

シルバーだより盛夏号

—第101号—



発行日 令和6年7月発行
発行所 (公社) 宇治市シルバー人材センター

〒611-0021 宇治市宇治東内36-5
TEL (0774) 20-1734
FAX (0774) 20-0580

令和6年度 定時総会が開催されました



去る6月7日(金)、令和6年度定時総会が宇治市生涯学習センターで松村淳子宇治市長、松峯茂宇治市議会議長、浅山尚紀京都府山城広域振興局長を来賓に招いて開催されました。311名(委任状出席者288名を含む)の出席のもと令和5年度事業報告、収支決算のほか役員の選任などについて提案どおり承認されました。

定時総会の開会にあたって平田研一理事長から、コロナ禍を乗り越え令和5年度は事業実績、会員数で前年度を上回ることができたことについて、会員の皆さんの頑張りによるものと感謝の意を述べました。

そのあと、松村淳子宇治市長、松峯茂宇治市議会議長をはじめ、来賓としてご臨席いただいた皆様から祝辞をいただき、京都府シルバー人材センター連合会からのメッセージが紹介されました。

議事では、平田理事長が議長となり、議案第1号「令和5年度事業報告について」、議案第2号「令和5年度収支決算報告について」、議案第3号「役員の選任について」、議案第4号「権限の委任について」は、採決の結果いずれも提案どおり承認されました。また、「令和5年度収支補正予算」「令和6年度事業計画及び収支予算につい

て」を報告しました。

質疑では、昨年10月に実施されたインボイス制度への対応と会員への影響についての質問があり、新たに負担しなければならない消費税は、事務費の段階的な改定で対応するため会員への負担を求めることはないと明らかにしました。また、会員の就業率が低下していることへの対応について質問があり、近年実績が伸びている派遣を中心に新規就業を増やしていく考えを説明し理解を求めました。

なお、定時総会議案書は定時総会開催の通知と合わせて5月中旬に会員全員にお送りしています。今年度の送付に当たっては、地域班を通じてお送りをしました。ご協力をいただいた方々に感謝を申し上げます。

～ 役員の就任 ～

役員の任期終了に伴い、定時総会及びその後に開かれた臨時理事会で、次のとおり役員の就任が承認されました。

役員の任期は、令和8年度の定時総会終了までとなります。

理事長	平田 研一 (継続)	副理事長	長谷川 理生也 (新任)
理 事	甲斐 博 (継続)	理 事	川幡 裕子 (新任)
理 事	田實 敬幸 (新任)	理 事	中上 彰 (継続)
理 事	西村 安生 (継続)	理 事	平松 喜久治 (新任)
理 事	星川 修 (継続)	専務理事	濱岡 洋史 (継続)
監 事	大下 勝宣 (継続)	監 事	藤田 佳也 (継続)

(敬称略)

～ 退任された役員 ～

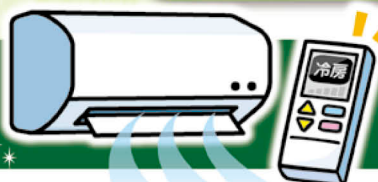
栢木 利和	前副理事長	(平成29年度～令和5年度 4期)
丸山 健一	前理事	(令和 2年度～令和5年度 2期)
森本 和子	前理事	(令和 3年度～令和5年度 2期)

センターの発展にご尽力賜り、心より感謝申し上げます。

夏の健康管理 ～熱中症予防を心がけましょう～

高齢者のための熱中症対策

熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です



部屋の中でも注意が必要です

エアコンを上手に使いましょう

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。節電にも配慮して適切にエアコンを使いましょう。

また、エアコン使用中もこまめに換気をしましょう。

節電 こまめにフィルターのお手入れをする
2週間に1回を目安にしましょう

節電 適切な室温設定

節電 すだれやカーテンを活用し直射日光を遮る

温度・暑さ指数を確認する



暑いからエアコンつけてね!

換気 換気をして屋外の涼しい空気を入れる

換気 窓とドアなど2カ所を開ける

換気 扇風機や換気扇を併用する
長時間、風が体に直接あたらないように注意しましょう

節電 クールビズを取り入れる

節電 複数台の使用を避け、一部屋に集まるなど工夫する

さらに 気をつけるべきポイント



のどが潤いていなくても **こまめに水分・塩分を補給しましょう**

1日あたり
1.2L(リットル)を
目安に



コップ約6杯

● 1時間ごとにコップ1杯

● 入浴前後や起床後も
まず水分・塩分補給を



※水分や塩分の摂取量は
かかりつけ医の指示に従いましょう。



！高齢者は特に注意が必要です

1 体内の水分が不足しがちです

高齢者は若年者よりも体内の水分量が少ない上、体の老廃物を排出する際にたくさんの尿を必要とします。

2 暑さに対する感覚機能が低下しています

加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。

3 暑さに対する体の調節機能が低下します

高齢者は体に熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。

※心臓や腎臓の悪い方や持病をお持ちの方は、かかりつけの医師にご相談下さい。

● 東京都23区における熱中症死亡者の状況(令和3年夏)

