



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 684人 (男 438人 女 246人) 令和7年12月15日現在

vol.84
2026.1

オオハクチョウ (鳥取市気高町)



シルバーとっとり
84号
目次

2 新年のごあいさつ

3 安全就業パトロール、冬季うつに要注意！
安全・適正就業標語募集、第25回安全大会

4・5 契約方法への見直し

6・7 発注者満足度アンケート調査
普及啓発活動、地域班合同一斉ボランティア活動

8 中国ブロック役職員研修会、レシピ

9 講習会、ニセ警察詐欺に注意！

10 インフォメーション

新年のごあいさつ



公益社団法人
鳥取市シルバー人材センター

理事長 奥 田 恒 久

新年明けましておめでとうございます。
皆様には、おだやかな初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、今年は、フリーランスである会員にフリーランス法を適切に適用するため、これまでの請負・準委任の契約方式から厚生労働省が示す新しい契約方式に順次移行します。

新しい契約方式は、センターと発注者と会員の三者間の包括的契約です。昨年10月4日に鳥取県の最低賃金が957円から1,030円に引き上げられました。会員の皆様にお支払いする配分金は、最低賃金法の適用を受けるものでありませんが、地域の賃金水準を考慮して今年4月から配分金の額を見直すことにいたしました。

会員の皆様には、配分金の引き上げについて、発注者である市民の皆様や企業等に理解を得るため、より一層、きめ細やかなサービスの提供に努めていただきますようお願いするところです。

現在、特定の職種において、会員不足が生じています。センターは、これらの職種に就業するための技能講習を行っていますので、講習に参加していただき、就業に結びつくことを期待しています。

結びに、関係各位のご発展と会員の皆様並びにご家族のご健勝とご多幸を祈念申し上げ、新年のあいさつといたします。

新年のごあいさつ

鳥取市長

新年あけましておめでとうございます。
会員の皆さまにおかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

シルバー人材センターの皆さまには、地域のさまざまな分野でお力添えをいただき、心より感謝申し上げます。皆さまの豊かな経験と技術に支えられた丁寧なお仕事、そして元気に働かれる姿は、地域の暮らしを支える大きな力となり、まちに活力を届けてくださっています。

さて、本市では、来年度から「第12次鳥取市総合計画」がスタートします。本市が持続的に発展していくためには、市民や企業、団体など皆の力をあわせ、「オール鳥取市」でまちづくりを進めていくことが不可欠です。

会員の皆さまとともに、住みやすいまちづくりを進めてまいりたいと考えておりますので、引き続き御支援を賜りますようお願いいたします。

貴センターのさらなる御発展と、会員の皆さまの御健勝と御多幸を心よりお祈り申し上げます。新年のごあいさつといたします。

謹賀新年



新しい年を迎え
会員並びに
ご家族と
関係各位の
ご多幸を心より
お祈り申し上げます

公益社団法人
鳥取市シルバー
人材センター

理事長	奥田 恒久
副理事長	中島有為子
専務理事兼 事務局長	山本 雅宏
理事	山下 峰子
理事	瀧 寿美雄
理事	須田すみ枝
理事	松本 大輔
理事	坂田 照恵
理事	西郷 徳彦
理事	梨原 裕子
理事	福田 克彦
理事	植木 良雄
理事	谷尻 和彦
監事	太田 義久
監事	洞崎 雅好
事務局職員一同	

本年度の安全パトロールを終えて

本年度も、会員の皆様の安全意識の高揚と就業場所での安全指導を目的に5月から11月まで剪定、草刈り、除草、その他屋内外の作業現場66か所を不定期に安全パトロールを実施しました。特に7月は「安全就業月間」として、毎週1回の巡回を行いました。

巡回の結果、ほとんどの現場で基本的な安全ルールは守られており、指導を行うような場面は少なく、会員の皆様の日頃からの高い安全意識がうかがえましたが、次の2件については安全上の指摘を行いました。

一つ目は、屋外作業において麦わら帽子を着用していたため、暑い時期は通気孔付きの安全帽にするなど、暑さ対策を行うつつ頭部の保護を第一に安全帽の着用を指導しました。

二つ目は、狭い場所で脚立を広げることができず、留め金が固定されていない状態で作業が行われていました。安全対策の基本を怠ると重大な



また、日頃からの健康管理は安全就業の基本です。「安全はすべてに最優先する」という原則を胸に刻み、来年度こそは事故ゼロの達成を目指して、会員の皆様一人ひとりのご協力をお願いします。

