



公益社団法人 鳥取市シルバー人材センター

シルバーとっとり

高齢者の社会参加をサポートし、活力ある地域社会の発展を目指しています。

会員数 668人 (男 434人 女 234人) 令和7年6月15日現在

vol.83
2025.7

鳥取放牧場風力発電所 (鳥取市越路)



シルバーとっとり
83号
目次

- 2 第44回定時総会開催、理事長挨拶
- 3 永年会員・職員表彰、地域班班長紹介
地域班活動についてのお願い
- 4 安全大会、安全・適正就業強化月間
多発する賠償事故

- 5 熱中症・夏バテ予防、レシピ
- 6 請負・委任契約を新契約方式に移行
- 7 講習会、健康診断
- 8 インフォメーション

第44回 定時総会が開催される

5月28日(水)午後1時30分から、とりぎん文化会館小ホールにおいて、第44回定時総会が開催されました。

最初に、会員在籍中の物故者の冥福を祈り、黙とうをささげた後、奥田理事長が挨拶をされました。続いて、永年就業会員の表彰と永年勤務職員への感謝状の贈呈が行われました。

奥田理事長が仮議長になり、総会の開会を宣言した後、総会の議決権を有する会員は659人であり、委任状を含めた当日の出席会員は、572人である



ことが事務局から報告され、仮議長から議案審議に必要な定足数を満たしていることが宣言されました。

続いて、本会の議長として奥田兼之会員が議長に選出されました。

次に、洞崎雅好監事が監査報告を行い、山本事務局長が報告事項1から3までの説明を行いました。

最後に、第1号議案「令和6年度収支決算承認の件」、第2号議案「定款の一部変更承認の件」が原案どおり承認されました。

午後2時45分に奥田議長が閉会宣言を行い、閉会しました。

理事長挨拶



理事長
奥田 恒久

国内の情勢をみますと、アメリカの相互関税対策に翻弄され、経済活動に不安感が漂う中、少子高齢化による人口減少に益々拍車がかかり、生産年齢人口は減少し、企業の人手不足は、より一層、深刻さを増しています。このような中、国は、「生涯現役社会の実現」に向け、高齢者を労働人口の中に位置づけようとしており、シルバー人材センターの役割はより一層重要となつていきます。

さて、昨年度は、1年を通じて、インボイス制度が適用されました。

センターでは、その財源を確保するため、令和7年度は、事務費率を13%に改めることにしました。

消費税法では、令和11年9月まで免税事業者からの仕入税額相当額を一定割合、控除することができ経過措置が定められています。その段階的に引き下げられます。そのため、全国のシルバー人材センターでは、現在行っている「シ

ルバー人材センターが会員に直接、仕事を提供する方法」から、「厚生労働省が示している「センターを通して発注者が、会員に仕事を委託する方法」に順次移行されています。

本年度は、令和8年4月から一般家庭との契約を厚生労働省が示す契約方法に移行することを検討していきます。

昨年11月から施行されたフリーランス新法に対しては、会員との通信手段をデジタル化し、業務の効率化と経費の削減を図るため、会員の皆様に会員専用サイト「Smile to Smile」への登録をお願いしているところです。

今年4月1日に公益社団法人の認定等に関する法律の一部改正が施行され、財務規律の柔軟化と明確化を始めとして、理事と監事のいずれも1人以上は会員以外の外部の人の就任が義務付けられました。外部理事と外部監事の導入時期は、役員の任期が満了する日の翌日からとなっており、令和8年度の定時総会で就任の承認を受ける必要があります。外部理事と外部監事については、令和7年度中に適任者と交渉していく予定です。会員の皆様のご理解とご協力をお願いします。

お世話になります

令和7年度 地域班班長

地域班連絡協議会 (敬称略)

