

Silver



令和5年度 第2号
発行 令和5年8月

本部事務局 TEL079-291-4000

URL: <http://www.himeji-sjc.or.jp/>

香寺連絡所TEL079-232-7600 安富連絡所TEL0790-64-8525

夢前連絡所TEL079-336-1600 家島連絡所TEL079-325-0311

会員数2,153人(男性1,279人、女性874人)【6月末現在】

●令和5年度姫路シルバーまつり実施計画(案)

姫路市シルバー人材センターを広く市民にPRし、会員の相互交流及び親睦を図ることを目的に開催します。

開催日時 令和5年11月26日(日) 午前10時30分から

開催場所 姫路市勤労市民会館 (姫路市中地354)

大会議室・展示室

【大会議室】

(1) オープニング

(2) 講演会

講師 芦屋市シルバー人材センター

傾聴対話士 瀧脇 節子 氏

(3) その他、落語会やマジックショーも企画予定

【1階展示室】

(1) シルバー人材センター紹介コーナー

① 会員による販売コーナーや教室等

② 会員のふれあい作品展・写真展

③ 入会案内コーナー

(2) 販売コーナー(野菜や地域名産品等)

(3) グルメコーナー

(4) キッズコーナー

会員の皆様にも「シルバーまつり」を盛り上げるために、ご参加いただきたいと考えています。講座の講師や、各種物販等やってみたいことがある方は奮ってご参加ください。

キリトリ

| | |
|------|---------|
| 会員番号 | |
| 氏名 | |
| 電話番号 | |
| 形式 | 販売 ・ 講師 |
| 内容 | |

締切日 令和5年9月20日(水)【FAX可】

◆姫路シルバーまつりボランティアスタッフ募集◆

ボランティアスタッフを募集します。皆様のご協力をお願いします。

日 時 令和5年11月26日(日)
午前9時から午後5時(予定)

場 所 姫路市勤労市民会館

資 格 シルバー人材センターの会員

※服装はスタッフジャンパーを着用、昼食及び手柄山駐車場の駐車券をお渡しします。

※業務従事中の傷害事故は保険の範囲内で対応します。

◆姫路シルバーまつり「会員ふれあい作品展」の出展者募集◆

会員の皆様の創作品を募集します。場所は展示室内にスペースを設けて実施します。市民の方に見ていただける絶好の機会ですので奮ってご出品ください。

日 時 令和5年11月26日(日)

場 所 姫路市勤労市民会館 展示室

内 容 書・絵画・手芸・写真・盆栽・木工品など

【出展作品の搬入出の日時等】

搬入 11月24日(金) 午前9時～午後4時の間に事務局へ出展作品を搬入してください。

搬出 11月26日(日) 午後4時以降に搬出してください。(時間厳守をお願いします。)

※ただし、上記時間帯に搬入搬出できない方は、事務局までご相談ください。

※出展作品には、地域班名・名前・作品名を添付してください。

キリトリ

ボランティアスタッフ申込書

| | |
|------|--|
| 会員番号 | |
| 氏名 | |
| 電話番号 | |

会員ふれあい作品展出展申込書

| | |
|-------|--|
| 作品の種類 | |
| 作品の題名 | |
| 出展数 | |
| 会員番号 | |
| 氏名 | |
| 電話番号 | |

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

◆就業相談日のお知らせ◆

就業相談窓口を次のとおり開設します。希望される会員の方は予約を取ってください。(開設時間は各日ともに午前10時～午後2時30分まで・一人20分間・完全予約制)

・ 8月8日(火) ・ 8月22日(火) ・ 9月12日(火) ・ 9月26日(火)

◆配分金振込日のお知らせ◆

・ 8月15日(火) ・ 9月15日(金) ・ 10月16日(月) ・ 11月15日(水)

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

☆お知らせ☆

◆就業報告書の様式が変わりました◆

就業報告書の様式を変更し、会員ご自身に記入いただく「立替材料費」の欄を設けました。今後は、会員が材料費や処分費などを立て替えた際には、この欄に自ら内容・経費を記入し、裏面に領収書原本を貼り付けていただくこととなります。