事故につながる恐れがあります。どんな現場でも油断せず、安全装備の着用と作業手順の確認を徹底してください。

なお、今年11月末時点で傷害事故が4件、賠償事故が1件、労災事故が1件発生しています。どの現場にも思わぬ危険が潜んでいることを忘れず、作業前には周辺環境や作業環境を確認し、安全対策を徹底してください。

寒くなる季節に

高齢者に多い
“冬季うつ”に要注意！

冬は日照時間が短くなり、寒さで外出機会が少なくなることで心身の不調が出やすい季節です。また、日光から受ける刺激が少なくなること、ホルモン（セロトニン）のバランスが崩れ、体内時計も乱れ、うつ状態に陥りやすくなります。ホルモンバランスを整え、寒い冬を明るく元気に過ごしましょう。

冬季うつ自己診断テスト

- ☐ 強い疲労感・倦怠感がある。
- ☐ 寝ても、寝ても眠くて朝が起きられない。
- ☐ 以前ならできた仕事や家事ができなくなった。
- ☐ 日中も眠気がとれない。
- ☐ 炭水化物や甘いものを過食してしまう。
- ☐ 体重が増えた。
- ☐ 気分が落ち込みやすい。
- ☐ 集中力・思考力・判断力が低下したと感じる。
- ☐ 以前楽しめた事に興味が持てない。

※上記項目のうち5つ以上当てはまったら、
冬季うつの可能性が考えられます。

自分でできる予防策

①太陽光を浴びる

（自然光を取り入れ、室内を意識的に明るく保つ。）

②バランスのとれた食事をする

（魚・卵・大豆製品・緑黄色野菜を積極的に取り入れる。）

③社会的つながりの維持

（積極的にコミュニケーションを図り、孤独感を減らす。地域のイベントや、ボランティア活動に参加する。）



※厚生労働省資料を参考に鳥取市SCで作成

安全・適正就業標語を募集します

会員各位の安全意識の高揚を図るため「安全・適正就業標語」の募集を行います。

- 応募作品 令和8年 安全・適正就業標語
- 応募点数 1人3点以内
- 応募方法

会員番号、氏名、地域班名を明記し、事務局へ郵送、FAX、メール又はご持参ください。
送り先：〒680-0845鳥取市富安2丁目104-1
FAX：0857-22-0051

E-mail: tottori-sawa@sjc.ne.jp
（応募用紙の書式は自由）

- 応募締切 令和8年2月6日（金）
- 選定・表彰

最優秀賞1点、優秀賞3点を選考し、表彰します。応募いただいた方には参加賞を進呈します。

第25回 安全大会について

会員一人ひとりが安心して就業できる環境づくりを目指して、下記のとおり安全大会を開催します。

ぜひご参加ください。

- 日時 令和8年3月6日（金）
午後1時30分～午後3時
- 場所 さざんか会館5F 大会議室
鳥取市富安2丁目104-2



令和8年4月から 契約方法の見直しを行います。

令和6年11月の特定受託事業者に係る取引の適正化等に関する法律（以下「フリーランス法」という。）の施行に伴い、厚生労働省から示された「シルバー人材センターにおける契約方法の見直しに関する基本方針」に基づき、請負・準委任の形態で仕事を引き受ける場合の契約方法について、下記のとおり見直しを行います。

この新たな契約方法は、令和8年度から一般家庭や公共団体の契約を始めとして、企業や団体に順次拡大していく予定です。

フリーランス法への対応

背景と目的

フリーランス法は、フリーランスとして働く人々が安心して仕事ができる環境を整えるために制定された法律であり、フリーランスの方と企業等の事業者の間の取引を適正化し、就業環境を整備することを目的としています。

請負・準委任の仕事をやる鳥取市シルバー人材センター（以下「センター」という。）の会員はフリーランスであり、フリーランス法の適用対象です。

フリーランス法では、仕事をする会員と仕事を発注する発注者の間に、直接的な契約関係が生じるようにしなければなりません。

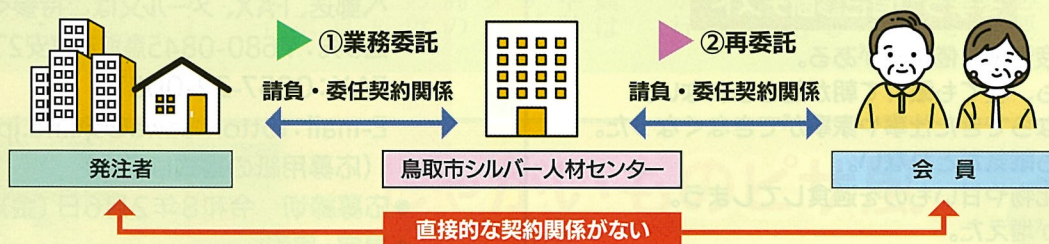
フリーランス

企業や特定の団体に所属せず個人の立場で業務ごとに契約し、仕事を請け負う働き方です。

企業等と雇用契約は結ばないため、労働基準法を始めとした労働法は適用されません。

現行の契約方式

現在の契約方式は、発注者がセンターに①業務委託し、センターは会員に②再委託する二段階の契約方式になっており、発注者と会員との間には、直接的な契約関係は生じていないため、フリーランス法が適用できていません。



