今後実施の会議・行事について
報告第５号　札幌市への要請活動の実施について
報告第６号　令和７年度パネル展の開催結果について
報告第７号　「スマホ講習会」の開催結果について
報告第８号　「シルバーフェスティバル」（道シ連主催）の開催結果について
報告第９号　「シルボンヌほっかいどう大会」の開催結果について

(2)　議　案
議案第１号　令和７年度「会員継続調査」実施の件
議案第２号　諸規程の改定の件

(3)　その他

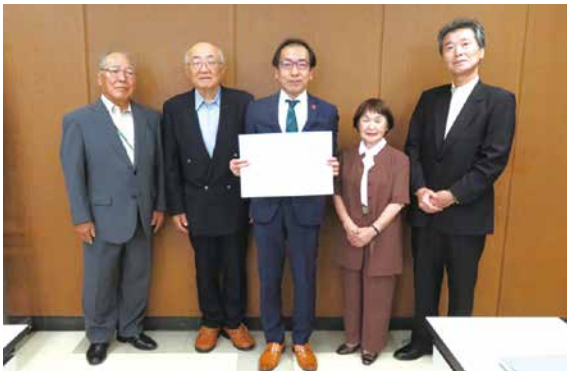
令和７年度　札幌市に対しての要請活動を実施

榊理事長、田中副理事長、平副理事長、中村（晏）副理事長及び北林常務理事の５名が札幌市役所を訪れ、坂井経済観光局長及び守屋経営支援・雇用労働担当部長に対し、「フリーランス法」施行に伴うセンターの対応や、会員拡大のための取組などを説明しました。また、会員拡大に向けた市の広報媒体による周知協力やセンター機能を十分発揮するための更なる財政支援、「広報誌配布業務」の対象地域拡大など業務発注の拡大について要請をしました。

坂井経済観光局長からは、「会員の平均年齢も徐々に高くなっているが、今の高齢者の方々は大変元気であり、シルバー人材センターの会員が活躍する機会は多々あると思う。

また、女性が活躍している事例等を広く紹介することで、興味を持った女性の入会が増えれば、結果として会員数の増につながると思う。

札幌市役所としても、引き続き「シルバー事業のＰＲ」について、イベントの参加やポスター掲出場所の提供等、出来る限り協力していくので、事業の発展拡充に努力していただきたい」と述べられました。



令和７年度　賛助会員のご紹介　ご協力ありがとうございます。（敬称略・順不同）

有限会社 コスモ保険センター	文化シャッター株式会社 北海道支店
耕仁会 セージュ新ことに	一般社団法人 北海道ハイヤー協会
株式会社 ジーイー工業	札幌新陽高等学校
社会福祉法人 万葉閣うららか	ロピア・エル稲積公園管理組合法人
公益社団法人 ふる里公苑	一般財団法人 札幌勤労者職業福祉センター
札幌商工会議所	札石ビル株式会社
耕仁会 セージュ山の手	慈啓会 ふれあいの郷 養護老人ホーム
社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会	社会福祉法人 さっぽろ慈啓会
株式会社 WorkVision	真宗大谷派 智徳寺
會澤高圧コンクリート株式会社	有限会社 ファンクリエイト
慈啓会 特別養護老人ホーム 札幌市稲寿園	NTT都市開発株式会社 北海道支店
株式会社 特殊衣料	キャリアバンク株式会社
公益社団法人 北海道マンション管理組合連合会	HRTニューオータニ株式会社
医療法人社団中田歯科医院	医療法人 勉仁会 中垣病院
有限会社 オフィスピュア	佐藤印刷株式会社
札幌龍谷学園高等学校	阿部鋼材株式会社
株式会社 集楽園	公益財団法人 産業雇用安定センター 北海道事務所
旭運輸株式会社	カルチェド札幌管理組合法人
伊夜日子神社	宗教法人 カトリック殉教者聖ゲオルギオのフランシスコ修道会

地域班活動のようす

●中央区　●白石区
●厚別区

中央支部　●中央区地域班

積雪期に向かい、我々中央区地域班は、植木の積雪対策として、縄しばり・竹囲い・幹吊り等々を行う、本格的な冬囲い作業のシーズンを迎えております。今後、11 月から 12 月初旬にかけてほとんど休みなく活動を行う予定です。また、季節柄天候も安定しており、作業をくまなく消化できると期待しております。

