

# しおさい

潮 騒

NO. 146

令和 6 年 9 月



匝瑳市下富谷地区のヒマワリ畑

## 目

## 次

|                        |    |                        |    |
|------------------------|----|------------------------|----|
| 着任のごあいさつ 署長 鈴木邦典 ..... | 2  | インターネット・セミナーのご案内 ..... | 14 |
| 銚子税務署新旧幹部職員名簿 .....    | 3  | 女性部会銚子支部 納涼会 .....     | 15 |
| プロフィール .....           | 3  | 簿記講習会 .....            | 16 |
| 銚子税務署からのお知らせ .....     | 4  | 第21回 猫ねこ展 .....        | 17 |
| 旭県税事務所からのお知らせ .....    | 6  | 7つの間違い探し .....         | 17 |
| 令和6年度 会員増強運動について ..... | 8  | 福利厚生だより .....          | 18 |
| 生活習慣病健康診断のご案内 .....    | 9  | 令和6年度 主な交流事業 .....     | 19 |
| 健康講座『血圧』 .....         | 10 | 銚税協 意見交換会 .....        | 20 |
| ジェネリックでお願いします .....    | 11 | 表紙の解説 .....            | 20 |
| 会社訪問 (有)椎名土木 .....     | 12 |                        |    |



## 着任のごあいさつ

銚子税務署長 鈴木 邦 典

初秋の候、公益社団法人銚子法人会の皆様には、益々御清栄のこととお慶び申し上げます。

本年7月の人事異動により銚子税務署長を拝命しました鈴木でございます。異動前は、東京国税局調査第四部調査第50部門の統括国税調査官を務めておりました。前任の宮本署長同様、よろしくお願い申し上げます。

平素より、井上会長をはじめ貴会の役員並びに会員の皆様には、税務行政の運営に対しまして、深い御理解と多大なる御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

貴会におかれましては、昭和26年の発足以来「企業及び社会の健全な発展に貢献する納税者団体」という基本理念の下、様々な研修会や講演会の開催を通じて正しい税知識の普及活動、税の広報活動、地域社会における社会貢献活動など、その活動は税務行政に携わる者として大変心強く感じております。

さて、ご存じのとおり国税庁においては、納税者利便の向上、行政の効率化、社会全体のDX推進への貢献を図るために税務行政のデジタル化に取り組んでおり、本年1月からは電子取引に関する電子帳簿等保存制度への対応、確定申告ではマイナポータル連携による給与情報の自動入力が行われました。

今後も、年末調整手続きの電子化、キャッシュレス納付などデジタル化を推進してまいります。昨年10月から開始した消費税「インボイス制度」の引き続きの周知・広報並びに制度の円滑な定着、さらには本年度に実施されております、「定額による所得税額の特別控除(定額減税)」への相談体制の整備等にも、丁寧な周知・広報に努めてまいりますので、これまで同様、皆様のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

また、法人税等の申告においては、1表・4表・5表等の主要な別表に加え損益計算書や貸借対照表などの財務諸表についても「e-Tax」にて送信することを推進しております。納税者の皆様にとりましても、財務諸表等を紙で提出するコストの削減にもなりますので、ぜひ積極的に「ALL e-Tax」の徹底をお願いいたします。