新しい契約方式への移行

三者間の包括的契約

新しい契約方式は、発注者と会員の間に直接的な契約関係が生じるようにする三者間（センター、発注者、会員）の包括的契約です。

発注者は、センターを通じて会員に仕事を依頼し、センターが発注者と作業内容等を調整して会員とのマッチングを行い、会員は発注者とセンターとの間で合意した仕事をします。

発注者は、会員がセンターとの間で合意した仕事を適正に行うことができるように、作業環境を整備します。

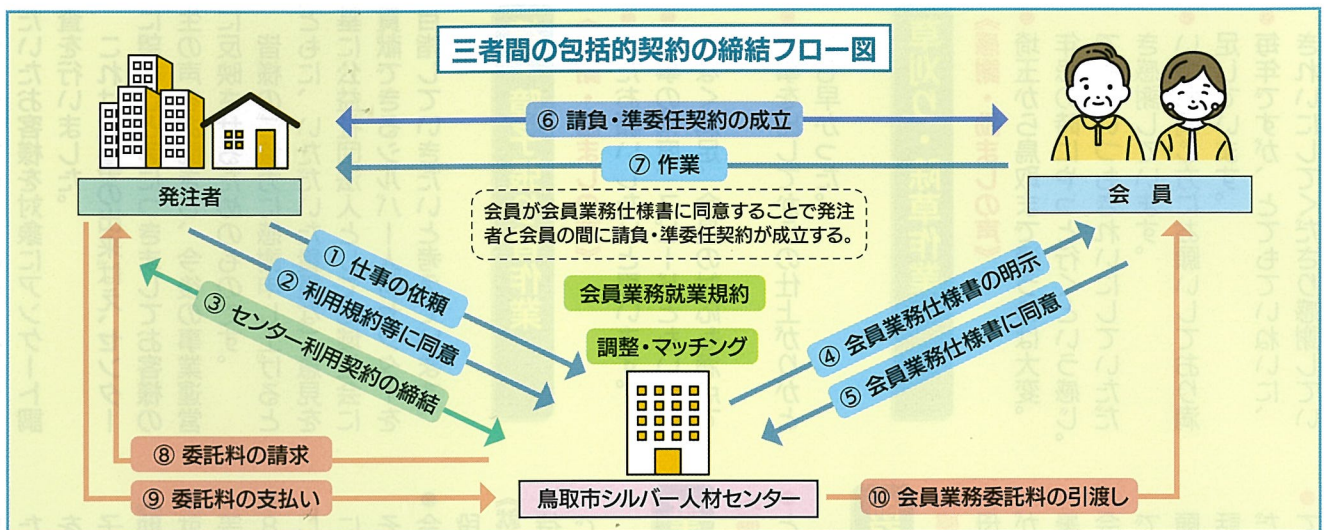
センターは、発注者とセンターとの間で合意した仕事が円滑に行われるように、会員をサポートするとともに、発注者と会員との間で仕事の履行に関して様々な調整を行います。

フリーランス法に規定する給付の内容等の明示

会員に対する給付の内容等の明示は、センターが会員に「会員業務仕様書」を引き渡すことにより、発注者は、給付の内容等を会員に明示したことになります。

センターは、センターが契約している総合情報処理システムの会員専用サイトSmile to Smileを活用して、会員に「会員業務仕様書」を明示していきます。

三者間の包括的契約の締結



包括的契約の締結フロー

- ① 仕事の依頼
発注者からセンターに仕事を依頼します。
- ② 利用規約等に同意
発注者は、「公益社団法人鳥取市シルバー人材センター利用規約」及び「公益社団法人鳥取市シルバー人材センター会員業務就業規約」に同意します。
※利用規約等の掲載
「公益社団法人鳥取市シルバー人材センター利用規約」及び「公益社団法人鳥取市シルバー人材センター会員業務就業規約」は、センターのホームページに掲載しています。
- ③ センター利用契約の締結
発注者とセンターは、公益社団法人鳥取市シルバー人材センター利用契約を締結します。
- ④ 会員業務仕様書の明示
センターは、「会員業務仕様書」を作成し、会員に作業条件を明示します。
- ⑤ 会員業務仕様書の同意
会員は、センターが明示する「会員業務仕様書」に同意します。
- ⑥ 請負・準委任の成立
会員が「会員業務仕様書」に同意することにより、発注者と会員の間に請負・準委任契約が成立することになります。
- ⑦ 作業
会員は、「会員業務仕様書」に基づき、作業します。
- ⑧ 委託料の請求
センターから「センター業務委託料」と「会員業務委託料」を発注者に請求します。
- ⑨ 委託料の支払い
発注者は、「センター業務委託料」と「会員業務委託料」をセンターに支払います。
- ⑩ 会員業務委託料の引渡し
センターは、発注者から受け取った「会員業務委託料」を会員に引き渡します。