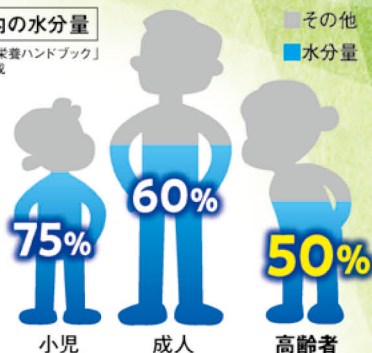
※計39人(速報値)のうち

約8割は65歳以上の高齢者

屋内での死亡者のうち 約9割は
エアコンを使用していなかった

体内の水分量

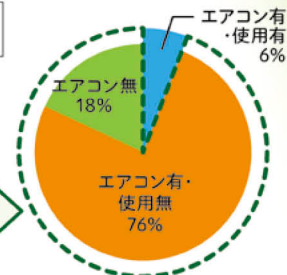
「輸液・栄養ハンドブック」
より作成



エアコン設置有無・
使用状況別

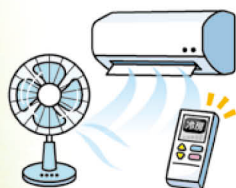
出典：東京都監察医務院

■ エアコン有 + 使用有
■ エアコン有 + 使用無
■ エアコン無



☑ 予防法ができているかをチェックしましょう

☐ エアコン・
扇風機を上手に
使用している



☐ 部屋の温度を
測っている



☐ 部屋の風通しを
良くしている



☐ こまめに
水分・塩分を補給
している



☐ シャワーや
タオルで体を
冷やす



☐ 暑い時は
無理をしない



☐ 涼しい服装をしている
外出時には日傘、帽子



☐ 涼しい場所・
施設を利用する



☐ 緊急時・困った
時の連絡先を
確認している



熱中症予防情報サイト

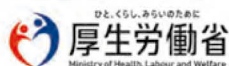
環境省 熱中症予防情報サイトからの情報をチェック! ▶ <https://www.wbgt.env.go.jp/>

環境省では、暑さ指数(WBGT)の情報提供を行っております。令和3年度より全国展開している熱中症警戒アラートおよび、暑さ指数のメール配信等をご活用ください。

「熱中症警戒アラート」は環境省のLINE公式アカウントで確認することができます ➡



友達追加はこちら



2023年5月版

▶ 就業中に熱中症により医療機関を受診された場合は・・・

昨年度まで加入していた全国シルバー事業者協会の熱中症見舞金制度にかわって、シルバー団体傷害保険で補償されることになりました。

就業中(就業場所までの往復を含む)に熱中症になり、医療機関を受診された場合は事務局に連絡してください。

講習会のお知らせ

パソコン講習会

初級者を対象にした、パソコン講習会を開催します。
ワード・エクセルの基本操作、インターネットの活用方法など
会員の皆さんを対象に少人数で丁寧に分かりやすく指導してい
たします。指導は、昨年に続き氷見会員にお願いしています。



最近、事務局との連絡にメールを使う会員が増えてきています。この機会
にパソコンをはじめてみませんか。パソコンをお持ちでない方はセンターで
用意しますので初心者の方でも受講いただけます。

★日 時：10月1日・8日・15日・22・29日（毎週火曜日 5回）
午後1時30分～午後3時30分

★場 所：センター会議室

★参加料：無料

★定 員：5名（先着順）

★申込み：9月17日（火）までに事務局へお申し込みください。

※受講決定後改めて詳細をお知らせします。

事務所からのお知らせ

令和6年度会費 お支払いはお済みですか

4月に令和6年度分の会費の納入通知書を送付しています。会費は、会員の皆さんの傷害保険の保険料などに充てる大切な財源です。お一人おひとりの会費が、多くの会員が安心して就労するために役立っています。

保険料の推移

（単位：円）

	傷害保険	損害賠償保険	自動車保険	合 計
4年度	1,264,310	422,960	303,850	1,991,120
5年度	1,247,580	548,520	413,580	2,209,680
6年度	1,091,230	551,430	400,690	2,043,350

近年、保険料の掛金が高騰し、センターの財務状況を圧迫しています。

事務局では、毎年保険内容を見直し効率的に運用できるようにしていますが、会員の皆さんが安心して働けるよう、納入の遅れている方は速やかにお支払いくださいますようお願いいたします。センター窓口でも受け付けています。