また、就業報告書の用紙サイズがB5サイズからA4サイズに変更になりました。まだ用紙の予備がある方はそのままご使用いただいても構いません。



◆配分金明細書が令和5年9月就業分からスマホやパソコンで確認するWeb化へ◆

情報伝達のデジタル化への対応や郵送料等の負担増への対応を図るため令和5年9月就業分の配分金明細書（派遣事業の賃金明細書を除く）からインターネットを通じて、スマートフォンやパソコンで確認していただくWeb化へ移行することとなりました。確認方法等につきましては、改めてご案内いたします。

なお、令和5年12月就業分までは、従前の配分金明細書の送付も並行して実施いたします。（Web化実施以降で紙の明細書が必要な方は、事務局までお越しいただければ発行させていただきます。）



◆温石米を販売しています◆

養父市シルバー人材センターの会員さんが丹精込めて育てたコシヒカリの「温石米」と「やぶ米」を、令和5年4月から本部事務局にて受託販売しています。是非、お買い求めください。



※お米は1kg袋・5kg袋の2種類ですが、ご希望の数量に調整することができます。

| | 1kg | 5kg |
|-----------|------|--------|
| 棚田温石米(白米) | 700円 | 3,500円 |
| 温石米(白米) | 550円 | 2,750円 |
| やぶ米(白米) | 400円 | 2,000円 |



☆「健康講座」と「料理教室」のお知らせ☆

◆健康講座「フレイル予防で目指せ健康長寿」参加者募集◆

今年の安全就労目標として、「90日間無事故」を掲げました。しかしながら、転倒による怪我や踏み外しによる捻挫等、身体機能の低下と同時に日頃の運動不足によるバランス感覚の低下という高齢者の典型的なうっかり事故が多発しています。うっかり事故つまり軽度な運動、ストレッチ、スクワット等を生活に取り入れ基礎体力の維持を図ることによって防げる事故が多いことが分かります。

厚生労働省が5月に発表した2022年の労働災害発生状況調査（確定値）によると、「転倒」は60歳以上の労災事例では全体の4割を占めており、また「転倒」による労災の発生率を年代別にみると、60歳以上は20代に比べて男性で約3倍、女性で約15倍に上ります。

今回の講座では、運動機能の低下によるフレイルの予防について学びます。何かの機会に軽度な運動を始めようと考えておられた方は是非お誘い合わせの上ご参加ください。

日 時 令和5年8月31日（木） 午前10時30分～
場 所 姫路市勤労市民会館4階 第6会議室（姫路市中地354）
講 師 保健所健康課
申込期限 令和5年8月18日（金）

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

◆料理教室参加者募集◆（IH調理器具使用）

家事援助サービスの就業を希望される方を対象とした料理教室です。就業にあたり必要な知識や技術を習得していただくため開催します。希望される方は次の要領でお申込みください。

対 象 者 家事援助サービスの就業に意欲のある会員（特に食事の支度）
日 時 令和5年9月28日（木）午前10時～午後2時
場 所 関西電力（株）兵庫支社（姫路）
姫路市十二所前町117 関電姫路ビル1階
講 師 まみーくっく RIKA 明石 理香 氏
定 員 15名 ※応募者多数の場合、締切後抽選を行い、結果を通知します。
受 講 料 300円 ※当日徴収します。
申込期限 令和5年8月31日（木）

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

申込方法 下記、申込書に必要事項を記入して提出ください。 ※FAX可
申 込 先 〒670-0976 姫路市中地354 姫路市勤労市民会館
公益社団法人 姫路市シルバー人材センター FAX 079-291-4020

キリトリ

フレイル予防健康講座

| | |
|------|--|
| 会員番号 | |
| 氏 名 | |
| 住 所 | |
| 電話番号 | |

料理教室

| | |
|------|--|
| 会員番号 | |
| 氏 名 | |
| 住 所 | |
| 電話番号 | |