料金の一部に関する消費税の課税関係

センターが発注者から受け取る利用料金は、センター業務委託料と会員業務委託料（会員が手にする報酬）の二つで構成されます。

このうち、三者間の包括的契約においては、会員が会員業務委託料の請求及び受領をセンターに委託しますので、センターを経由して請求することになりますが、発注者が会員に支払う形になります。

そのため、センターは、センター業務委託料については、消費税に係る適格請求書（インボイス）を交付しますが、会員業務委託料については、会員は、年間の課税売上高が1,000万円以下の「消費税免税事業者」であるため、適格請求書（インボイス）を発行することができません。

センターが発行する請求書には、次のとおり料金の内訳を記載しますので、ご注意ください。

利用料金の請求内訳と請求書様式

利用料金	委託料の内訳	委託料の内訳	委託料の内訳
	センター業務委託料	適格請求書（インボイス）	対象（従来どおり全額控除）
	会員業務委託料	インボイス非対応	対象外（経過措置あり）

*令和11年9月末までの間は、免税事業者からの課税仕入れについて、仕入税額相当額の一定割合を仕入税額として控除することができる経過措置が設けられています。

発注者が次のいずれかに該当する場合は、三者間の包括的契約に見直す場合であっても、これまでの消費税の納税と変更はありません。

- ①個人や家庭等、事業主ではない者
消費税申告納税対象外（納税義務対象外）
- ②簡易課税制度を選択している事業主
消費納税額計算に際して、インボイスを必要としないため、これまでと同じ取り扱いとなります。
- ③官公庁等の一般会計による事業
みなし仕入税額控除が適用され、これまでと同じ取り扱いとなります。

*課税事業者の皆様につきましては、負担増につながる結果となりますが、厚生労働省から契約の見直しが提示されたことと併せて、センターの事業を適法に運営するうえで、やむを得ない対応であることについて、ご理解いただきますよう、お願い申し上げます。

発注者満足度アンケート調査

アンケートは下記の方法で実施しました。

調査期間 令和7年10月～11月上旬

調査方法 500人対象はがきによる回答(無記名方式)

回答者数 230名(46%)

センターでは、この度ご利用いただいたお客様を対象にアンケート調査を行いました。

これは、仕事の出来ばえ、センターに望むこと等につきましてお客様の生の声をお聞きし、今後の事業運営に反映させるためのものです。

皆様のご協力に感謝申し上げますとともに、いただいた貴重なご意見を基に公益社団法人として地域社会に貢献できるシルバー人材センターを目指していききたいと考えています。

襖・障子張り替作業

《感謝・励ましの声》

- またお願いしたいと思います。
- 仕事の精度、スピードともいうこととなく満足。会員の対応も満点です。
- 仕事を出してからの仕上がりがとても早かった。

草刈り・除草作業

《感謝・励ましの声》

- 埼玉から鳥取まで通うのは大変。年忌の時にやっという感じ。でも、いつもきれいにしてください。感謝しています。
- いつも同じ方をお願いしており満足しています。
- 毎年ですが、とてもいいねに、きれいにしてください。感謝しています。

いつもありがとうございます。また利用させていただきます。写真を同封していただき、作業前後様子がわかり満足です。(墓地清掃)

《助言・要望・ご意見》

- 就業後の状態が不明のため、写真等のフィードバックを希望。
- 8月は就業会員の方の体調が悪くしてもらえなかった。それを9月になってセンターから知らされた。そんな時はどうしたらよいか。
- 今回は草取りでしたが、もっと値段は上げてほしいと思います。
- 《就業会員の対応で悪かった点があった》待ち合わせに来られず、電話連絡で来られたけど40分待った。

筆耕作業

《感謝・励ましの声》

- とてもきれいでした。

剪定作業

《感謝・励ましの声》

- 母の代から利用しています。仕事がいねい人物が信頼できる。暑い中熱心にしていただきました。会員さんの対応がとても良かったです。またお願いしたいです。お願いして2年目ですが、気軽に話でき、いろいろ相談させていだいてとてもよかったです。
- いいねいなお仕事をしてください。感謝しています。とても気持ちの