作業は、3 ～ 4 名でチーム編成をして、お互いに協力して行っております。チームリーダーは、個人の都合や技量等に配慮して作業の手順・日程等を定めております。幸いにして、我々の作業は格別の不都合が発生することなく、安全面に注意しつつ、順調に進められております。これは、作業の内容や手順が、ベテランのメンバーにとっては極めて慣れ親しんだものであることによるものと思われます。また、初心者に対する指導も、無理なく遺漏なく速やかに行われ、技量の取得およびその向上に資するところ大であります。　（記　11 月上旬　臼田 正）

地域班運営委員会

10 月 14 日は、旧聖心女子学院での中央区庭四種（手刈り除草を含む）の自主研修最終日でした。

当日の朝、全く見知らぬ人が 4 人も参加しており、びっくりしました。今までの参加者はだいたい限られており、少し困っていたところでした。最初は、恐る恐る名前をうかがったものです。その手元を見ると、新会員に向けた中央区職群班長からの自主研修の知らせが握りしめられていました。

冬囲い自主研修

今年度から、新会員の庭仕事希望者に対して、自主研修の案内はがきを出すことにしたのです。その結果、新会員の自主研修参加が増えたのだと思います。

12 月に入って、庭の冬囲いの仕事もすっかり終わりました。新会員 4 人の方々は実務作業を通して、悩みながらもかなり仕事ができるようになってきました。今年から新たな戦力が加わり、楽しみが増えました。

みんなで、いろいろ迷ったり、悩んだりしながら、これからも和気あいあいとやっていこうと思っています。

（記　塚田義廣）

東支部　●白石区地域班

1．普及啓発活動：地下鉄白石駅近隣にてチラシ入りティッシュの配布

10 月 15 日(水)役員および有志 12 名が白石区役所前に集まり、米山委員長よりあいさつおよび注意事項の説明後、10 時から配布活動を実施しました。用意した 700 個を約 40 分で配り終えました。

配布中、数人の方から「シルバー人材センターへの入会について」等の質問が寄せられ、概要を説明するとともに、詳細については「東支部」の方へ連絡していただくようご案内しました。

その後、近くのお店で皆でお茶を飲みながら歓談しました。

寒い日でしたが、参加の皆さんは温かい飲み物をいただき、達成感とともに笑顔で帰宅しました。（記　松本恭子）

普及啓発活動

２. 第３回女性部会：講演会

９月 29 日(月)13 時 30 分～ 15 時 30 分　区民センターにおいて、シルバー事業の紹介、特に女性部の活動を知っていただき、女性会員の拡大を図る目的で、一般の方々も参加する女性部会を開催しました。

その中で、会員の皆さまがご友人等を誘い易いよう、講師 稲村和雄様、サポーター高杉誠一会員による『三船（さんせん）遭難事件』について講演していただきました。終戦から１週間後、樺太からの引上げ船３隻が留萌沖でソ連軍の潜水艦に攻撃を受け、1,700 人あまりの犠牲者がでるという事件がありました。稲村様は当時 16 歳で、この船に乗っており被害に遭いました。この悲劇を後世に伝えたいとの深い思いから、紙芝居を作りお話しくださいました。

現在 96 歳の稲村様の貴重な体験談を、女性会員だけではなく、たくさんの方々に聞いてもらいたいとの声があり、広くお声がけし、お誘いさせていただいたところ、52 名のご参加がありました。

なお、この講演会の様子は「北海道新聞」に地域の話題として掲載されました。　（記　平 詔子）

女性部会講演会

東支部 ●厚別区地域班

令和７年度の活動方針として、会員間の交流意思疎通をテーマとしました。

コロナ感染症拡大以後、会員が集う機会が減り、参加も少なくなり、種々の行事・集会に参加しないことが当然のような風潮で、地域班の行事参加もご多分に漏れず、ひどい低迷状態に陥ってしまいました。そこで捲土重来、会員交流を一からやり直す計画を実行しました。