小林 道 則 (美 和)
(地域班連絡協議会会長)
前 田 宗 孝 (末 恒)
(地域班連絡協議会副会長)
谷 口 和 彦 (稲葉山)
藤 原 弘 季 (岩 倉)
浜 崎 英 治 (修 立)
矢 部 征 (日 進)
桜 田 憲 臣 (久 松)
山 下 博 美 (遷 喬)
副 田 豊 眞 (城 北)
大 野 初 男 (浜 坂) 新
砂 澤 義 雄 (醇 風)
戸 田 尊 (明 徳)
井 上 芳 博 (美 保)
奥 田 兼 之 (美保南)
前 田 壽 重 喜 (面 影) 新
岩 成 敏 雄 (津ノ井)
前 嶋 俊 英 (世紀南)
土 橋 豊 彦 (世紀北) 新
福 田 尚 徳 (松 保)
平 井 克 敏 (湖山南)
村 上 邦 夫 (湖山北)
山 本 和 典 (国 府)
中 嶋 庸 生 (気 高)
長谷川 誠 (青 谷)
渡 邊 博 美 (河 原)
田 中 幸 一 (用 瀬)

班長さんには地域班連絡協議会(班長会)への出席のほか、事務局からの連絡事項の伝達や資料の配布、ボランティアや会議の出欠の取りまとめなど、大変お世話になります。

受賞おめでとうございます

会員表彰

会員として継続10年以上在籍し、積極的に就業しセンターの発展に寄与された次の21名の皆様が受賞されました。
おめでとうございます。

(敬称略)

20年表彰

(平成17年4月1日～平成18年3月31日までの入会者)

前 田 宗 孝 (末 恒) 岸 本 美喜枝 (美 和)
太 田 紀 雄 (河 原)

10年表彰

(平成26年4月1日～平成27年3月31日までの入会者)

下 田 安 夫 (修 立)	高 木 照 美 (遷 喬)
倉 見 愛 子 (津ノ井)	鈴 木 勇 (気 高)
栗 原 恒 雄 (末 恒)	佐 藤 寛 (津ノ井)
須 田 すみ枝 (城 北)	西 村 正 雄 (稲葉山)
上 田 菊 雄 (面 影)	手 島 鉄 桜 (美 保)
竹 内 正 人 (松 保)	片 村 文 誠 (津ノ井)
竹 内 恵美子 (世紀北)	豊 口 清 美 (浜 坂)
岩 永 礼 二 (醇 風)	岡 本 愛 子 (松 保)
谷 中 麗 子 (城 北)	高 嶋 喜 男 (修 立)

職員表彰

職員として20年以上勤務し、勤務成績が良好で他の模範となり得たとして受賞されました。おめでとうございます。(敬称略)

事業係主幹 木 下 里 美



今後も健康に留意され、ますますのご活躍を祈念いたします。

地域班活動に
参加しましょう

地域班は、会員相互の連帯意識の向上と親睦を基調に、就業機会の確保及び連絡調整を円滑に行うことを目的として設置しています。

班長・世話人を中心として、ボランティア活動や会員募集運動、地域班会など様々な活動が行われています。地域班活動は、情報交換の場としても大変有意義な場となっています。会員さん同士が顔見知りになることで、就業の幅が広がった、いろいろな情報が入ってくるようになった、自分が困った時に助けてもらったなど、地域班の目的が生かされている話もたくさん耳にします。会員の皆さんは、地域班活動やボランティア活動に積極的に参加しましょう。

また、総会など、出欠の回答が必要なものは、必ず期限までに班長さんや世話人さんへ提出していただきますようお願いいたします。

第24回 安全大会を開催しました

3月12日(水)、さざんか会館において、第24回安全大会を開催しました。

この大会は、高齢者が安心して就業できるような環境づくりと、安全・適正就業に対する意識の高揚及び事故防止のための知識の習得を目的として開催しているものです。

この日は多数の参加があり、安全・適正就業に対する関心の深さが伝わりました。

令和7年の安全・適正就業標語作品の表彰後、令和6年度の安

全・適正就業の取り組み状況やセンター会員

として、適

正な就業方

法と個人情報

報の適正な

取り扱いに

ついて周知

を図りました。



引き続き、鳥

取市中央包括支

援センターの理

学療法士の方を

講師にお迎えし、

「60歳からの転

倒予防」と題し

て、講演をして

いただきました。



介護状態になる原因の一つに骨

折や転倒があることが紹介され、

家庭内でのつまずきやすい場所や、

転倒防止のための対策について話

されました。

また、転倒防止のために日頃か

ら取り組めるトレーニングが紹介

され、参加者は実際に体を動かし、

転倒を予防するためには筋力をつ

けることが大切であることなどを

再認識していました。

この大会を機に、より一層安全

意識を高め、就業中及び就業途上

の事故ゼロを目指すとともに、シ

ルバー事業のさらなる躍進を目指

すことを確認して大会を終了しました。

7月は安全・適正就業強化月間

7月は国が実施する全国安全週間(7月1日～7月7日まで)