いい対応をしてくださいました。またお願いしたいと思います。ありがとうございます。

ていねいで、しっかりとした仕事をしてくれて満足。担当されている会員の方が同じ方なので、説明しなくてもきちんと全ての仕事をしっかりとしてくれて良いです。

● 毎年利用させてもらい有難いですが、長年のお付き合いです。遠方に住んでいて確認はとれませんが、終了の連絡をいただきました。

● 《助言・要望・ご意見》
● 会員が卒業等で実施不能になっても連絡がない。問い合わせで初めてわかる。困る。

● 会員の方が変わったためか、料金が高くなりました。

● 連絡を事前にしてください。

家事サービス全般

《感謝・励ましの声》

- 子育てテラスより紹介を受けました。手作りのものが食べられて、外食も減り家計も助かる。人柄が良い。(調理)
- 初めて室内清掃をお願いしましたが、とてもいいねいに行っていました。感謝です。ありがとうございます。
- 《助言・要望・ご意見》
● 人により差がある。
- 《就業会員の対応で悪かった点があった》おしゃべりがうるさい。

その他作業 (屋内外軽作業、管理、事務等)

《感謝・励ましの声》

● ていねいな作業に加え、人当たりも良くお仕事を任せられます。いつもありがとうございます。(園内清掃)

● 大変満足しています。(環境維持作業)

● 《仕事の出来栄に不満な点があった》時々梱包に隙間があります。(パレットの封入作業)

お客様からのご意見・ご要望に対する対応について

- ※ご希望であれば、作業前後の写真をお送りいたしますので、お申し出ください。(有料)
- ※作業予定時期や作業実施日などの連絡がなかったとのご指摘をいただきました。
作業時期によってはお申込みが集中し、お待たせすることもあり大変ご迷惑をおかけしました。今後作業日程等の連絡の徹底・迅速化を心掛けてまいります。
- ※毎年、同じ敷地内であっても作業の内容や状態により作業量が変動し料金は変わります。請求内容にご不明な点がございましたら詳しく説明させていただきますので、事務局へお問い合わせください。

お寄せいただいたご意見・ご要望は今後の就業や運営に反映させるとともに、すべてのお客様に満足いただけるよう、一層努力してまいります。

普及啓発活動

10月の「全国シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」の活動の一環として、公共施設等にパンフレットの設置と市内各保育園・幼稚園・公民館にポスターの配布や普及啓発部員が中心となり街頭でパンフレットの配布を行い、センターのPRに努めました。



会員拡大・就業拡大の取り組み

- 会員募集パンフレットを配布（お城まつり）
- 市報とっとり10月号（9.25発行）にセンターの記事を掲載
- 地域イベントへの参加（いなばのお袋市・楽座楽市）
- 市役所等公共の場所に会員募集とセンター紹介パンフレットの設置
- 市役所・各総合支所・市内各保育園・幼稚園・公民館などに就業拡大・会員拡大用のポスターを配布し、センター事業をPRした。
- 鳥取商工会議所会報にセンター紹介のパンフレットを折込し、市内事業所に向けて派遣事業やセンター事業をPRし、就業拡大を図った。
- 鳥取市役所「窓口用・公用共通封筒」にセンターの広告を掲載