第１弾：５月８日　会員でのレクリエーションとして円山動物園見学会を企画し、小川副委員長が担当し、手作りの独特なポスターを配布し、14 名が参加しました。昼食時には参加会員全員と親交を深めました。

第２弾：10 月６日　会員交流会を区民センターで開催、厚別区内４地域の介護予防センターの指導協力を得て、今回も小川副委員長のポスターで PR、参加者 28 名全員で転倒防止体操を行い、日頃の不摂生と身体の機能低下を認識しました。その後、４グループに分かれて、シルバー人材センターの活動に日頃から抱いている思い等を話し合い、各グループの代表が意見発表を行い、有意義な時間となりました。

第３弾：12 月に年末反省会を開催することを企画しています。

第４弾：２月に介護予防センターの協力を得て体力測定会と軽い運動を企画し、準備協議中です。

（記　田中洋一）

円山動物園見学会

会員交流会

令和7年度 パネル展 市役所ロビーにて開催

毎年恒例となっております、札幌市シルバー人材センター主催のパネル展が、令和７年度も札幌市役所１階ロビーにて、９月８日（月）から９月12日（金）までの５日間にわたり開催されました。

昨年に続き、９月第２週の開催となった本展は、コロナ収束宣言から３年を経て、社会全体の活動が徐々に日常を取り戻す中、来場者数も年々増加傾向にあります（約20％増）。外出機会の増加や地域イベントへの関心の高まりが、来場者の増加につながっているものと思われます。

会場では、展示されたパネルに多くの方が足を止め、資料を手に取りながら熱心にご覧いただく姿が見受けられました。中には、展示内容に関心を持たれた方が受付にて質問を寄せられる場面もあり、活発な交流の場となりました。次回もより多くの方にご来場いただき、シルバー人材センターの活動への理解が深まること、そして新たな入会者の増加につながることを期待しています。

研 修 会 の ご 案 内

■ 更新研修

研修会場	リフレサッポロ１階会議室Ａ（札幌市白石区本通16丁目南４－26）
開催日時	**全３回開催（令和８年３月３日・３月６日・３月10日）** **10時～12時　（約２時間程度）（開場９時）**
	＜注意＞同一日に受講希望者が偏った場合は抽選となり、他の日に変更を依頼する場合があります
受講対象者	①「植木の手入れ」「植木の冬囲い」「除草（機械）」（以降、庭三職種という）のいずれかの技能研修会を令和２年度に受講し、【C】以上の判定評価を受けた会員 （※ 庭三職種いずれかの研修を受講してから５年経過した方が対象になります） ②昨年度受講対象者であったが、本人の都合により未受講であった会員 ③更新研修を受講してから５年経過した会員
受講義務	**更新研修の受講は義務とし、期限内に受講しない場合は、庭三職種に就業することはできません** ただし、期限内に更新研修を受講しなかった場合、保有している判定評価を喪失することはありませんが、次年度は庭三職種に就業することができません 就業を希望する場合は、改めて更新研修を受講することで就業可能となります

■ ヘッジトリマー研修

研修会場	リフレサッポロ１階会議室Ａ（札幌市白石区本通16丁目南４－26）
開催日時	**令和８年３月９日（月）　10時～11時30分（約１時間半程度）**
受講対象者	①令和７年度の植木の手入れ研修において【B】以上の判定評価を受けた会員 ②昨年度受講対象者であったが、本人の都合により未受講であった会員

■ 申込方法（更新・ヘッジトリマー共通）

①の会員	①の会員については、事務局より案内文書を郵送します
②の会員	②の会員については、ご自身での申し込みになりますので、下記の要領でお申し込み下さい

※**電話での申し込みは受け付けておりません。**文書（郵便・FAX・電子メール）で、研修名・研修日・住所・氏名・会員番号・電話番号をご記入の上、お申し込み下さい（申込用紙は各支部事務所にも用意しています）

■ 申し込みまたはお問い合わせ先

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

女性のための交流イベント「シルボンヌほっかいどう大会」開催報告

女性の新規入会促進および会員の交流を目的とした「シルボンヌほっかいどう大会」が、令和7年11月25日(火)、ホテルポールスター札幌で開催されました。主催者である（公社）北海道シルバー人材センター連合会のほか、札幌・江別・北広島・恵庭・石狩の各シルバー人材センターが参加し、275名が来場する盛況となりました。