私としましては、地域で活躍され、貢献されている皆様からたくさんのことを学びたいと考えていますので、よろしくお願い申し上げます。

結びにあたりまして、銚子法人会の益々のご発展と会員の皆様方とご家族のご健勝並びにご事業のご繁栄を心から祈念いたしまして、着任の挨拶とさせていただきます。

# 銚子税務署 新旧幹部職員名簿

令和6年7月10日現在

| 職 名                                | 新                        |                     | 旧                         |                    |
|------------------------------------|--------------------------|---------------------|---------------------------|--------------------|
|                                    | 氏 名                      | 前 任 地               | 氏 名                       | 異 動 先              |
| 署 長                                | すず き くに のり<br>鈴 木 邦 典    | 局調査第四部<br>調査50 統括調官 | みや もと りゅう へい<br>宮 本 竜 平   | 局課税第二部<br>法人課税課 課長 |
| 副 署 長                              | さ と う ひろ みち<br>佐 藤 洋 通   | 留任                  | さ と う ひろ みち<br>佐 藤 洋 通    | 留任                 |
| 総 務 課 長                            | な す した ま き<br>奈須下 真 紀    | 銚子<br>法人1 統括調官      | ふじ わら こう じ<br>藤 原 浩 治     | 芝<br>総務課長          |
| 管 理 運 営 部 門 官<br>統 括               | ふく し ま けん たろう<br>福 島 健太郎 | 東村山<br>管運2 統括徴官     | あま の げん たろう<br>天 野 元太郎    | 戸塚<br>管運1 統括徴官     |
| 徴 収 部 門 官<br>統 括                   | りゅう ざわ まさ き<br>龍 澤 真 樹   | 局徴収部<br>特機官(藤沢)付 主査 | うしろ だ ゆたか<br>後 田 豊        | 江戸川南<br>徴収 統括徴官    |
| 個 人 課 税 第 1 部 門 官<br>統 括           | む か さ じゅん いち<br>六 笠 純 一  | 銚子<br>個人2 統括調官      | やなぎ ほり ゆたか<br>柳 堀 裕       | 本所<br>個人1 統括調官     |
| 個 人 課 税 第 2 部 門 官<br>統 括           | かん の しん いち<br>管 野 慎 一    | 蒲田<br>個人3 統括調官      | む か さ じゅん いち<br>六 笠 純 一   | 銚子<br>個人1 統括調官     |
| 資 産 課 税 部 門 官<br>統 括               | は た たけ ひろ<br>秦 毅 洋       | 新宿<br>資産2 統括調官      | た な か じゅん いち<br>田 中 純 一   | 練馬西<br>資産1 統括調官    |
| 法 人 課 税 第 1 部 門 官<br>統 括           | お お む ら のり ひろ<br>大 村 紀 仁 | 京橋<br>法人5 統括調官      | な す した ま き<br>奈須下 真 紀     | 銚子<br>総務課長         |
| 法 人 課 税 第 2 部 門 官<br>統 括           | た か は し ひで き<br>高 橋 英 樹  | 留任                  | た か は し ひで き<br>高 橋 英 樹   | 留任                 |
| 法 人 課 税 第 3 部 門 官<br>統 括           | た な か ひろ かず<br>田 中 宏 和   | 麻布<br>法人5 上席調官      | こ ぼ り ひろ し<br>小 堀 博 司     | 本所<br>法人3 統括調官     |
| 総 務 係 長                            | て ら か わ り え<br>寺 川 理 絵   | 留任                  | て ら か わ り え<br>寺 川 理 絵    | 留任                 |
| 会 計 係 長                            | き た む ら ゆう すけ<br>北 村 勇 祐 | 荻窪<br>総務 主任         | な か も と た か あき<br>中 本 崇 明 | 江戸川北<br>会計係長       |
| 法 人 課 税 第 1 部 門<br>審 理 ・ 法 人 会 担 当 | お お に し と も き<br>大 西 智 樹 | 留任                  | お お に し と も き<br>大 西 智 樹  | 留任                 |
| 法 人 課 税 第 1 部 門<br>源 泉 担 当         | しば りょう た<br>柴 凌 太        | 銚子<br>法人3 事務官       | すぎ 杉 なお や<br>杉 尚 哉        | 麻布<br>法人特官 事務官     |