に合わせて、7月1日～7月31

日を「安全・適正就業強化月間」

と定め、安全意識の高揚を図る

ため、当センターも次のとおり

啓発活動を展開します。

①安全就業強化月間の看板の設置

安全意識の高揚を図るため事

務所の出入り口に設置

②安全パトロールの強化実施

理事及び適正就業部会員が、

就業現場をパトロールし、会

員の安全・適正就業を促しま

す。

▼巡回日 1週間に1回実施

▼主な巡回場所 剪定・草刈・

除草・清掃作業等の就業現場

③「シルバーとっとり」に安全

啓発のための記事を掲載

④鳥取県シルバー人材センター

連合会主催の研修会

▼日程 7月25日(金)

▼場所 倉吉体育文化会館

賠償事故警報発令中!!

全国的に賠償事故が後を絶え

ず、その多くを占めているのが、

草刈り作業中における飛石事故

です。当センターにおいても昨

年は、飛石事故が多発し、隣家

の窓ガラスに無数の傷を付けた

ことにより、**多額の賠償金**を支

払った事案もあります。作業前

には、付近に車両や住宅の窓ガラスがないか確認し、飛散防止ネットを必ず使用しましょう。当センターでは、飛散防止ネットの貸し出しも行っています。**事故ゼロ**を目標に、安全・安心な就業をお願いします。

飛散防止ネット等の活用を!!



暑さから命を守るための水分補給と食事対策

暑い時期に気をつけたいのが熱中症や夏バテです。特に高齢になると、温度に対する感覚が低下するため、暑さを感じにくくなり、室内でも熱中症になる可能性があります。また、暑さにより体温調整などで自律神経が乱れ、食欲がなくなり、体がだるくなって夏バテが起こることがあります。

STOP! 熱中症

- 暑いと感じる前からエアコンを使いましょう!!
- のどが乾かなくても、こまめに水分補給をしましょう。特に起床直後の水分補給が大切です。



STOP! 夏バテ

- 暑いからといって冷たい麺類などさっぱりした食事はばかり食べず、タンパク質・ビタミン・ミネラルを多く含む食品を摂るように心がけましょう!!



寝不足や体調不良のまま就業すると、大きな事故に遭う危険もあります。こまめな水分補給と、しっかりと栄養を摂って熱中症や夏バテを防ぎ、この夏も元気で就業しましょう。

※NHK健康チャンネルを参考に鳥取市SCで作成

レンジで焼きうどん



レンジでフライパンいらずの簡単かつ時短レシピです。豚肉のかわりにツナ缶などもオススメです。野菜はお好みの野菜やカット野菜でも手軽に調理できます。

材 料 (1人分)

ゆでうどん	1玉(200g)	めんつゆ	小さじ2
豚ロース薄切り肉	50g	(3倍濃縮)	
キャベツ	60g	ごま油	小さじ1
にんじん	10g	かつおぶし	小1/2袋(1g)
玉ねぎ	20g	ねぎ(好みで)	適宜
ピーマン	1個(20g)	黒こしょう	適宜
しめじ	20g		

1人分の栄養価

●エネルギー	345kcal	●脂質	10.0g
●たんぱく質	18.0g	●食塩相当量	1.6g

- ① ゆでうどんは流水でさっと洗ってほぐしてからザルに上げて水気を切っておく。
- ② キャベツはざく切りにし、にんじんは4cm長さの短冊切りにし、玉ねぎは薄切り、ピーマンは太めの千切りにする。しめじは石づきをとり小房に分ける。
- ③ 豚薄切り肉は2cm幅の長さに切る。