■主な内容

女性会員による就業事例発表やパフォーマンスをはじめ、メイク・アロマ・手芸・ストレッチ・フラダンスなどの体験型ワークショップ、大抽選会、成果品展示、入会相談など多彩な企画が行われました。

■当センターの取り組み

司会として栗葉貴代子会員(東区)、就業事例発表として石川律子会員(手稲区)、橋津裕子会員(北区)が参加しました。また、石川みどり会員(北区)と大野ヤエ子会員(北区)がワークショップ講師を務めたほか、中央区・西区・手稲区・北区の同好会による裁縫作品の展示、事務局による入会相談コーナーも出展しました。

■開催成果

来場者アンケートでは、「多様な仕事があることを知った」「生き生きと働く姿に励まされた」「入会したいと思った」などの声が寄せられ、シルバー人材センター事業への理解が一層深まりました。
また、入会相談には16名が訪れ、そのうち3名が入会に繋がりました。

職員の紹介

所属：東支部　高倉　肇

令和元年４月中央支部に入職、令和５年10月より東支部にて勤務しております。入職当時は65歳定年で、在籍期間は２年程度と軽く考えておりましたが、あれよ、あれよという間に、定年が68歳に、それが70歳まで延長になり、結果７年余りもお世話になることになりました。今まで関わって下さった皆さまに、改めて感謝申し上げます。

現在の楽しみは、大谷翔平選手の活躍が見られるMLBのテレビ観戦です。大谷選手がホームランを打った日は一日中心晴れやかで、自ずと仕事も順調に進みます。

また、当初は肥満対策で始めた山登りですが、今も時間が空けば近郊の山々を登っています。ところが、最近は若い女の子に情け容赦なく追い越され、毎回悔しい思いをさせられています。そして何より楽しいのは、幼い孫といっしょに過ごす時間です。きっとご賛同いただける方も多いと思いますが、可愛いけれどお金がかかりすぎるのが玉に瑕ですね。

昨今では、フリーランス法への対応、それに伴うシステムの変更など、正直なところ私などは目眩を覚えます。ストレスが溜まった時は仲間と「乾杯！　乾杯！」を繰り返して解消です。

私のシルバーでの勤務も、山登りに例えれば、間もなく９合目に差し掛かるところです。あとはひたすら頂上を目指し、そこからの景色と一杯のビールを楽しみに、不慮の怪我や病に気をつけ、会員皆さまのお力添えをいただきながら、もうひと頑張りをしなければと思う今日この頃です。

今後とも引き続きご指導、ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

「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」**、**「就業条件明示書」**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り組みをしておりますので、ぜひ、積極的な活用をお願いします。

「ホーム」のイメージ

「お知らせ」のイメージ

「配分金」のイメージ

「明示書」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。

（例：３月４日→ 0304）

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？＞

退会後は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８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。

「シルバーフェスティバル」の開催報告

（公社）北海道シルバー人材センター連合会（道シ連）主催の「シルバーフェスティバル」が、令和7年10月31日（金）、札幌駅地下歩行空間（チ・カ・ホ）北3条交差点広場で開催されました。
札幌近隣のシルバー人材センター（6センター）も参加し、事業の普及啓発活動を行いました。

■主な内容

来場者への啓発物配布や事業紹介パネルの展示、相談コーナーの設置のほか、各センターによる裁縫作品展示や木工製品・リフォーム製品、農産物やジャム・ソースの販売など、多彩な催しで来場者を迎えました。

■当センターの取り組み

各区地域班の協力を得てチラシ入りポケットティッシュ1,500個を配布するとともに、女性会員の拡充を目的とした裁縫作品の展示や、チエブクロー着ぐるみによる啓発活動を実施しました。また、相談コーナーを設置し、入会希望者や事業内容に関する相談にも対応しました。

■開催成果

来場者数は1,668名にのぼり、ポケットティッシュは全て配布されました。相談コーナーには29名が訪れ、そのうち4名が入会に繋がるなど、一定の普及啓発効果が得られました。

