

## 事務局だより

会員数 721名(令和6年11月末現在)  
契約額 委託 3億5,459万8,906円  
派遣 4,523万1,539円  
(いずれも令和6年4月～11月分の額)

# 迎春

新春のお慶びを  
申し上げます



ご健康に留意され、安全に心がけ、今年こそ、事故  
ゼロを目指して、楽しく頑張っていきましょう。

### 安全就業の心得

- ① 作業は安全第一を  
心掛け、急いだり  
あわてたりしないこと。

令和7年1月1日発行

貝塚市海塚1丁目17番20号  
(公社) 貝塚市シルバー人材センター

TEL 072-432-3620

FAX 072-436-3957

会員さんが受取った配分金に対する所得税法の取扱いについて(令和6年分)

会員さんが受け取る配分金は、所得税法上「雑所得」とされ、センター等から受取った配分金収入は、原則、翌年3月15日までに所得税の確定申告をする必要があります。

※確定申告については、岸和田税務署（岸和田市土生町2丁目28番1号

☎ 072-438-1341）にお尋ね下さい。

◎令和6年1月～令和6年12月までの「配分金支払証明書」については、1月末に郵送しますので、必要書類としてご利用下さい。

お知り合いの方にお知らせください

今月の入会説明会は1月16日（木）です。

午後1時30分から、シルバー人材センター2階会議室で開催します。

貝塚市健康推進課からのお知らせ

市民健康講座

～今日からできる糖尿病予防～

2/8(土) 14:00～

講師:中田 信輔 先生(なかたクリニック)

協力:貝塚市薬剤師会、市立貝塚病院

☆講演後「血糖値測定」「お薬相談」実施(希望者のみ)

場所:市役所6階多目的ホール

申込:電話、FAX、インターネットのいずれか

※12/25～受付開始、定員に達し次第締め切り

電話:072-433-7091・7036

FAX:072-433-7005 ☆参加費無料

インターネット



FAX

①氏名 ②生年月日  
③電話番号(日中連絡のつきやすい番号)  
④ファックス番号 記入して下さい

定員50名  
(要事前申込)  
参加記念お土産あり☆

タニタ健康セミナー

心地よい睡眠のために

～ぐっすり眠れてすっきり目覚める快眠のコツ～

2/21(金) 14:00～15:00

(13:30開場)

場所:コスモシアター中ホール

主催:貝塚市健康づくり推進委員会

講師:株式会社タニタヘルスリンク

参加費:無料

対象:貝塚市在住、在勤の方

定員:当日受付 先着300名



★参加記念品:つげさんポーチ(非売品)

問合せ先: 電話 072-433-7091

FAX 072-433-7005

# 発症や重症化を予防しよう

貝塚市健康推進課からのお知らせです



## インフルエンザ・新型コロナ

例年、この時期は流行します。感染対策を心がけましょう

### 【予防について】

- 手洗い・手指消毒
  - マスク着用
  - 規則正しい生活習慣や適度な運動
  - 過度なストレスを避ける
  - ワクチン接種
- 換気
  - 人込みを避ける

新型コロナワクチン接種券の送付はありませんが、対象のかたは接種医療機関で接種できます。



二次元コード

詳細については、二次元コードを参照ください。



### 【貝塚市の定期予防接種について】

期間：令和7年1月31日まで

対象：①65歳以上の市民

②60～64歳の市民

(心臓・腎臓・呼吸器などに障害があり、身体障害者手帳1級相当の方)



## 带状疱疹

症状があれば内科または皮膚科  
をすぐに受診しましょう！

### 【症状について】

带状疱疹の初期症状は、身体の左右どちらかに、神経のある部位ならどこにでも生じる皮膚の痛みや違和感、かゆみです。その後、発疹や水ぶくれ（水疱：すいほう）があらわれるのが一般的です。皮膚症状が治っても、後遺症で痛みが残り、家事ができない、仕事に集中できない、眠れないなど、日常生活に支障をきたすことがあります。また、顔や首に水ぶくれができると、外見が気になって外出しづらくなることもあります。

### 【治療について】

症状が出たら、できる限り早く医療機関を受診し治療を始めることが重要です。発疹が出てから72時間以内に抗ウイルス薬を飲み始めることが望ましいといわれています。抗ウイルス薬を飲むことで体内のウイルスの数が減少すれば、症状は次第に軽減します。効果が得られないからと勝手に服用をやめたりせず、指示されたとおりに薬を飲みましょう。

### 【予防について】

規則正しい生活習慣や適度な運動等が大切です。その他に50歳以上のかたは、带状疱疹の予防接種（任意接種：貝塚市からの費用助成はなし）を受けることができます。

問合せ先：貝塚市健康福祉部健康推進課

電話：072-433-7091

# クラフトバンド講習会を開催しました！

第4回クラフトバンド講習会を女性部会主催で  
12月3日・10日に受講者10名で開催しま  
した。クリスマスリースとミニサンタを作りま  
した。



## 第5回クラフトバンド講習会！



第5回クラフトバンド講習会の開催が決定しました

前回参加された方も、初めて参加される方もお気軽にご参加ください。

今回はお出かけバッグを作ります！



○日時 令和7年2月18日(火) 午後1時半～5時頃

△参加費 1,000円 (材料はこちらで用意します)

◇場所 シルバー人材センター2F会議室

☆持ち物 はさみ、洗濯ばさみ(5～10個)、えんぴつ、メジャー、ボンド

♡申込 シルバー事務局へ **2月3日**までに材料費を添えてお申し込みください。

会員さん限定！当日までの入会でもOK！お友達とのご参加お待ちしております。

※事務局まで申込に来られない方は電話申し込みしていただき、当日材料費をお持ちください。  
申し込みの際に色をお選びください。当日参加されない場合でも、材料費はお返しませんのでご了承ください。申し込み・お問い合わせは事務局まで☎072-432-3620