

# なすのはら

 法人会  
消費税期限内納付  
推進運動

## 深山ダム（湖）

みやま  
深山ダム（湖）は、国営那須野原開拓建設事業の一環として那珂川上流に建設された農業・上水道・発電用のダムで、昭和48（1973）年に完成しました。高さ75.5メートル、堤の高さ333.8メートルにロックフィルダムで、これによってできた深山湖の総貯水量は2,580万トンになります。

深山ダム（湖）の水は世界有数の揚水式発電所である沼原発電所へ揚水され、標高1,200メートルの沼原調整池を上池として、その落差517メートルを利用して発電しています。最大出力は67万5,000キロワットになります。

ダム（湖）の周辺は豊かな自然にあふれ、新緑や深緑、紅葉など四季折々の景色を大パノラマで楽しむことができます。



# ●第8回通常総会開催される●

第8回通常総会が令和2年6月11日(木)に、カシマウェディングリゾート大田原において厳粛に行われました。新型コロナウイルス感染拡大の影響から、来賓を呼ばず、965人(内委任状949人)、監事2名の少人数、短時間での開催となりました。

### 報告事項

1. 令和2年度事業計画並びに令和2年度収支予算報告の件
2. 令和3年度「税制改正提言書」の件

### 決議事項

1. 第一号議案

令和元年度事業報告並びに令和元年度収支決算報告承認の件

・・・意義なく、原案通り可決された。

表彰式は、氏名を発表するにとどめ、約1時間で閉会した。

1日も早い、新型コロナ感染が収束して、事業を再開できるよう期待している。

### 表彰者一覧

- ・会長表彰状……関根謙治 小林勝美 石山桂子  
稲田和弘 久留生正人
- ・会長感謝状……鈴木さゆみ 郡司栄子 八巻文子
- ・会員加入勧奨功績感謝状……(株)栃木銀行  
那須信用組合
- ・福利厚生推進表彰……泉田裕平 不動勝昭  
足利不動産(株) (敬称略)

## \* 法人会の理念 \*

法人会は税のオピニオンリーダーとして  
 企業の発展を支援し  
 地域の振興に寄与し  
 国と社会の繁栄に貢献する  
 経営者の団体である



総会会場内 風景



総会挨拶 城田民男 会長



監査報告 小坂橋博幸 氏

法人会女性部会

## いちごプロジェクト

節電にご協力ください。  
 ー無理なく 無駄なく 快適にー

「いちごプロジェクト」とは?  
 「いちご」のネーミングは、2011年夏の節電目標「15%」に由来しています。いちごは「毎年実をつける多年草」であり「全国各地で広く栽培」されます。そのイメージを、毎年女性部会が全国的に継続して取り組む社会貢献活動に重ねました。

「法人会」とは  
 法人会は、税のオピニオンリーダーとして、企業の発展を支援し、地域の振興に寄与し、国と社会の繁栄に貢献する経営者の団体です。  
 現在、全国各地に440単位法人会があり、県単位の連合体として41都道府県連が組織される約80万社の企業が加入しています。法人会では「税知識の普及」「租税教育」「地域社会貢献」などを中心に地域に密着した活動を展開しています。

みんなで出来る夏の節電対策

同じ温度でも風があると人は涼しく感じます。エアコンと扇風機を一緒に使って体感温度を下げましょう。冷たい空気は下へ溜まりやすくなるので、扇風機をエアコンと向かい合わせて置き、頭を上に向けて効果的です。  
 また、帰宅したらまず窓やドアを2カ所以上開けて風の通り道を作り、こもった熱気を外に出してからエアコンを使うと、より冷気が循環しやすくなります。

直射日光を避けて涼しい部屋を作るう!  
 涼しい部屋を作るには直射日光を防ぐことが重要です。窓にすだれを掛けたりグリーンカーテンを作って日陰を作ると、見た目も涼しげで集約なインテリアになります。断熱フィルムや遮光カーテンを利用しても効果があります。  
 ビーズやおはじきを入れた金魚鉢を飾ったり、喜ながらの風鈴や水につけて使う和紙の水うちわなど、目や耳で涼しさを楽しむのもオススメです。



鮎釜めしセット 1,700円(税込)

あゆ塩焼、あゆ釜めし、うな重、その他川魚料理

# 黒羽観光築漁業組合

大田原市黒羽向町1639 TEL 0287-54-0087

営業期間 7月1日～11月3日(無休)