## プロフィール

|                                                                                     |                        |                                                                                     |                          |                                                                                       |                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
|  | 副 署 長                  |  | 法人課税第1部門<br>統 括 官        |  | 法人課税第1部門<br>国 税 調 査 官    |
|                                                                                     | さ と う ひろ みち<br>佐 藤 洋 通 |                                                                                     | お お む ら のり ひろ<br>大 村 紀 仁 |                                                                                       | お お に し と も き<br>大 西 智 樹 |
| 出 身 地                                                                               | 栃木県                    | 出 身 地                                                                               | 福岡県                      | 出 身 地                                                                                 | 埼玉県                      |
| 趣 味                                                                                 | ゴルフ                    | 趣 味                                                                                 | ドライブ・旅行                  | 趣 味                                                                                   | うさぎと遊ぶこと<br>競馬           |
| 前 任                                                                                 | 留任                     | 前 任                                                                                 | 京橋署 法人5 部門<br>統括国税調査官    | 前 任                                                                                   | 留任                       |

# 法人税の電子申告は 4社に3社が ALL e-Tax です！！

国税庁では、納税者や税理士の皆様の利便性向上と税務行政の効率化のため、添付書類（財務諸表や勘定科目内訳明細書等）を含めたe-Tax（ALL e-Tax）を推進しています。