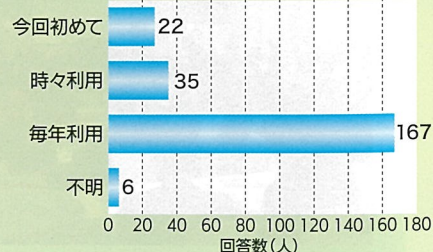
会員の皆さま一人ひとりの声かけで、働く仲間を増やしていきましょう。

お知り合いの方にパンフレットをお配りいただける方は、必要枚数をお渡ししますので、事務局へお知らせください。

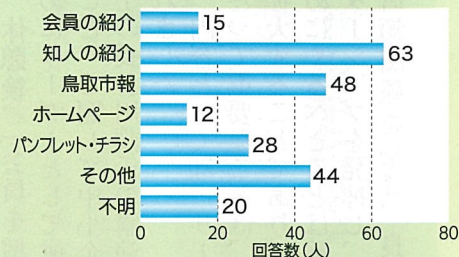
発注者満足度アンケート集計グラフ

（はがき調査 令和7年10月～11月上旬実施）

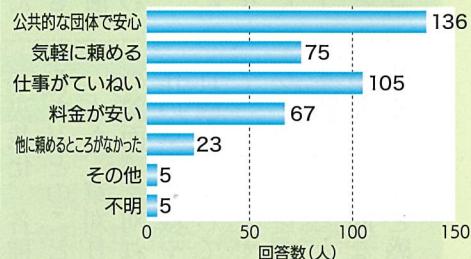
センターのご利用は



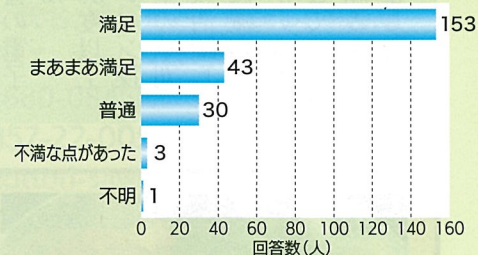
どのようにお知りになりましたか



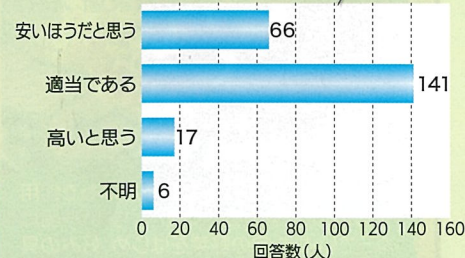
ご利用いただいた理由は（複数回答）



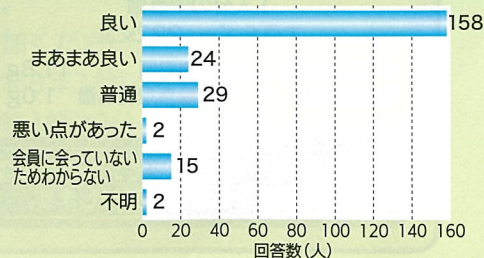
仕事の出来ばえは



仕事の請求金額は



就業会員の対応は



地域班合同一斉ボランティア

実施日時
令和7年10月21日(火)午前中

全国一斉シルバー人材センター事業普及啓発促進月間にあわせて、当センターでは市内5ヶ所で清掃活動等の一斉ボランティア活動を展開しました。

当日は、多くの会員が積極的に参加し、各地域班ごとに分かれて除草作業などの地域美化活動を行いました。

これからも、ボランティア活動に多数のご参加をお願いします。



山白川沿い歩道



国府東小学校校門前



気高町コミュニティセンター



青谷町総合支所周辺



用瀬取次所周辺

場所	内容
鉄道記念物公園内、山白川沿い歩道、階段	ゴミ拾い・落ち葉清掃、除草作業
国府東小学校校門前、給食センター周辺	草刈・除草・刈込み作業
気高町コミュニティセンター（気高町浜村）	屋外清掃・植込み除草作業
鳥取市役所青谷町総合支所周辺	屋外清掃・除草作業
用瀬駅舎、用瀬取次所周辺	屋外清掃・除草作業

令和7年度中国ブロック 「役職員交流研修会」に参加して



理事
谷 尻 和 彦



令和7年度中国ブロック「役職員交流研修会」が11月27日、28日の2日間にわたり、広島市の「広島ガーデンプレス」で開催されました。今年度の研修会には、中国地方5県の連合会やセンターの役職員209人が出席され、本センターからは奥田理事長、私谷尻と吉田次長の3名が参加しました。

1日目は、「シルバー人材センターの現状と今後について」と題して公益社団法人全国シルバー人材センター事業協会事務局長の吉野彰一氏の基調講演が行われました。内容としては、①高齢化の状況、②シルバー事業の現状、③今後のシルバー人材センターの課題・ポイント、④安全対策の徹底、⑤デジタル化の推進、⑥契約方法の見直しについて、⑦その他などの7項目の説明がありました。

シルバー会員の平均年齢は令和6年で75.1歳であること。シルバー事業は令和元年度から現在まで会員数、就業人員、受注件数ともに減少傾向にあることから、新入会員を増加させると同時に、退会を抑制する取組みが必要であるとのことでした。

休憩後、「会員を増やすためにリーダーとして成すべきこと」と題して中小企業診断士の長谷川潤氏の講演が行われました。

国シルバー人材センター事業協会事務局長の吉野彰一氏の基調講演が行われました。内容としては、①高齢化の状況、②シルバー事業の現状、③今後のシルバー人材センターの課題・ポイント、④安全対策の徹底、⑤デジタル化の推進、⑥契約方法の見直しについて、⑦その他などの7項目の説明がありました。

2日目は、「これからセンターに「期待」と「役割」を（デジタルを「共通言語」にウエルビーイングを目指しませんか?）」と題して松山市シルバー人材センター事務局次長の柳原祐二氏と企画係長の藤田敦氏の事例発表が行われました。