営業時間 午前10時～午後5時



## 会長挨拶

公益社団法人  
大田原法人会 会長  
城 田 民 男

この度の新型コロナウイルス感染拡大による、政府の緊急事態宣言をうけ、3月と5月の理事会は初めて、「書面決議」により開催致しました。

書面決議は、

- ①定款に定めがあること。当会定款第31条2項に定められています。
- ②理事会開催目的事項について、決議に加わる事が出来る理事の全員が書面により同意の意思表示をすること
- ③監事が異議を述べないこと

全員の理事と監事から同意を得て決議事項が承認されました。

また、各支部の全体会議も、7支部すべてが書面決議による全体会議となりました。

また、「第8回通常総会」につきましても、入り口での検温を実施し、体調確認をして、消毒、マスク着用して入場していただきました。会場では、ソーシャルディスタンスをとり、来賓をお呼びせず、少人数で短時間開催と致しました。青年部の発表の中で、Zoomによる研修会が報告されました。自宅にしながら研修会に参加出来るこのシステムは、新しい形としてこれから期待していきたいと思っています。

皆様には、理事会から総会に関しまして、大変ご心配をおかけしましたが、多大な御協力をいただきましたことに、心から感謝とお礼を申し上げます。

各委員会におきましては、3月6日の総務委員会と、13日の正副会長、青年・女性部長会議には、大田原税務署から、田中統括官にご臨席をいただきました。税務署としては、確定申告の延長と、消費税の延長を決め、新型コロナウイルス感染予防に対して適切な対応をしている旨の説明がありました。会議では、理事会のあり方について話し合い、書面決議となることを了承していただきました。

今は何も出来ない状況にあります。今後は、政府や全法連などの見解を注視し、事業を進めていかなければなりません。

世界経済は新型コロナウイルス感染拡大によって、その本質的脅威(感染拡大・致死率)とは別の次元の脅威があります。それは、観光、交通、外食などの需要の蒸発、経営危機、雇用不安という経済危機にまで進化してしまったことです。

経済のサービス化が言われて久しいですが、中国のGDP(国内総生産)の7割が、日本でも6割が個人消費です。自粛が及ぼす経済への打撃はかつてない規模となり、非製造業から製造業へと伝播してきました。経済はいっそう縮小均衡に陥り、あたかも世界大不況への道を歩み始めてしまったようです。

法人会としても、活動に対して慎重に考え、行動していく所存であります。

結びに、会員の皆様のご健勝とご多幸をご祈念申し上げます。

浄化槽・設計・施行・管理・清掃

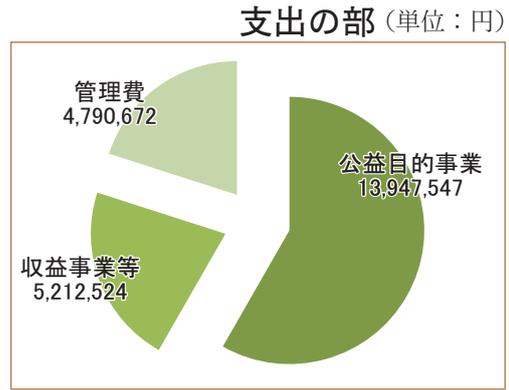
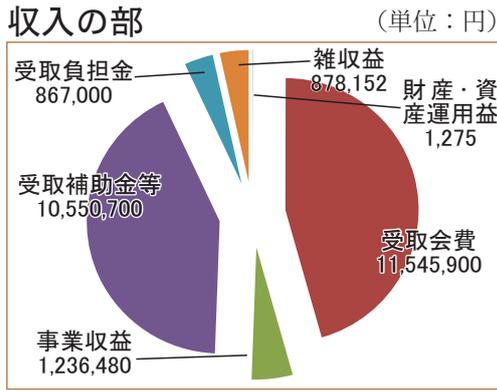