- ④ 耐熱容器に①、②、③の順に入れて、めんつゆ、ごま油を加える。
- ⑤ ふんわりラップをしてレンジ(600W)で約5分加熱する。(豚肉に火が通ったらOK)
- ⑥ 全体を混ぜ合わせて器に盛り、かつおぶし、小口切りにしたねぎをちらす。

※好みで黒こしょうをふってもよい。

生活習慣病予防・重症化予防のための
栄養教室や相談をお受けします。

お問い合わせ先 鳥取市保健所 健康づくり推進課 食育推進係
TEL 0857-30-8582 鳥取市富安2丁目138-4 駅南庁舎1階

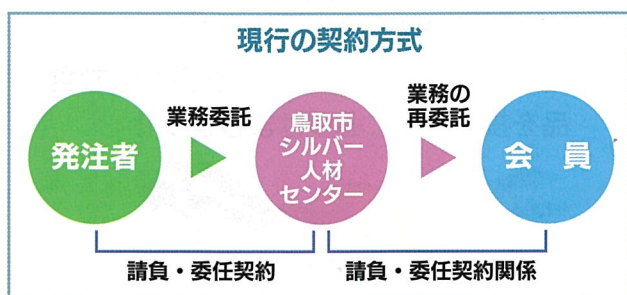
令和8年4月から一般家庭との請負・委任契約を 新契約方式に移行します。

令和6年11月1日に特定受託事業に係る取引の適正化等に関する法律（以下「フリーランス新法」*という。）が施行されました。

現在は、センターが発注者と請負・委任契約をして業務を受託し、会員に当該業務を再委託しているため、本来の発注者と会員の間には直接契約関係が生ずる構造になっていません。

このため、会員がフリーランス新法による保護を受け、安心・安全に働くことができるように、令和8年4月から一般家庭との請負・委任契約を新契約方式に移行しようとするものです。

契約方法の見直しのイメージ



Q.1 なぜ、新契約方式に移行するのですか。

A. 個人事業主の受託した業務に安定的に従事することができる環境を整備するために制定されたフリーランス新法の趣旨を考慮して厚生労働省が新契約方式を推奨しており、全国のシルバー人材センターにおいても、移行の動きが増しているため、同調するものです。

Q.2 なぜ、新契約方式は、一般家庭のみに適用するのですか。

A. 企業については、新契約方式の説明に時間を要するため、速やかに移行することができる一般家庭を対象にしていけるものです。

Q.3 新契約方式に移行すると、会員にどんな影響がありますか。

A. 会員の皆様が業務を引き受け、対価を受け取るまでの手続きは、何も変わりません。

Q.4 新契約方式に移行すると、会員とセンターの関係は、どうなりますか。

A. 契約上は、発注者と会員との間で請負・委任契約の関係が生じますが、センターが発注者と会員の皆様の間に入って業務の対価、作業内容等の就業条件を調整し、会員の皆様に会員業務委託料（現行の契約方式では「配分金」）を支払うことは、何も変わりません。

会員業務委託料は、センターが会員の皆様から代理請求及び代理受領を受託し、従来どおり会員に支払います。

また、作業中に負傷した場合又は物損事故を起こした場合における補填も従来どおり実施します。

そのため、新契約方式になっても、会員の皆様は、発注者と直接、就業条件等の交渉はしないでください。

また、過去に履歴のある発注者と交渉し、センターを通さずに仕事を請け負わないでください。この場合は、作業停止や会員の資格停止等の処分対象になります。

なお、現在、業務の対価や業務内容等の明示を総合情報処理システム Smile to Smile で行っていますが、新契約方式に移行しても同様に行っています。ただし、Smile to Smile の就業条件の表示が「会員業務仕様書」に変わります。

*フリーランス新法とは？

個人が特定受託事業者（いわゆる「フリーランス」。会員が該当します。）として、受託した業務に安定的に従事することができる環境を整備するため、特定受託事業者に業務委託する特定業務委託事業者（いわゆる「発注者」。）に対して、業務の対価その他の事項の明示が義務付けられています。