## ALL e-Tax のメリット

### 業務の効率化



発送の手間や税務署へ行く手間を解消

### ペーパーレス化



書類の保管場所が不要  
遠隔地でも書類が確認可能

### コスト削減



郵送料、印刷代、交通費の削減



## 法人税の電子申告のQ&A

01

添付書類を含めたe-Tax（ALL e-Tax）の利用はどのくらい進んでいますか？

法人が主要な別表や財務諸表など、申告に添付すべきものとされている書類をe-Taxで送信した割合は **74.1%**（令和4年度）です。

02

e-Taxで送信できる添付書類のデータ形式は決まっていますか？

法令により、提出する書類ごとにデータ形式が定められています。

◇財務諸表 XBRL形式・CSV形式

◇勘定科目内訳明細書

XML形式・CSV形式

※ 上記の添付書類はPDF形式による提出が認められていません。

03

CSV形式で財務諸表を作成し、e-Taxで送信する方法を教えてください。

「国税庁動画チャンネル」に動画を掲載しています。

YouTube 「国税庁動画チャンネル」

※ 財務諸表データの提出方法については裏面をご覧ください。



国税庁 法人番号7000012050002

令和6年3月

Check



## 財務諸表データの作成方法

〔「会計ソフト」と「税務（申告）ソフト」の互換性に応じた対応〕

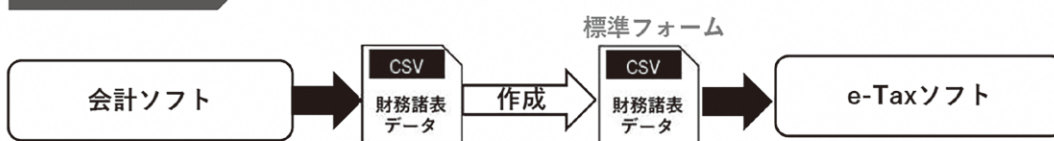
### パターン① ソフト間に互換性がある



税務（申告）ソフトからe-Taxに送信することができます！！

※ 会計ソフトからのデータの出力方法や税務（申告）ソフトへの取り込み方法は、ご利用のソフト会社にお問い合わせください。

### パターン② ソフト間に互換性がない



標準フォームを活用し、CSV形式のデータを作成します。

作成後、e-Taxソフトからe-Taxに送信することができます！！

※ ご利用の税務（申告）ソフトによっては、国税庁標準フォームに加工した財務諸表データ（CSV形式）を取り込んで送信することも可能です。

Check

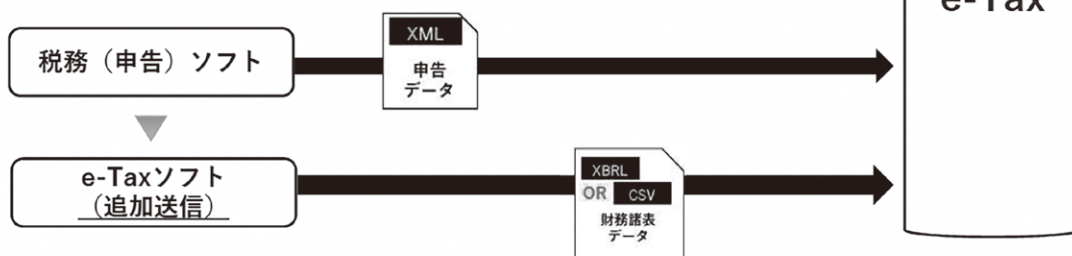


## 財務諸表データのe-Tax送信方法

### パターン① 申告データと同時送信



### パターン② 申告データ送信後にe-Taxソフトで追加送信



※標準フォームの場合はCSV形式

詳しくは、e-Taxホームページを  
ご覧ください。

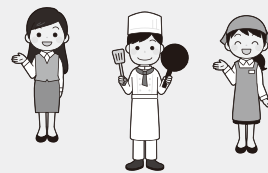


財務諸表データの送信





知っていますか？



個人住民税の給与からの天引き

# 特別徴収は 事業主の義務です

約9割が  
特別徴収

滞納・差押  
のリスクを  
0に！



チーバくん

パートや  
アルバイトの方も  
対象です

給与天引き  
で毎月の  
負担減

詳しくは千葉県のホームページをご覧ください。

千葉県 特別徴収

検索

オンラインで納付ができる  
eLTAXについての詳細はホームページへ



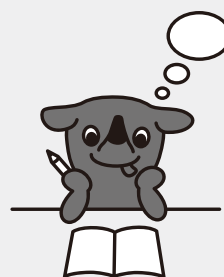
千葉県・県内全市町村

九都県市は、連携して特別徴収を推進します。

埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県・横浜市・川崎市・  
千葉市・さいたま市・相模原市

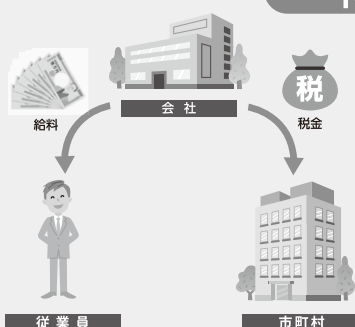
# 特別徴収について

# Q & A



「特別徴収」という名称の制度ですが、特別徴収が原則です！！

## 特別徴収



給与天引きのため毎月の負担が少ない！

年税額を毎月(12か月)の給与から天引きするため、1回あたりの負担が少ない。

『うっかり』による払い忘れのリスクなし！

従業員の「うっかり」による払い忘れのリスクがないため、従業員の給与の差押等が発生しない。

## 普通徴収

●年税額を4期に分けて納付する必要があり、1回あたりの負担が大きい。

●従業員の払い忘れが継続した場合、給与の差押等が行われ、事務員負担が増える。



**特別徴収**なら  
デメリットを回避

**Q. 税額はどのように計算すればいいですか？**

**A.** 前年の給与額をもとに市町村が計算し、毎月の給与天引き額をお知らせします。所得税と異なり、毎月の税額を計算する必要はありません。

**Q. 毎月支払のために銀行へ行くことが大変です。**

**A.** eLTAX を利用することにより、オンラインでの納付が可能です。なお、従業員が常時10名未満の場合、納期を2回(12月・6月)にすることができます。

**Q. 経営が厳しいので特別徴収はできません。**

**A.** 特別徴収は、従業員に支払われる給与から天引きする制度のため、会社の経営状況は関係ありません。



詳しくは千葉県のホームページをご覧ください。 **特別徴収の制度の概要に関すること**

千葉県 特別徴収

検索



オンラインで納付ができる  
eLTAXについての詳細はホームページへ

千葉県総務部税務課特別滞納処分室  
千葉県総務部市町村課税政班

TEL.043-223-3099  
TEL.043-223-2133

# 会員増強月間へのご協力をお願い



組織委員長 大川 勝美

銚子法人会の会員の皆様、組織委員長の大川勝美です。皆様方には、日頃から会員増強にご協力いただきありがとうございます。

特に地元金融機関の方々には、当法人会に對しまして絶大なるご協力をいただき、あらためましてお礼を申し上げます。

当法人会は、長年にわたり目標の150%以上を達成し、且つ当会の井上峰夫会長が千葉県連の組織委員長となるなど、会員増強のオピニオンリーダーとなっております。これらもひとえに皆様方のご協力のたまもので、組織委員会を代表して深く感謝申し上げます。