(有) 高安産業

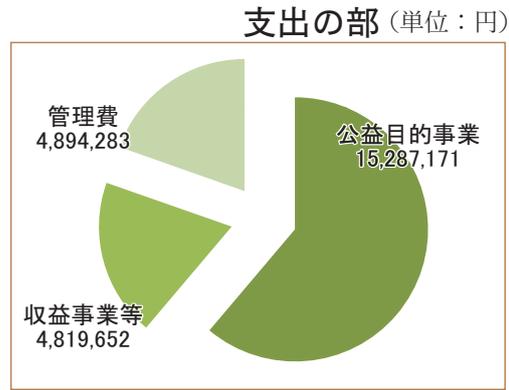
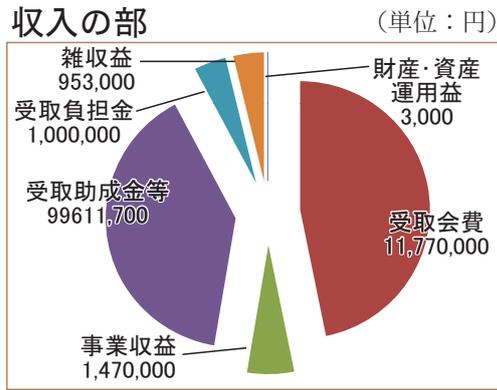
〒324-0052  
栃木県大田原市城山2-15-27

TEL. 0287-22-3378  
FAX. 0287-28-6585

### 令和元年度決算額（損益ベース）



### 令和2年度収支予算額（損益ベース）



### 令和2年度事業計画 活動方針

#### I. 基本方針

当法人会は公益社団法人として、税知識の普及、納税意識の高揚に努め、税制・税務に関する提言を行うなど健全な納税者の団体として積極的に活動していく。さらに適正・公正な申告納税制度の維持・発展と税務行政の円滑な執行にも寄与していく。また、地域企業並びに地域社会の健全な発展に貢献するとともに、会員の福利厚生及び会員相互の交流に資するための事業の充実を図る。

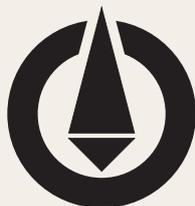
#### II. 基本的事業計画

1. 公益目的事業
  - (1) 税に係る事業
  - (2) 経営支援事業
  - (3) 地域社会貢献活動
2. 共益事業
  - (1) 福利厚生事業
  - (2) 会員交流事業
  - (3) 会員増強事業

- (4) 支部活動の推進
- (5) 青年・女性部活動の推進
3. 管理部門事業
  - (1) 規定の整備
  - (2) 諸会議関係
  - (3) 事務運営体制の確立
4. その他
 

会において実施することが必要と認める事業を実施する。

\* 詳細はホームページの情報公開欄に記載致しますのでご覧下さい。 <http://ohtawara.or.jp/>



未来を創造

## 総合建設業

栃木県知事許可第3700号

# 株式会社 鈴木土建

代表取締役社長 鈴木康弘

〒325-0103 栃木県那須塩原市青木12-41

TEL 0287-63-3647 FAX 0287-62-3740

新型コロナウイルス感染症の影響により、国税の納付が難しい方へ

## 納税の猶予をご利用ください

新型コロナウイルス感染症の影響により、国税を一時に納付することが困難な場合は、税務署に申請することにより納税が猶予されます。

○現行の猶予の要件（幅広い方が認められます。）

- ・ 一時の納税により、事業の継続・生活維持が困難なおそれがある。
- ・ 納税について誠実な意思。      ・ 納期限から6か月以内に申請がある。
- ・ 猶予を受けようとする国税以外に滞納がない。

（注）1 担保の提供が明らかに可能である場合を除いて担保は不要です。

2 既に滞納がある場合や申請期限を過ぎた場合は、税務署長の職権で猶予を検討します。

○現行の猶予が認められると…

- ・ 原則として1年間納税が猶予されます（資力に応じて分割納付となります。）。
- ・ 猶予中は延滞税が軽減されます（通常年8.9%→軽減後年1.6%※）。

※令和2年中における延滞税の利率

申請による換価の猶予 国税徴収法第151条の2

収入が概ね2割以上減少している方には、更に有利な特例があります

納税の猶予に『特例（特例猶予）』が創設されました！

延滞税なし

1年間猶予

無担保

### 特例猶予の要件

○ 以下の①、②のいずれも満たす方が特例の対象となります。

- ① 新型コロナウイルスの影響により、令和2年2月以降の任意の期間（1か月以上）において、事業等にかかる収入（注）が前年同期に比べて概ね20%以上減少していること。
- ② 一時に納税することが困難であること。

○ 令和2年2月1日から同3年1月31日までに納期限が到来する国税が対象です。対象となる国税であれば、既に納期限が過ぎている未納の国税（猶予中のものも含みます。）についても、遡って特例を適用することができます（法律の施行から2か月間（令和2年6月30日まで）に限ります。）。