「配分金見積基準表」の改定について（令和８年４月より）

令和７年４月に改定した配分金見積基準単価について、令和７年 10 月４日発効の北海道最低賃金（時間額 1,075 円）との間に乖離が生じたため、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７年 11 月 28 日開催）で承認されましたので令和８年４月１日より運用を開始します。

＜改定の概要＞

・北海道の最低賃金（時間額 1,075 円）を考慮し、時間単価で設定している職種は一律 66 円（最低賃金引上げ額相当）を加算しました。
・「植木の手入れ」「植木の冬囲い（外しを含む）」「除草（機械）」職種については、個別に単価の調整を行いました。
・筆耕関係職種は、前回改定時に大幅な引き上げを行ったため、今回の改定では単価を据え置きます。
※「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 脳トレ体操

新シリーズ　『脳』を鍛えて、転ばない毎日へ～

冬本番、寒い日が続いておりますが、皆さまお元気にお過ごしでしょうか？

さて、これまで「ストレッチ体操」「筋トレ体操」と紹介してきましたが、今回から新シリーズ「脳トレ体操」がスタートします。趣味を楽しんだり、元気にお仕事を続けたりするには、やっぱり健康でいることが大切ですよね。そんな健康を長く保つためには、筋力や柔軟さだけじゃなくて、筋肉に動きを伝える『脳』が元気でいることも、とても大事なことです。

また、年齢とともに低下する記憶力や集中力を高めるには、『脳』に適度な刺激を与えることが重要と言われています。『脳』と身体を同時に使う「脳トレ体操」は、まさにうってつけです。バランス感覚や反応力を高め、転倒防止にも役立つ体操です。最初は上手にできなくても構いません。始めることが大切です。寒さを理由に家にこもり、居間のソファーでテレビやスマホの動画ばかりを見て、運動不足な毎日を過ごしているそこのあなた!!　「転倒→骨折→入院→寝たきり」とならないために、日々の生活に「脳トレ体操」を取り入れてみることをオススメします。

サッポロスマイル体操　脳トレバージョン

会員のみなさまへおねがいです！

除雪していただける会員が
不足しています
会員のみなさまのお力を高齢者世帯の
除雪サポートにいかしませんか？

希望する方は支部までご連絡ください。

雪道での転倒事故にご注意！

配分金に関わる確定申告について

シルバー人材センターの仕事をして得た『配分金』は、所得税法では「雑所得」として取り扱われますので、課税対象者になると思われる会員の方は、各自において最寄りの税務署に申告が必要となります。計算方法などは、下記の事例を参考にしてください。

なお、『配分金』については65万円の特例控除が認められています。当センターでは令和７年分の『配分金支払証明書』を発行いたしますので、必要な方は、１月30日(金)までに各支部事務所までご連絡ください。２月２日(月)以降送付いたします。

事例1　会員の収入が配分金のみの場合

(配分金 － 配分金の特例控除(65万円) － 基礎控除 ※1)× 所得税率 ＝ 所得税額

事例2　会員の収入が配分金と公的年金等複数ある場合

〔(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 ※2) －
基礎控除 ※1 － その他の所得控除 〕× 所得税率 ＝ 所得税額

※1　令和７年度税制改正より所得税の「基礎控除等」について見直しされました。
これに伴い、「基礎控除」の金額は合計所得に応じて変動いたします。
詳細につきましては国税庁ホームページ、または最寄りの税務署にてご確認ください。
※2　公的年金等控除額は、『配分金支払い証明書』に同封されている表を参考にしてください。

配分金収入、公的年金収入以外の収入のある方は、事例の取り扱いと異なりますので、最寄りの税務署へご相談ください。

年金を受給されている方へ
～確定申告が不要な場合があります～

税務署

公的年金等の収入金額（複数ある場合は合計した金額）が400万円以下であり、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の場合、所得税の確定申告は不要です。

（注）　税務署へ確定申告書を提出する必要がない場合であっても、住民税の申告が必要な場合があります。住民税に関する詳細はお住まいの市町村（市税事務所）にお尋ねください。

公的年金等の課税関係について詳しくはこちら→

上記に該当しない場合や、還付を受けるための確定申告書を提出する場合は…

マイナンバーカード と スマホ

を使ったご自宅からのe-Tax申告が便利です!!