能登半島地震被災者支援募金のご協力 ありがとうございました



令和6年能登半島地震の被災者への支援募金を呼び掛けたところ、会員の皆様や職員から多くの善意が寄せられました。

6月7日の定時総会の日で募金は締め切りましたが、寄せられた募金は総額14,277円となりました。

去る7月1日、濱岡事務局長が日本赤十字社宇治市地区（宇治市地域福祉課内）を訪れ、皆様からの善意を届けました。

地震被害からの1日も早い復興を願いますとともに、皆様のご協力に感謝いたします。

就業報告書の提出は毎月3日までをお願いします

就業報告書の提出は、毎月3日(休日の場合はその翌日)が期限となっています。

就業報告書の提出が遅れると、皆さんへの配分金の支払いをはじめ、各種代金の支払いが遅れることになりかねません。

月末・月初の忙しい中ですが、期限内の提出にご協力いただきますようお願いいたします。

配分金・賃金の振込予定日

請負・委任業務の配分金は「ゆうちょ銀行」の口座へ、派遣業務の賃金は「京都銀行」の口座へそれぞれ仕事をしていただいた翌月の末日に振り込みます。振込日は、7月31日(水)・8月30日(金)・9月30日(月)・10月31日(木)です。

配分金・賃金の明細書を毎月お渡ししています。振込額の確認をお願いいたします。

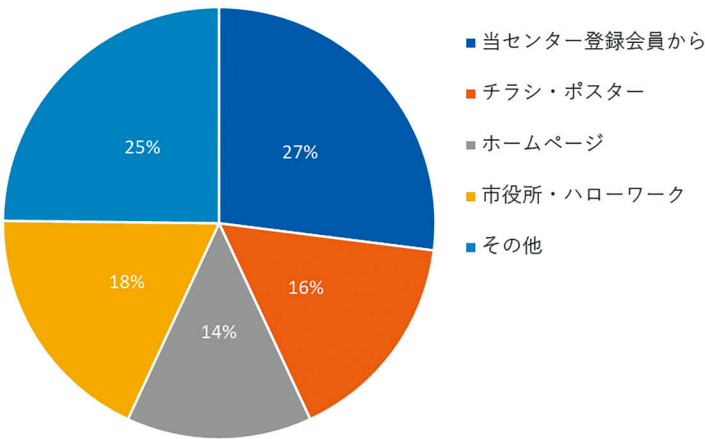
会員募集にご協力をお願いします

宇治市シルバー人材センターの会員数は平成23年度の673人をピークに年々減少していましたが、令和5年度末の会員数は、前年度と比較して27人増加し563人となりました。

会員数の推移 (単位：人)

	男	女	合計	増減（対前年）
令和2年度末	416	127	543	－26
令和3年度末	405	135	540	－3
令和4年度末	401	135	536	－4
令和5年度末	420	143	563	27

昨年、入会説明会に参加していただいた方へのアンケート結果によると、シルバー人材センターを知ったきっかけは、当センターの登録会員から（の情報提供）が27%と最も多くなっています。



円滑に事業を展開していくうえで、会員確保は大きな課題です。
引き続き会員募集に皆様のご協力をお願いします。

友人・知人に口コミなどで勧誘をお願いします

事務局への登録内容に変わりはありませんか？

事務局では入会時に提出いただいた入会申込書をもとに、会員情報を登録し管理しています。入会後に変更や追加があった場合は事務局まで連絡をお願いします。

- (例)
- ・携帯電話の番号が変わった
 - ・緊急連絡先が変わった
 - ・FAXを設置した 廃止した
 - ・希望する仕事や時間、曜日など条件の変更

なお、個人情報に該当するものもあることから、本人の確認や折り返しの連絡をさせていただく場合もありますので、ご了承をお願いします。

職員の紹介

新しい職員です よろしくお祈いします

古田 智代さん
ふるた ともよ

令和6年7月1日 採用
パート職員として7月1日から出勤しています。
業務担当として週2日～3日の勤務になります。
よろしくお祈いします。



編集後記

今年は、例年よりもかなり遅い梅雨入りでした。いつもの年とは随分様子が違い、これからの猛暑や台風の進路などにも影響が出てこないか心配です。

さて今年は、オリンピックの年です。フランスのパリで、このシルバーだよりが届くころにはすでに大会が始まっていると思いますが、日本からは過去最多の選手が参加するようで、メダルが期待される種目もたくさんあります。

3年前の東京オリンピックはコロナ禍の中で開催されました。今回のパリオリンピックは世界情勢が混沌とした中で開催される大会となりました。

世界の人々が英知を集めてコロナ禍を乗り越えたように、今回のオリンピックが“平和の祭典”の名にふさわしい大会になるよう祈りつつ、選手たちの熱い戦いを暑い日本で楽しみたいと思います。(H)