（注）収入には、事業収入のほか、給与収入などの定期的な収入も含まれますが、譲渡所得などの一時的な収入は含まれません。

納税の猶予の特例 新型コロナ特法第3条



猶予の申請方法は裏面へ

令和2年5月

## まずは「国税局猶予相談センター」へ電話でお早めにご相談ください

- 猶予制度に関するお問合せについては、「国税局猶予相談センター」（フリーダイヤル等）をご利用ください。

【受付時間】 8 : 30~17 : 00（土日祝除く。）

電話番号はこちら

【電話番号】 国税局によって異なりますので、国税庁ホームページをご覧ください。  
[https://www.nta.go.jp/taxes/nozei/nofu\\_konnan/callcenter/index.htm](https://www.nta.go.jp/taxes/nozei/nofu_konnan/callcenter/index.htm)



## 猶予の申請方法

「納税の猶予申請書」を所轄の税務署（徴収担当）に提出してください。

申請は郵送（様式は国税庁HPから入手可能）又はe-Taxをご利用ください。

- 申請書の作成が難しい場合は、国税局猶予相談センター（フリーダイヤル等）にお気軽にご相談ください。
- 収支状況などの確認のため、預金通帳や売上帳等の書類の準備をお願いしますが、書類の提出が難しい場合は、職員が口頭でお伺いします。

### ご注意いただきたいこと

- 特例猶予は納期限までに申請が必要です。  
（注）法律の施行から2か月間（令和2年6月30日まで）は納期限後であっても申請できます。
- 特例猶予が受けられない場合でも、要件を満たせば、現行法での猶予が受けられる場合があります。  
（注）現行猶予は、納期限から6か月以内に申請が必要です。

税務署において所定の審査を迅速に行います

## その他、個別の事情に該当する場合は、その旨をお申し出ください

次のような個別の事情がある場合は、特例猶予の他に延滞税なしで納税の猶予が認められることがありますので、ご相談の際、お申し付けください。

【ケース1】新型コロナウイルス感染症の患者が発生した施設で消毒作業が行われたことにより、備品や棚卸資産を廃棄した場合

【ケース2】納税者ご本人又は生計を同じにするご家族が病気にかかった場合、  
 国税を一時に納付できない額のうち医療費や治療費等に付随する費用

納税の猶予 国税通則法第46条



国税の猶予の詳細はこちら

国税猶予

検索



※地方税や社会保険料についても同様の制度が設けられています。

地方税については総務省のホームページを、  
 社会保険料については厚生労働省のホームページをそれぞれ御確認ください。  
 総務省：[https://www.soumu.go.jp/menu\\_kyotsuu/important/kinkyu02\\_000399.html](https://www.soumu.go.jp/menu_kyotsuu/important/kinkyu02_000399.html)  
 厚生労働省：[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_10925.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10925.html)

# 税理士コナ

## 緊急時の資金繰り対策

新型コロナウイルス感染拡大が、今まで経験したことのないような深刻な影響を地域経済に及ぼしています。収束の見通しは立たず、収束後の世界がどのようになっているのかも今は予測できませんが、当面の危機を乗り越えるための対策を提案いたします。

### 【資金の流出の削減】

固定費の削減、既存借入金の返済条件の見直し、運転資金の支払い条件の見直し等は、すでに対策を実行していると思いますが、税制面でも納税猶予が受けられますので、利用の可否を検討して、手元資金を確保してください。

### 『納税猶予の特例』

#### 1. 対象となる事業者

個人事業者・法人事業者を問わず、次の①②の条件を満たす方が対象で、担保の提供は必要なく、延滞税もかかりません。

- ①新型コロナウイルスの影響により、令和2年2月以降の任意の期間において、事業等にかかる収入が前年同期に比べて概ね20%以上減少していること。
- ②一時に納税を行うことが困難であること。

#### 2. 対象となる税目

令和2年2月1日から令和3年1月31日までに納期限が到来する所得税・消費税・法人税等ほぼすべての税目が対象となります。(印紙で納めるものは除く)

- ・すでに納期限が過ぎていた未納の国税について、遡って特例が利用できる。
- ・すでに延滞税がかかる他の納税猶予を受けている場合に、この特例に切り替えることによって、はじめから延滞税がないものとして猶予を受けることができる。(納めた延滞税の還付も可能)

#### 3. 申請手続き

令和2年6月30日、または納期限のいずれか遅い日までに税務署へ申請します。

提出書類：「納税の猶予申請書」「収入や現預金の状況がわかる書類」(売上帳、現金出納帳、通帳のコピー等)

