



シルバーだより

(公社)南部広域シルバー人材センター
本所 66-4011 伯耆支所 63-0222

3月1日現在会員数：337名



あわてるな あせる気持ちに 事故潜む

2月の入会・退会 入会3名(南部3名、伯耆0名) 退会2名

就業希望会員募集 (Smile to Smile 就業情報掲載中)

No.	就業内容	場 所	日数、時間等	人	時給/日額	時期
1	休日受付業務	西伯地区	土日祝(月4、5日程度)	1	7,680 円/日	急募
2	水道検針業務	西伯地区	偶数月(3～4 日程度)	1	1 件 85 円～	急募
3	店内の受付業務	米子市	9:30～12:00(週 1 日)	1	時給 1,000 円	急募
4	スーパー(水産部門)	西伯地区	7:00～10:30(週 3 日以上)	1	時給 965 円	急募
5	スーパー(青果部門)	西伯地区	7:00～10:30(週 3 日以上)	1	時給 965 円	急募

※ 会員以外の方でも入会すれば就業可能です。

i 令和7年度正会員会費について

新年度の正会員会費を納入していただく時期が近づきました。

3月下旬に配布する専用用紙での納付をお願いします。

納付期限は令和7年4月30日までです。※振込手数料は無料です。

📱 スマホ教室予定表 (3月講座)

日にち	講座内容	開催場所	時 間
3/7(金)	LINE(インストール・入門編)	伯耆支所(遊学館)2階	10:30～11:30
3/24(月)	LINE(インストール・入門編)	プラザ西伯	13:30～14:30

シルバーでの仕事に必要な経費の領収書(レシート)について

シルバーで就業をしている会員のみなさんはフリーランス(個人事業主)です。フリーランス新法に係る適正な事務処理を行うため、4月からは配分金明細欄の「立替材料費」のほとんどは、「配分金」に含まれるようになります。シルバーでの業務遂行に必要な経費(作業用資材・材料費・交通費・消耗品費・ガソリン等)については、適切な申告と管理が求められます。

特に毎年確定申告をする場合は、経費と認められる領収書(レシート)を一定期間(最低期間5年)保管することをおすすめします。

地域班長が決まりました

令和7年2月20日に開催した地域班会議において、次期地域班長の選出がありました。(南部広域シルバー人材センター地域班設置要領による)

会員のみなさんは、地域班活動に協力いただきますようお願いします。

各地域班長のみなさん、2年間よろしくお願いします。

任期：令和7年4月1日から令和9年3月31日の間

(敬称略)

No.	選出地域	氏 名	No.	選出地域	氏 名
1	東 西 町	渡 邊 祥 二	8	八 郷	森 田 正 雄
2	天 津	江 原 茂	9	幡 郷	石 黒 永 展
3	大 国	吉 持 悦 郎	10	大 幡	山 田 洋
4	法 勝 寺	古 曳 雅 英	11	二 部	上 嶋 當 枝
5	南さいはく	塚 田 誠	12	日 光	神 庭 敏 明
6	手 間	岩 田 謙	13	溝 口	大 江 國 夫
7	賀 野	斎 鹿 憲 博			

春先の健康管理 その対策は

季節の変わり目で気温の変化が激しく、体調を崩しやすい時期。日常生活での注意点を紹介します。

<花粉症対策>

- ① 花粉の飛散が多い日はできるだけ外出を控えましょう。
- ② 花粉が付着しやすい衣服を選ぶ。
- ③ 帰宅したら外出中に服に付いた花粉を叩いてから室内に

<寒暖差による体調不良対策>

- ① 免疫力を高めるため十分な睡眠。
- ② こまめな水分補給と軽いストレッチやウォーキングで血行を良くし体温調整を。
- ③ 重ね着で温度変化に対応できるよう脱ぎ着しやすい服装にする。

<バランスの取れた食事対策>

- ① 免疫力や筋力維持のため、たんぱく質をしっかりとる。
- ② ビタミン・ミネラルを含む食材を摂取し免疫力を高める。
- ③ 体温を上げ、代謝を活性化させるために、朝食はしっかり食べる。



令和 6 年度 1 月の契約金額

(表中の金額単位：千円)

請負は公共の町長選挙関係の作業があり、実績が大幅増でした。派遣就業は前年同月より 12.8%の増でした。今年度1月末までの累計は 109.1%、金額にすると約 1,200 万円の増となっています。

令和 6 年度決算見込みは対前年比約 109%程度を予想しています。

年 度	1 月実績			年度累計(4 月～1 月)		
	請 負	派 遣	計	請 負	派 遣	計
令和 6 年度	4,691	2,537	7,228	119,181	28,038	147,219
令和 5 年度	2,705	2,249	4,954	106,964	27,930	134,894
対前年比(%)	173.4%	112.8%	145.9%	111.4%	100.4%	109.1%

3月の入会説明会 お知り合いの方に参加をお勧めください

- ・3月19日⑥・伯耆支所(遊学館)2階 午前9時 30 分～同11時
- ・4月16 日⑥・プラザ西伯(南部町法勝寺)午前9時 30 分～同11時
- ・入会希望者をご紹介ください。入会された場合は、紹介していただいた会員に 1,000 円分の商品券を進呈します。