さて、今年も10月、11月の2カ月間にわたり増強運動が始まります。日頃日常業務に忙しい経営者の皆様方には、大変なご苦勞をおかけすることとはなりますが、法人会の組織力をさらに高め、且つ活性化させるためにも、組織の拡大を図っていきたく考えていますのでご協力をよろしくお願いいたします。

また、法人会加入のメリットとして提携保険会社の提供する大型保障保険は、年会費を上回る保険料の割引特典があります。企業を守る保険に大きな特典もあることをご案内申し上げます。

最後に、10月から始まる会員増強へのご支援、ご協力をお願い申し上げて、組織委員長からの挨拶とさせていただきます。

## ◆ 加 入 目 標 ◆

### 1. 目標数値について

- (1) 県連示達目標は25社（前年25社）。
- (2) 当会の自主目標は、未加入法人の概ね3%を加入目標として、65社とする。
- (3) なお、金賞獲得を目指して目標の140%である35社を必達目標とする。  
当会は過去19年間連続金賞受賞。

### 2. 支部目標とその根拠

- ・支部目標は、各支部の5年度退会者数をカバーする数値として、3支部全体で純増を目指す数値とした。

\* 令和6年7月末

| 地区別   | 項 目 | 加 入 法 人 数 | 未 加 入 法 人 数 | R5年度退会数 | 目 標 |
|-------|-----|-----------|-------------|---------|-----|
| 銚子支部  |     | 760       | 704         | 30      | 30  |
| 旭 支 部 |     | 564       | 910         | 19      | 20  |
| 匝瑳支部  |     | 404       | 447         | 11      | 15  |
| 合 計   |     | 1,728     | 2,061       | 60      | 65  |

稼働法人数：3,789 加入率：45.6%

# 2024年 公益社団法人 銚子法人会 生活習慣病健康診断のご案内

充実の内容を短時間で  
受診頂けます(約2時間)

会員特別料金

健診日・健診会場：2024年11月1日(金)・11月28日(木)  
銚子商工会議所(銚子市三軒町19-4)

受付時間：9:30～11:00

※料金はすべて税込

| コース名・検査項目                                                                                                           | 一般料金    | 会員特別料金  | 値引き額     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|----------|
| <b>総合コース</b><br>Aコース＋超音波(腹部・胆・肝・脾・腎・脾5臓器)<br>＋腫瘍マーカー(CEA・AFP・CA19-9)検査＋<br>C型肝炎検査 喀痰検査を専用容器代のみで実施 500円              | 54,800円 | 39,000円 | －15,800円 |
| <b>Aコース</b><br>視力検査・聴力検査・呼吸器系・循環器系<br>・消化器系・腎機能検査・肝機能検査・脾機能検査・<br>糖代謝検査・高脂血症検査・高尿酸血症検査・<br>血液検査・便潜血検査・眼底検査・眼圧検査・診察等 | 29,100円 | 22,900円 | －6,200円  |
| <b>Sコース</b><br>Aコースの消化器系(胃部X線・便潜血)<br>検査を省略したコース                                                                    | 22,900円 | 18,100円 | －4,800円  |