### 【運転資金の確保】

#### 『持続化給付金』

##### 1. 給付対象の要件

- ①新型コロナウイルス感染症の影響により、ひと月の売上が前年同月比で50%以上減少している事業者
- ②2019年以前から事業による事業収入を得ており、今後も事業を継続する意志がある事業者
- ③法人の場合は「資本の金額又は出資の総額が10億円未満」、又は「資本金の額又は出資の総額の定めがない場合、常時使用する従業員の数が2,000人以下」の事業者

##### 2. 給付金額

最大で法人200万円、個人事業者100万円が給付され、昨年1年間の売上からの減少額が上限となります。

##### 3. 申請手続き

申請期間は令和3年1月15日までで、パソコン・スマートフォンから次の手順で申請します。

- ①「持続給付金」で検索し、ホームページにアクセスする。
- ②メールアドレス等入力し、仮登録する。
- ③登録したメールアドレスに、メールが届いていることを確認して、本登録を行う
- ④ID・パスワードを入力すると「マイページ」が作成されるので、基本情報、売上額、口座情報等を入力する。
- ⑤必要な書類を添付する。

#### 『雇用調整助成金』

全業種を対象に、売上高等の要件緩和や助成率の引き上げなどの拡大措置が実施されています。

対象要件は次のとおりです。すべてに該当している場合、申請を検討してください。

- ①売上が5%以上減少していること
- ②雇用保険適用事業主であること
- ③休業の対象労働対象者
- ④1ヶ月ごとにおける対象労働者の「休業の実施日の延日数」が「対象労働者の所定労働日数」の1/40以上となるものであること
- ⑤労使間の休業協定があること
- ⑥休業は所定労働日の全1日にわたるものや、一定のまとまり又は一斉で行われる1時間以上の短時間休業であること
- ⑦休業期間中の休業手当の額が平均賃金の6割以上を支払っていること
- ⑧不支給要件に該当していないこと

#### 『無利息融資等の利用』

中小企業の資金繰り対策のために次のような制度も準備されていますので、利用を検討してみてください。

##### 日本政策金融公庫

- ・新型コロナウイルス感染症特別貸付
- ・新型コロナウイルス対策マル経融資
- ・特別利子補給制度

##### 商工組合中央金庫

- ・危機対応融資

##### 民間金融機関

- ・セーフティネット保証4号・5号
- ・危機関連保証
- ・信用保証付き融資の保証料・利子減免

税理士も関与先の皆様が当面の危機を乗り越え、再び成長軌道に乗れるよう支援していくことが自分たちの使命であると考えています。何とかこの危機を乗り越えていきましょう。

### 青年部コーナー

## ● 2020緊急経営特別研修会を開催して ●

青年部は、コロナウイルス対策により大田原法人会青年部で何か、お役に立つ研修は出来ないかと考え、Zoomによるネットを活用した研修会を5月13日(水)に開催しました。中小企業診断士 潮一 氏をお招きして、補助金・助成金活用や緊急融資制度等の事を詳しく知っていただくための研修内容でした。法人会会員の皆様(約30名)が参加してくださいました。初の試みでしたが、下野新聞にも取り上げられ、参加したかったとの声も多くありました。

青年部としては今後も皆様の為になる内容を研修で実施していきたいと考えております。  
(青年部長 渡辺 勇人)



### 女性部コーナー

## ● 「税に関する絵はがきコンクール」を実施 ●

女性部は毎年「税に関する絵はがきコンクール」を実施しております。

2019年度の応募総数は13小学校から、171点でした。厳正な審査により入賞作品を選考いたしますが、どの作品も、税金の使い方・税金の種類など「はがき一面」に素晴らしい描写で描かれていました。大田原在住で日本画家の「佐藤 孝義」氏を審査にお招きし、入賞作品を絞っていきました。大変苦労しましたが、20名の入賞作品が決まりました。

盛大に表彰式を考えていましたが、今年度は残念ながらコロナ感染予防対策の為、表彰式は開催出来ませんでした。しかしながら、応募作品はすべて市役所に展示して頂きました。



令和2年1月27日 法人会事務所にて審査



令和2年4月9日 大田原市役所2階 市民ギャラリーに展示

## 川島社会保険労務士事務所

社会保険・労災保険・雇用保険 諸手続き  
給与計算業務。労務管理と年金相談。

〒324-0051  
大田原市山の手2丁目19番2号  
TEL 0287-23-2511 FAX 0287-23-7564  
メールアドレス:k-hoken@topaz.plala.or.jp