松山市のセンターの会員は現在約2000人、平均年齢は74.2歳とのことですが、センターは、今年「デジタル推進室」を開設し①事務局のデジタル化、②会員の就業機会確保のためのデジタル化、等を進めるとのこと。具体的には紙媒体の電子化、電子決裁化、各種報告書の電子化などとのことでした。

また、草刈りは、30度以上の斜面でも刈れるラジコン操作の草刈り機や乗用型の草刈り機を購入して使い大活躍しているそうですが、機械のメンテナンスをする人がいなく困っているとのことでした。かなり先進的な取り組みをされているなど感心しました。

じゃがいものピザ風



材 料 (2人分)

じゃがいも	200g	ツナ缶(水煮)	35g	ピザ用チーズ	20g
塩	ひとつまみ	スイートコーン缶	10g	トマトケチャップ	大さじ1 (18g)
卵	1個	せん切りキャベツ	50g	サラダ油	大さじ1 (12g)



ピザの生地を、つぶしたじゃがいもで代用することで、やわらかく食べやすい一品になっています。旬の野菜をはじめ、好みの具材を色々とのせてお楽しみください。

1人分の栄養価
エネルギー 222kcal

●たんぱく質 9.5g ●脂質 11.8g
●食物繊維 9.7g ●食塩相当量 1.0g

- ①じゃがいもは皮をむいて一口大に切った後、鍋に入れ、かぶるくらいの水を加えて中火でゆでる。
- ②①がやわらかくなったら、水分をとばして火を止め、熱いうちに塩を加えてつぶす。粗熱をとった後、2等分してそれぞれ1cm厚さの円形にする。
- ③耐熱容器に卵を割りほぐし、せん切りキャベツ、ツナ缶、スイートコーンを加えて混ぜあわせ、電子レンジ（500w）で約2分加熱する。
- ④サラダ油を中火で熱したフライパンに②を並べ、少し色づく程度に両面を焼いたら火を止め、片面にトマトケチャップをぬる。
- ⑤④に③、ピザ用チーズをのせてふたをし、再び弱火でチーズがとけるまで加熱する。

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

子育て支援講習

7月3日(木)、子育て支援の仕事に携わる会員のスキルアップを図るため、鳥取消防署、鳥取市子ども家庭センターの方を講師に迎え「子育て支援講習会」を開催しました。

鳥取消防署の方からは、はじめに、幼児の安全・救命講習の指導をしていただきました。熱中症の対策については、汗が多く出た場合は、スポーツドリンクなどで塩分を補うこと、体調に変化が感じられた場合は、早めに体を休めること。また日頃から食事をきちんととる、十分な睡眠をとるなど、規則正しい生活の大切さについてお話をしていただきました。また、心肺蘇生の指導では、参加者がAEDを使用し幼児への対処方法について指導していただきました。

鳥取市子ども家庭センターの方からは、子育て支援の現状、会員が参加している健診ボランティアについてお話をしていただきました。

現在、子育て支援事業は、月1回開催している「こども広場」を中心に健診ボランティアへの参加協力、イベント等の託児などをしていきます。

これから講習会で学んだ知識を生かして子育て支援事業を安全に継続していきたいと思います。



受講者の声

- 救命救急の講習は何度か参加したことがあるが、いざその場に遭遇したら、きっと慌てて上手く出来ないと思う。定期的に研修して行きたいと思います。
- AEDの貼る部位等の説明を受け非常によくわかり、有意義だった。実際、実施し戸惑う事もあり、なかなか難しかった。

剪定講習会

10月15日(水)、16日(木)の2日間、樹木医の伊藤亨氏を講師に迎え、鳥取市立湖東中学校を会場として剪定講習会を開催しました。

はじめに安全装備の基礎を学んだ後、剪定ばさみの種類や用途、各種樹木の剪定時期や剪定方法を教えていただきました。

次に、講師やアシスタントの丁寧な指導や助言を受けながら、実際にはさみを持ち低木の剪定方法を学習した後、松や雑木の剪定を行いました。

湖東中学校での講習会は数年ぶりということもあり、枝に積もった落ち葉の掃除や、病害虫の発生源となる枯れ枝の取り除きから始まりました。

樹木の枝ぶりを考えながら枝切り位置について意見を出し合い、講師に確認をとりながら実技に取り組みました。

休憩時間も剪定の技術や庭木の管理について参加者同士で情報交換をする姿も見えました。

今後も当センターでは、剪定作業の技術向上のため剪定講習会を開催する予定です。



受講者の声

- 今まで自己流で剪定をしていたが、剪定の基本となる知識を詳しく聞くことができ、とても参考になりました。
- 松の剪定は難しいものだと思っていたが、少し取り扱われた気がします。
- 和やかな雰囲気を楽しみながら学習できました。