事務局からのお知らせ >>> 新契約方式の詳細は、今後、順次説明していきます。

楔・障子・網戸 張替講習会

2月18日（火）から2月21日（金）までの4日間シルバークラフザととり作業室で「楔・障子・網戸の張替講習会」を開催しました。

講師とアシスタントは、日頃から障子や楔の張替で就業されているベテラン会員の方にお願ひしました。

講習では、建具の構造や種類、張替え用工具の仕組みや使い方、張替え手順、納得してもらええる仕事を行う上での注意点などを学びながら、実際に張替え作業を体験しました。

講師がこれまでの経験で習得したコツやポイントを丁寧に説明されるたびに参加者はメモを取り、疑問に思ったところは質問するなど、とても有意義な講習会となりました。



受講者の声

- 講師の方に大変親切に教えていただき感謝しています。
- 楽しく学べました。機会があればまた参加したいです。
- 作業の細かいところについて話を聞けたのでよかったです。
- とても勉強になりました。早速、家でも張り替えを試みたいと思います。

介護講習会 介護保険制度を学ぼう

2月27日（木）、講師に鳥取市長寿社会課の職員2名をお迎えし、介護保険制度について学びました。

初めに介護保険サービスの内容や、利用方法についてわかりやすく説明していただきました。

サービスには、①施設系サービス（施設に入所して利用）と、②居宅系サービス（自宅に居ながら必要なサービスを利用）があると説明されました。

次に、鳥取市の介護保険制度の現状と利用手順が説明されると、参加者にとって身近な内容ということもあり、皆さんがメモを取りながら熱心に学んでいました。

今回の講習で、介護保険サービスの内容や利用手順を理解することが、本人や家族支援する人の安心に繋がること、また、高齢者が社会参加することがいかに介護予防に役立っているかも再認識することができました。



受講者の声

- 今まであまり関心がなかったのですが、今回は大変勉強になりました。
- 今後必要になるかも知れない介護サービスの内容などを頭に入れ、これから役立てたいです。
- 資料・説明ともに、わかりやすく良かったです。

刈払機講習会

6月5日（木）、美津吉商事株式会社の馬場尚武氏と堀江哲矢氏を講師に迎え、稲葉山小学校で刈払機取扱講習会を開催しました。

午前の座学は、テキストや実際に機械に使用している部品を手に取り、仕組みやメンテナンス方法を学びました。

午後からは「自身や周囲の安全」について説明を受けた後、講師の指導を受けながら、グラウンドや遊具の周りの草刈りを行いました。

今回初めて刈払機に触れる参加者もあり、草刈りの取付け方法や潤滑油の補充方法、燃料の入れ方や正しい肩バンドの位置など基礎から学習しました。

近年、刈払機による飛石事故が多発しています。今回の講習会で学んだことを常に意識しながら、今後も飛石による事故やケガのない就業をお願いします。



受講者の声

- 実技では講師が横についてくださり、安心して取り組めました。
- ゆったりと時間がとってあり、自分のペースで実技に取り組むことができました。
- 今後、刈払機の整備をするうえで、大変参考になりました。

健康診断を 受けましょう

毎日元気に活躍いただくためには、健康体であることが不可欠ですが、運動不足やさまざまなストレスにより身体に不調が起こってくる可能性があります。

また、発症初期の段階などではほとんど自覚症状がなく、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。

定期的に自分の健康状態を把握し、年に一度は健康診断を受けるなどして健康管理をしっかり続けていきましょう。



Smile to Smile の活用を!

「smile to smile」(スマイルトゥスマイル)は、会員の皆様センターからのお知らせや毎月の配分金明細をスマートフォンやパソコンから確認することができるサイトですが、せっかく登録していても、あまり活用されていない方が見受けられます。使い方がわからない、又は、スマートフォンやパソコンをお持ちの方で登録方法がわからないなどがありましたら、職員がサポートしますので、いつでも事務所においでください。



スミ男とスミ子の小話日記 鳥取城跡擬宝珠橋と中ノ御門編

スミ男

昨日、鳥取城跡に行って、擬宝珠橋を渡り、新しく復元された中ノ御門をくぐってきたんだ。

擬宝珠橋って、実はすごく格式の高い橋なの。お城の大手門に架けられていて、城の威厳をグッと引き立てる役割があったんだって。それとね、鳥取城の擬宝珠橋は全長およそ36メートルもあって、文化庁が認めたお城の復元橋の中では、日本で一番長いらしいわ。

スミ子

スミ男

へえー、それはすごいな!じゃあ、中ノ御門って、家と言うところの玄關みたいな感じなのかな?