SOMPO 損保ジャパン 代理店

## (有)川島保険サービスセンター



自動車保険



火災保険



傷害保険

お気軽にお問合わせください。

★支部だより★

那須町の魅力を発信する商品等を認定している那須町経済四団体推進連絡協議会は、新たなに那須興業（株）「ジャージー飲むヨーグルト プレーン」とTINTS（株）「イナボン」の2件を認定し、認定証を贈りました。那須ブランドの認定期間は5年で、今回の認定で全52件となっています。

同協議会は、那須ブランドの推進事業を行っており、那須ブランドにふさわしい商品等を「那須ブランド」として認定し、那須ブランドの確立、那須のイメージ向上、町経済の発展と知名度向上を図ることを目的としております。

那須支部 第13回那須ブランド認定

那須ブランド認定品は道の駅那須高原友愛の森の「ふるさと物産センター」でも購入できます。また、認定品のパンフレットを作成し、ホームページでもご紹介しています。

那須ブランド認定 <https://nasubrand.com/>



黒磯支部 社会貢献活動(献血)

令和2年1月30日（木）、栃木県赤十字血液センター主催の献血への協力活動を実施いたしました。前回同様、ザ・ビッグエクストラ那須塩原店にて、当支部役員による店頭や駐車場での呼び掛けを行い、雪がまだ残る厳しい寒さの中、たくさんの方に献血を頂きました。当支部は、協力者に玉子1パックと黒磯支部の名入れタオルを粗品として提供いたしました。社会貢献活動の一環として、黒磯支部はこれからも積極的に実施して参ります。



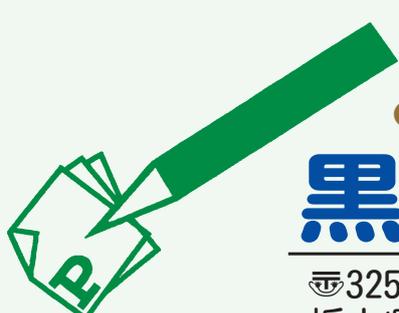
経営革新の好機到来  
ものづくり補助金 承ります！



合同会社うしお事務所  
認定経営革新等支援機関 105809000212

潮 一生・博恵

住所：栃木県那須塩原市扇町5-1  
電話：080-1328-4546  
info@ushiog.com <http://www.ushiog.com>



- チラシ
- パンフレット
- カラー印刷
- 各種伝票
- カラフル名刺
- その他

黒磯印刷株式会社

☎325-0056 TEL 0287 (62)0020  
栃木県那須塩原市本町3-5 FAX 0287 (62)0021



代表取締役 星野岳央

- ・住所 那須塩原市上郷屋98-55
- ・TEL 0287-67-3028 FAX 0287-65-5044
- ・業務内容 高性能断熱遮熱ペアガラス・防犯ペアガラス製造販売施工、住宅用サッシ・ビル用サッシ製造販売施工、エクステリア販売施工

弊社は1962年に木製建具製造販売業の星野建具店として那須塩原市住吉町で創業以来、皆様からのご愛顧により、ビル用・住宅用サッシをはじめ、カーポート・フェンスなどのアルミエクステリア、建築用ガラスの製造、加工、販売業を営んでおります。また、1995年に複層ガラス（ペアガラス）製造ラインを導入して以来、複層ガラス製造、販売、施工のノウハウと実績を積み重ねてまいりました。

建築物のサッシ枠が鉄製や木製だった時代から窓に携わり続けて半世紀あまり。サッシ枠は軽くて加工のしやすいアルミ製から、断熱性能と意匠性を兼ね備えたアルミ樹脂複合サッシへ、さらに高断熱商品である樹脂サッシへと移り変わってきました。また材質の変化だけでなく、様々な機能を持つサッシが開発されています。

### 大田原支部

## 本来の味が感じられる黒毛和牛

日本料理 志ぶ家

取締役料理長 鈴木康修

住所 大田原市中央1-12-18

TEL 0287-22-2685

鈴木康修取締役料理長舵取りの元、1921年創業の老舗は時代に合わせた成長を続けます。当店自慢の大田原産黒毛和牛与一和牛はA5ランクでありながら脂のしつこさはなく、和牛本来の味が感じられる和牛です。地元で育った和牛を1枚300円という安さでより多くの地域の皆様に食べてもらうために試行錯誤の末『与一肉おやき』の完成に至りました。