スマホやパソコンなどで、ご自宅からのe-Tax申告を是非ご利用ください。

作成コーナー　検索　スマホの方は、こちらから!

確定申告は マイナポータル連携 で 自動入力

詳しくはこちら →

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無く、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。
症状の無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自身のからだ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し、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、日頃から体のチェック

会員のみなさんへお願いです !!

会員拡大のため「会員紹介カード」の積極的利用お願いします !!

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測の事故を起こし、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 **090-3777-3324**	下記のいずれかに連絡すること。 事務局長 携帯 **090-6218-2155** 総務課長 携帯 **090-3899-9693**
東支部	「白石区・厚別区・清田区」地域班	東支部所長 携帯 **090-3899-9711**	
西支部	「西区・手稲区」地域班	西支部所長 携帯 **090-3899-9671**	
北支部	「北区・東区」地域班	北支部所長 携帯 **080-9986-1856**	

※ 緊急時以外で、上記の電話番号への連絡はご遠慮下さい。

◇ 事務職員に異動がありました ◇

	氏名	【異動】発令職	旧職
12/ 1付	大野 浩	中央支部事務所長	西支部事務所長
12/ 1付	阿部 信幸	西支部事務所長	西支部主任
12/ 1付	平田 雅治	西支部	中央支部
		【採用】	
10/ 1付	田中 恵子	採用	総務課事務職員
		【退職】	
10/31付	遊佐 和子	退職	総務課主任
12/31付	日當 昇	退職	中央支部所長

会員継続調査について

毎年実施している**「会員継続調査」**を今年も実施いたします。会員継続調査票は本会報と一緒にお届けいたします。

この調査は会員の皆様の現状を正しく把握し、今後の札幌市シルバー人材センター事業運営の参考とするため、全会員を対象としております。

なお、ご提供いただいた「会員継続調査票」はプライバシーの保護に十分配慮し、調査以外には使用いたしません。

【注意事項】
1．返信用封筒をご使用ください。
2．返信用封筒は「会員継続調査票」返信専用ですので就業報告書等は入れないでください。
3．提出期限は令和８年１月 31 日必着でお願いします。
※返信用封筒には期限がありますので、期限を過ぎると切手が必要になりますのでご注意を願います。

お願い　会員の「緊急連絡先」の更新連絡について

会員の皆さまにおかれましては、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。

年会費のお支払いはお済みですか？

10 月中旬に未納の方へ納付書をお送りしましたが、まだお手続きがお済みでない方は、速やかにご納付くださいますようお願いいたします。

なお、３年以上お支払いがない場合は、規則により退会の手続きを取らせていただきます。

編集後記

1957 年大映製作のドキュメンタリー映画「白い山脈」と出会ったのは、母の腕に抱かれて映画館に入った３歳の春でした。本邦初の自然記録映画として日本映画史上に名を残すその作品には、ツキノワグマの親子が白銀のアルプス斜面を登っていると、ワシが飛来して、子グマを空高々とさらっていくシーンがありました。驚愕と恐怖を伴う悲しみのため、私は激しく泣きだし、母は慌てて映画館を飛び出すことになりました。「かわいそう」などという表現ではとても追いつかない、あの胸の痛みが、今でも忘れられません。

「アーバンベア」の脅威は、冬眠しないクマがいるかもしれないという札幌市にとっても切実です。駆除した自治体の役所に、「クマがかわいそう」という電話が殺到しているそうですが、もちろん「かわいそうに決まっている」のです。しかし、あの弱肉強食の非情な自然界同様、こちらもヒトとクマとの生存競争にほかなりません。

わが国を取り巻く国際情勢も穏やかならず、天災や獣害などの内憂も増している昨今ではありますが、会員の皆さまにとりまして、本年が息災であり、天馬の飛翔するがごときめでたい年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。　（記　加藤千鶴）

事業実績

会員数	
3,333 人	
＜男性＞	＜女性＞
2,450 人	883 人
契約件数	
12,660 件	
契約金額	
680,547,787 円	

令和７年 11 月末 現在