そのとおり!まさに鳥取城の「顔」とも言える玄關だったのよ。中ノ御門の奥は敵が簡単に城内に攻め入ってこられないよう、二重の構造になっていたんだって。

スミ子

スミ男

なるほど、勉強になったよ。今度、遠くから友達が来るから、擬宝珠橋と中ノ御門を案内して、ちょっと自慢しちゃおうっと。

会員募集

60歳以上の方

私たちと一緒に働いてみませんか?

シルバー人材センターは、家庭・企業・公共団体などから、高齢者にふさわしい仕事を引き受け、ライフスタイルに合わせたお仕事を会員に提供しています。

鳥取市にお住まいの、健康で働く意欲のある60歳以上で、センターの趣旨に賛同する方であれば、どなたでも会員になれます。会員になって働いてみたいけど「できる仕事があるかなあ」「自信がないなあ」などと心配されずに、まずは説明会にご参加ください。

話を聞くだけでもかまいません。
お気軽にご参加ください。

入会説明会

- 毎月第2・第4火曜日 午後2時から(約1時間程度)
※予約不要(祝日にあたる場合は翌日になります。)
- 場所 鳥取市シルバー人材センター 研修室

令和7年 7月8日(火)・22日(火) 10月14日(火)・28日(火)
8月12日(火)・26日(火) 11月11日(火)・25日(火)
9月9日(火)・24日(水) 12月9日(火)・23日(火)
※第4水曜日

すぐでも入会を希望される方には、この日以外でも個別に入会説明会を行います。

高齢者就業相談日

★対象者

- ◎一般の方(60歳以上で就業を希望されている方)

就業に関するご相談

- ◎シルバー会員の方

現在就業中で悩みをお持ちの方、就業の機会がまだない方
就業に関する要望など

- 毎月第4木曜日(予約制) 午後1時30分～3時30分

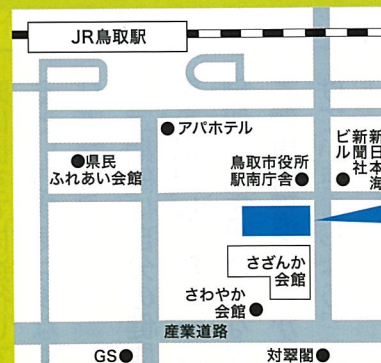
※前日までに電話予約のうえ、ご利用ください。

令和7年 7月24日(木) 8月28日(木) 9月25日(木)
10月23日(木) 11月27日(木) 12月25日(木)
令和8年 1月22日(木) 2月26日(木) 3月26日(木)

上記相談日に限らず、電話、窓口でも随時ご相談をお受けしています。

編集後記

これから暑くなって出てくる野菜にはいろいろありますが、我が家が大好きな夏野菜と言えば、何といってもゴーヤです。ゴーヤの実は次々なるので、食べるのが追いつかないほどです。そんな時、私は保存できる「ゴーヤの佃煮」を作ります。作り方はとても簡単で、冷蔵でも冷凍でも保存ができ、ゴーヤの苦味が苦手な人でも食べることができる一品です。また、ゴーヤの実が熟れて黄色になったら種をとってジューサーでジュースにして飲むのがおすすめです。さわやかな甘さで全く苦味を感じません。ゴーヤにはビタミンCが豊富に含まれていて、疲労回復効果が期待できるそうです。ゴーヤを食べて暑い夏を乗り切りましょう。(S.S)



鳥取市シルバー人材センター
(高齢者福祉センター内)



公益社団法人 鳥取市シルバー人材センター

〒680-0845 鳥取市富安2丁目104-1 TEL0857-22-0050 FAX0857-22-0051

E-mail:tottori@sjc.ne.jp https://www.tottori-sjc.or.jp YouTube 鳥取市シルバー人材センター 検索