『与一肉おやき』は与一和牛を店内販売用整形時に出的カット部分の挽肉・国産豚挽肉・地元産野菜を練り、調味し餡にして、国産小麦粉を練った皮で包み、焼いたおやきです。

ふるさと納税やオンラインショップでの販売展開を始め、『与一肉おやき』の全国販売と共に、受注後に生きた鰻を捌き、鮮度にこだわった鰻の蒲焼（正味約

### 黒磯支部

## 皆様にとっての「得」を追求し続け、地域に貢献

株式会社 星野アルミ建材

そして、窓を構成するもう一つのファクターであるガラスも、一枚ガラスから複層ガラスへ、複層ガラスからLow-e複層ガラス、そしてトリプルガラスへとさらなる進化を続けています。

ニーズの多様化の時代にあって、断熱、気密、デザイン性が必要とされる窓は、生活環境を大きく左右する重要なファクターとなっています。私たちを必要といただいている皆様にとって、必要なモノではなく、得になるモノとは一体何か。皆様のニーズに的確に、そして適正な価格でお応えするべく、開発から製品化、販売、施工までを一貫して行える当社ならではの強みを最大限活かし、皆様にとっての「得」を追求し続け、地域に貢献してまいります。



150g粉山椒・自家製たれ付き)も全国販売してまいります。土用の丑の日、お中元としても喜ばれる商品となっております。

(老舗として新型コロナに打ち勝ち、更なる歴史を刻みます)



大田原ブランド認定証



和牛おやき特許



経営革新計画承認証書



## 睡眠改善で社員の免疫力高めよう

日刊工業新聞社 岡田直樹

新型コロナウイルスの影響が長期化しそうだ。業種や企業によっては、在宅勤務やリモートワークが日常化し、健康面の自己管理がより重要になる。企業はコロナ第二波や新興ウイルスに備えて「睡眠の質」の改善を支援し、社員の免疫力を高めておきたい。

今や日本人の5人に1人は寝付きにくい、眠りが浅い、早朝覚醒などの悩みを抱えているといわれる。在宅勤務では昼夜逆転など睡眠時間に乱れが生じやすい。また在宅勤務から在社勤務への切り替え時に、環境急変によるストレスから不眠症になるケースもある。

社員の「睡眠の質」を改善させる取り組みが、生産性や労働安全のみならず、感染症対策や心の健康の視点からも重要性を増している。先進的な企業では睡眠健康指導士を招いて研修を実施したり、腕時計型の睡眠センサーを導入して社員がスマホで自己管理したりするところもある。

中小企業でもできることがある。住宅リフォーム業のOKUTA（さいたま市）では、社員が就業時間中にオフィスのデスクや社用車で15～20分ほど仮眠をとれる「パワーナップ制度」が定着している。会長の奥田イサム氏が大きな事故にあったのをきっかけに、健康や企業の持続性を大切にする経営へ方針転換。その取り組みの一環として始めた。導入から8年がたち、作業効率の改善や居眠り運転の防止、創造力の発揮など、さまざまな効果が現れているという。

睡眠時間は多くの疾病リスクと密接に関わっている。厚生労働省の調査によると、疲労の蓄積度が「高い」または「非常に高い」と判定される人の割合は、睡眠時間が短くなるにつれて高くなる傾向がみられる。睡眠不足が続き「睡眠負債」が溜まると、肥満や糖尿病、高血圧症、ガンなど生活習慣病の危険因子になるとの研究報告もある。

“睡眠負債”は免疫力を低下させ、感染症にか

かりやすくなることも判明している。カリフォルニア大学の精神医学博士アリック・プレイサー氏の研究論文によると、風邪をひく確率は、睡眠時間が5時間未満の人では4.50倍、5～6時間では4.24倍で、7時間睡眠をとった人より高い確率を示している。

多くの読者はご存じないかもしれないが、9月3日は睡眠健康推進機構（東京都文京区）が定めた秋の「睡眠の日」。「ぐっすり」の語呂合わせになっている。機構では世界睡眠医学協会の「世界睡眠デー」にちなみ、3月18日を春の「睡眠の日」に定め、それぞれ前後1週間を睡眠健康週間とし、睡眠に関する知識の普及や啓発の活動を行っている。

『「寝てない自慢」「食べてない自慢」「忙しい自慢」。日本人が好む職場での自慢話一』。かつてツイッターにこんなつぶやきがあり反響を呼んだ。「睡眠の日」が浸透しにくいのは「睡眠の質」とともに「労働の質」を軽視してきたせいもあるのではないか。