スマホ講習会

11月20日(木)、NCN日本海ケーブルネットワークから講師を迎え、スマホ講習会を開催しました。

午前の部は、スマホを持っていない方を対象に実施しました。貸出しスマホを使用し、音声機能による検索方法や写真機能を使用し、地図機能、地図機能を使用し、目的地検索などスマホの便利機能を体験しました。

午後の部は、スマホは持っているが電話の機能しか使用しておらず、スマホを少しでも使いこなせるようになるために参加したと言われる方が多く見られました。

はじめにフリック式と呼ばれる文字入力や学習し、続いてマップ機能を使用し、おいしいハンパ屋さんの検索とお店までの経路の出し方を学びました。

また、Googleレンズを使用し、花の名前を調べるクイズを行い、最後にラインの新しい機能を教わりました。

併せてスマホを契約する際の注意点、所有してからの留意点、個人の情報を流出させないための心得も学びました。

就業先への経路検索など、今後の就業に活用できる機能が多く学べた有意義な講習会となりました。



受講者の声

- スマホを初めて手に取ってみました。講習会はとても参考になってよかったです。
- スマホに切り替える良い講習会だった。
- みんなの中で講習を受けて分かりやすかった。
- 知りたいと思っていたことを教えていただき大変良かったです。

二セ警察詐欺に注意!

自宅の固定電話や携帯電話あてに、警察官を名乗り

●「犯人を逮捕し押収口座にあなた名義の口座がある」

●「あなたの口座が犯罪に使われている」などと理由をつけて

●「口座を調査する」

●「現金を確認する必要がある」

などと言って現金を振り込ませたりする詐欺の手口が増加しています。

警察役の犯人は、「あなたは逮捕される」などと不安をおおったり、テレビ電話で偽の警察手帳や偽の逮捕状を見せたりするケースもあります。

電話会社や総務省等を名乗り電話をかけ、その後二セ警察に電話を代わるケースもあるので、注意が必要です。

●警察はSNSで連絡しません。

●警察はテレビ電話で取調べをすることはありません。

●国際電話詐欺に遭わないために

●+(プラス) から始まる国際電話からの予兆電話が増加しています。

●+1や+44などから始まる番号は国際電話番号です。

このような表示の電話には「出ない」「かけ直さない」ことが重要です。

●国際電話を利用されない方は

詐欺被害に遭わないために、発信・着信を無償で休止できます。

※国際電話の利用休止はこちら

↓国際電話不取扱受付センター

0120(210)364

警察庁の広報資料より抜粋

講習会の予定 受講料無料 定員 20名

会員の方はもちろん、会員以外の60歳以上の方も是非ご参加下さい

襖・障子・網戸張替講習会

●日程

令和8年2月17日(火)～2月20日(金)

●場所 鳥取市シルバー人材センター(作業室)

●講師 会員講師

★作業ができる

服装・弁当持参



講習会についてのお問い合わせ、お申込みは事務局(TEL22-0050)までお願いします。



スミ男とスミ子の小話日記

キッチン裏技編



スミ男

なにをそんなにイライラしているの

ラップの端が見つからないのよ!

スミ子

スミ男

それなら簡単に見つける方法があるよ。輪ゴムを片手の親指と小指にぴんと張って、もう一方の手に持ったラップのロールを軽く押し当てて転がしてごらん。

あ! 本当だ、端がめくれた! すごい!

スミ子

スミ男

輪ゴムがない時は、セロハンテープかマスキングテープで表面をペタペタすると、端が貼り付いて持ち上がるよ。

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っ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。

入会説明会

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。

●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8年 1月13日(火)・27日(火) 4月14日(火)・28日(火)
2月10日(火)・24日(火) 5月12日(火)・26日(火)
3月10日(火)・24日(火) 6月9日(火)・23日(火)

すぐに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8年 1月22日(木) 2月26日(木) 3月26日(木)
4月23日(木) 5月29日(金) 6月25日(木)
※第5金曜日

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

今から25年前、辰己渚さんの『捨てる!』技術を読み、それから10年後、やましたひでこさん提唱の断捨離をやらなきゃと思い、「こんまりさん」こと近藤麻理恵さんの講演も聞き…でも物是一向に減らないまま月日が流れ、「断捨離」ではなく「終活」を始めなければならない年齢になってしまいました。昨年シルバー人材センター主催の『シニアのための整理整頓』教室に参加し、新たにやる気が!!
今年は午年、活動的になる年! どんどん片付けて、清々しい一年をすごせればと願っています。
皆様にとりまして活動的な一年でありますように(U.N)



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