協会けんぽ(全国健康保険協会)  
被保険者の方

上記会員特別料金より、さらに9,211円の補助が受けられます。

①総合コース、Aコースのみ適用 ②35歳～74歳までの方のみ適用

| オプション検査                                                                                              | 上記各コース受診の方に対し、<br>ご希望により行います(別料金) |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>アミノインデックス検査</b><br>1回の採血で複数のがんの可能性を評価<br>血液中のアミノ酸濃度からがんである可能性を評価します。                              | 22,800円                           |
| <b>Lox-index 検査(脳梗塞・心筋梗塞の発症リスクの検査)</b><br>動脈硬化に関する物質を測定し、将来的危険度を知ることが出来ます。(採血検査)                     | 13,500円                           |
| <b>頸動脈超音波検査</b> ※実施日：11月1日(金)<br>超音波画像により動脈硬化の状態がわかり、各疾患(脳卒中、脳梗塞、脳出血、クモ膜下出血、狭心症、心筋梗塞、甲状腺等)の予防に役立ちます。 | 7,600円                            |
| <b>女性健診(女性対象超音波検査)</b><br>乳房・下腹部(子宮・卵巣)を超音波で検査します。<br>(女性スタッフが先行下腹部の視診、触診はいたしません)                    | 4,300円                            |
| <b>MAST48mix(アレルギー検査)</b><br>一度に36項目(48種類)のアレルギーの原因物質を見つけます。(採血検査)                                   | 15,400円                           |
| <b>ABC 検診(胃ガンリスク検診)</b><br>ピロリ菌とペプシノゲン検査の結果から、胃がんのリスクを分類します。(採血検査)                                   | 4,700円                            |
| <b>CYFRA(肺ガン腫瘍マーカー)</b><br>男性・女性問わず近年増加傾向の肺がんの有効です。(採血検査)                                            | 3,600円                            |
| <b>前立腺腫瘍マーカー検査(PSA)</b><br>前立腺の異常に的を絞って反応し膀胱腫瘍等発見されます。(採血検査)                                         | 3,600円                            |
| <b>甲状腺検査</b><br>血液中の甲状腺ホルモンバランスを検査                                                                   | 4,900円                            |
| <b>NT-proBNP</b> 心臓への負担を示す検査です。(採血検査)                                                                | 2,900円                            |
| <b>腸内フローラ検査</b><br>腸内細菌を可視化できる検査です(採便後、ご自身でポストへ投函)<br>※こちらの検査はお申込み後、取り消しや返金がお受けできませんので予めご了承ください      | 17,800円                           |
| <b>NEW 女性用腫瘍マーカー検査(CA125, AC15-3)</b><br>乳がん、卵巣がん検査(採血検査)<br>※女性健診と一緒に受診いただくと、より早期発見が可能になります。        | 3,300円                            |

## インフルエンザ 予防接種のご案内

11月1日・11月28日  
9:30～11:00

上記健康診断会場にて  
インフルエンザ予防接種を実施  
いたします。  
健康診断と合わせてでも、イン  
フルエンザ予防接種のみでも  
ご受診いただけます。

3,700円(税込)

※完全予約制です。

法人会おすすめ！  
一年に一回  
健康診断を  
受けましょう！



※従業員・パート等の健診料金は福利厚生費として認められます。但し、役員の方の受診では認められません。詳しくは、税務署法人課税部門へ。

★申し込み方法 別送の封書(9月頃送付)をご覧ください



一般財団法人 全日本労働福祉協会

お申込み・健診料金等のお問い合わせ

渉外部

TEL: 03-5767-1714

受付時間(平日): 9:00～12:00、13:00～17:00

検査内容・健診結果・事後フォロー・健診相談のお問い合わせ

データ管理部  
健康支援課

TEL: 03-5767-6162

受付時間(平日): 9:00～12:00、13:00～16:30

皆さんは血压で困ったことはありませんか？

血压が高いと言われた方、現在高血圧症で通院されている方に向けて、お薬以外で血压を下げる方法について解説したいと思います。まず、その話の前ですが、今回のこの記事は高血圧症で薬を使うことや病院を受診することを否定している訳ではありません。病院への受診は重要です、内服治療も重要です。また、これらの方法は内服治療中の方にとっても有効ですが、治療中の方については主治医の先生とご相談のうえで実施してください。