「寝てない自慢」に違和感を持たない組織では、創発や効率改善の取り組みは生まれにくい。在宅勤務など社外で働く機会が増えれば、健康面の自己管理ができて着実に成果をあげられる人材がより評価される時代になろう。コロナ禍による経済危機は、ポジティブに捉えれば働き方改革を加速し、人材評価のモノサシを見直す奇貨ともいえる。急激な経営環境の変化にも、しなやかに対応できるよう、組織の「免疫力」も高めておきたい。

【筆者紹介】岡田直樹（おかだ・なおき）1984年、日刊工業新聞社入社。記者として、金融・電機・情報通信などの産業界、総務省・経済産業省・内閣府などの官庁を担当する。論説委員、論説委員長、日刊工業産業研究所長などを経て、現在、特別論説委員。埼玉県出身。



### 自粛中のストレス発散にカラオケ！



ご家庭でも使用できます

カラオケレンタル ¥16,500（税込）～ ＊2泊3日 栃木県北限定

その他業務用レンタル、  
販売もごさいます。  
是非、ご相談ください(^\_^)

カラオケレンタル・販売 株式会社 東日本システム

栃木県那須塩原市二区町375-37 TEL. 0287-37-9711 FAX. 0287-37-9711

E-mail sa-koseki@ejs-net.co.jp URL <http://ejs-net.co.jp>

◎ 第8回 税に関する絵はがきコンクール ◎

表彰式が3月3日トコトコ大田原大会議室にて入賞者発表が行われました。表彰された方々をご紹介します。

\*入賞者発表\*

- \* 女性部会長賞
- \* 大田原法人会長賞
- \* 大田原税務署長賞
- \* 大田原法人会

- 佐良土小学校 佐藤 凜さん
- 東小学校 高野瑛太さん
- 東小学校 野口悠夏さん

女性部会長賞



佐藤 凜さん

大田原法人会長賞



高野瑛太さん

大田原税務署長賞



野口悠夏さん

- 金賞
- 金賞
- 銀賞
- 銀賞
- 銅賞
- 銅賞

- 佐良土小学校 生田目桜瑚さん
- 紫塚小学校 野口愛加さん
- 金丸小学校 小沼未歩さん
- 佐久山小学校 郷間紗妃さん
- 福原小学校 花塚 楓さん
- 紫塚小学校 小野瀬優花さん

金賞



生田目桜瑚さん

金賞



野口愛加さん

銀賞



小沼未歩さん

銀賞



郷間紗妃さん

銅賞



花塚 楓さん

銅賞



小野瀬優花さん

佳作

- 佐久山小学校
- 紫塚小学校
- 紫塚小学校
- 紫塚小学校
- 黒磯小学校
- 東小学校

- 沼野未翔さん
- 金井一葵さん
- 山本舞桜さん
- 大鹿莉乃亜さん
- 滝澤ころろさん
- 持田陽瑠さん

努力賞

- 大貫小学校
- 紫塚小学校
- 東小学校
- アイデア賞
- 福原小学校
- 大原間小学校

- 高久瑠杏さん
- 小谷 楓さん
- 小黑琉楓さん
- 清水風道さん
- 荒井愛花さん



編集後記

表紙の写真、深山ダム（湖）の周辺は豊かな自然にあふれ、四季折々の景色を大パノラマで楽しむことができます。

今年はオリンピックの年、景気浮揚を期待しておりましたが、新型コロナウイルスの拡散で、一転して生活習慣まで変える事態になってしまいました。日頃の自粛生活を忘れ、気分転換に自然散策を楽しんではいかがでしょうか。（黒磯支部 高木 茂）

発行所 公益社団法人 大田原法人会  
〒324-0041 栃木県大田原市本町1-2701-11  
サイトバルコニー202  
TEL 0287-23-4802 FAX 22-5985  
発行者 会長 城田 民男 広報委員長 高木 茂  
〈ホームページ〉 <http://ohtawara.or.jp/>  
〈Eメールアドレス〉 [daiho@maple.ocn.ne.jp](mailto:daiho@maple.ocn.ne.jp)  
印刷デザイン 有限会社 光 陽 社

今、自信を持って建設業。

新しい力  
新しい発想  
さらなる飛躍

弊社は土木工事、建築工事をメインに  
リフォームや駐車場の舗装、除雪、  
防災砂防ダムなど多岐にわたる業務を  
承っております。

総合建設業

# 本田工務店

代表取締役 本田圭佑

〒325-0301 栃木県那須町大字湯本204

TEL 0287-76-2850  
FAX 0287-76-2937