まずは減塩です。過去の研究では塩分摂取量を1日平均4.4g減らすことで収縮期血压を4.18mmHg、拡張期血压を2.06mmHg低下させたと報告されています(※①)。これらを受けて、高血圧症治療ガイドラインでは高血圧症患者の塩分摂取量の目標を1日6g未満としています(※②)。令和元年の国民健康・栄養調査では食塩摂取量の平均は1日10.1gであると報告されており、減塩への意識が大切です(※③)。日本人は塩分摂取量の約7割を調味料から摂取しているので(※④)、味噌や醤油などの調味料を減らしたり、塩分を含まない(辛み…こしょうや唐辛子、酸味…レモンや酢など)他の調味料を選択したりしましょう。また、調味料以外にもカップ麺や練り物などの加工品にも注意しましょう。

つぎにカリウムです。野菜や果物に多く含まれるカリウムには降圧効果が期待されます。2020年版の食事摂取基準では男性では2500mg/日、女性では2000mg/日を目標としています(※⑤)。20歳以上の日本人の平均摂取量は男性2387mg、女性2220mgと言われておりますので、まずまずではありますが、少ない方は注意が必要です(※④)。しかし、腎臓の悪い方はカリウムの積極的な摂取で高カリウム血症をきたすこともあり、注意が必要です(※⑥)。特にカリウムのサプリメントは「むくみ予防」という広告で販売されていることもあり、自己判断で摂取しないように注意しましょう。また、糖尿病の方も果物の摂取による血糖値上昇の懸念から、80kcalほど(バナナなら1本、リンゴなら半分)にすることが求められています(※⑦)。

#### <※参考文献>

- ※①He FJ, et al. BMJ. 2013 Apr 3;346:f1325.
- ※②高血圧症治療ガイドライン
- ※③令和元年国民健康・栄養調査報告(結果の概要)
- ※④令和元年国民健康・栄養調査報告(栄養素等摂取状況調査の結果)
- ※⑤食事摂取基準(2020年版)
- ※⑥エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2018
- ※⑦糖尿病診療ガイドライン2019
- ※⑧Kawano Y, et al. ypertension. 1992 Aug;20(2):219-26.

節酒も重要です。お酒を飲んですぐは血压が下がりますが(※⑧)、習慣的な飲酒は高血圧症のリスクであることが知られています(※⑨)。過去の報告によると、エタノール換算で1日24g以上のお酒を飲んでいる人が摂取量を半分にした場合、収縮期血压で1.18~5.50mmHg、拡張期血压で1.09~3.97mmHgの有意な血压降下が得られ、1日144g(ビール3.5L、日本酒7合、ワイン2本弱相当)飲んでいる人で最も効果が高かったと言われています(※⑩)。高血圧症治療ガイドラインにおいても、おおよそ日本酒1合、ビール中瓶1本、焼酎半合、ウイスキーダブル1杯、ワイン2杯相当/日以下、女性はその約半分を目標とすることが勧められます(※②)。

最後に運動です。運動には大きく、「有酸素運動」と「レジスタンス運動(筋肉に負荷をかける動きを繰り返し行う運動)」に分けられますが、有酸素運動による降圧効果を検証した研究によると、収縮期血压を3.0mmHg、拡張期血压を2.4mmHg低下させたと報告されています(※⑪)。また、レジスタンス運動も同様ですが、特に等尺性レジスタンス運動については複数の結果をまとめた研究によると、収縮期血压を1.8mmHg、拡張期血压を3.2mmHg低下させることが報告されています(※⑫)。

さて、今回は薬以外で血压を下げる方法について解説しました。どれも大きく下げるわけではありませんが、実行可能な内容について実施していただくことによって血压にいい結果をもたらします。繰り返しますが、すでに治療中の方は血压が下がり過ぎる可能性もあるので、主治医の先生と相談のうえで実施してください。

#### <まとめ>

- ・食事では塩分、カリウム、お酒に注意しましょう
- ・運動することでも血压に良い影響があります
- ・治療中の方は主治医の先生と相談の上で実施しましょう

※本記事について、開示すべき利益相反はありません。

- ※⑨Stranges S, et al. Hypertension. 2004 Dec;44(6):813-9.
- ※⑩Roerecke M, et al. Lancet Public Health. 2017 Feb;2(2):e108-e120.
- ※⑪Fagard RH, et al. Eur J Cardiovasc Prev Rehabil. 2007 Feb;14(1):12-7.
- ※⑫Cornelissen VA, et al. J Am Heart Assoc. 2013 Feb 1;2(1):e004473.

【筆者紹介】一般社団法人Lumedia 誰にとってもわかりやすい「正しい医療情報」を届けたいという思いで設立。医師主導で「科学的根拠のある医療情報」を届けるニュースサイト「Lumedia (ルメディア)」を運営している。

# 日本の未来を担う子供たちのために 財政健全化に貢献!

医療費等給付費の増大が国の財政を圧迫

しわ寄せは子供たちに...



詳しくはQRで確認

子供たちの世代を救うために我々大人が  
主体的に取り組めることはないだろうか?

ジェネリックで  
お願いします

※直接医師に「ジェネリックを使いたい」と伝えてください。

## ジェネリック医薬品とは?

新薬(先発医薬品)と同じ有効成分で、効き目・品質・安全性が同等なお薬で、開発費用が抑えられるため低価格です。ジェネリックの使用率約7割(2018年当時)が100%になると年間1.2兆円の医療費が削減できます!(2023年度調査ではジェネリック使用率は80.2%に向上しています)

氏名 協会 太郎

住所

個人番号  
カード

性別 男

年月日

電子証明書  
の有効期限

ジェネリックで  
お願いします。

法人会

01A0101010101010 1234



法人会

(公財) 全国法人会総連合 青年部会連絡協議会

# 会 社 訪 問



## 有限会社 椎名土木

|         |                |
|---------|----------------|
| 設 立     | 昭和59年(1984年)   |
| 代表取締役   | 椎名 利臣          |
| 社 員 数   | 12名            |
| 資 本 金   | 2,000万円        |
| 所 在 地   | 匠瑳市堀川3624      |
| 電 話     | 0479-67-1578   |
| 業 務 内 容 | 土木工事業の設計、施工、請負 |

この度は、匠瑳支部幹事の椎名利臣さんが社長を務める**有限会社椎名土木**さんを広報委員の林咲江さんとともに訪問してお話をうかがいました。

### 設立の経緯

当社は、先代である父が昭和44年に創業し、私は2代目の社長です。

折しも千葉県内各地で大規模な区画整理事業がおこなわれており父が農閑期にブルドーザー作業に赴き、農業から次第に土木工事へとシフトして個人事業で椎名土木を創業しました。

江戸時代に、排水・干拓された約1,500haにも及ぶ広大な耕地、通称「干潟八万石」の用水路改良事業は、戦争と敗戦後の混乱の影響を大きく受けました。昭和初期から始まった県の事業は、日中戦争、その後の太平洋戦争で、物資・資金・労力すべてにおいて十分な工事が出来ず、度重なる修理改修に伴う維持管理費の高騰に対応する抜本的な改修が求められていました。戦後の高度経済成長期と農業政策の変更に伴う水田の汎用化などの耕地整理の強い要望に応じて、昭和45年に国営大利根排水改良事業が着手されます。老朽化した施設を時代に合わせて全面改修する用排水改良、合理化事業で22年の歳月をかけ平成4年に完成しました。

当社では、この事業に関わる間に他にはない種類の重機類を所有するようになりました。水田はもちろん、人が登っていくことが困難な急斜面も進んでいく重機もありお客様のどんなご要望に応じ作業をいたします。

### 事業内容

創業以来の農業土木では、水田整地・水路の設置・整備を手掛けます。

香取市で施工させていただいた大区画の水田の区画整備工事は、今まで小さな自動車のみ通ることが出来た道路をトラック2台がすれ違うことのできる幅を作りました。

このような土地改良事業は、銚子市から八千代市周辺までの距離で、数年にわたり関わることとなります。

また、個人の農家さんからの依頼には、暗渠排水があります。農地(水田・畑・草地)における「水はけ」を改善する工事です。

水田や畑・牧草地の地中に穴の開いたパイプを勾配をつけて敷設して、近くの排水路へ地下水を排出します。

この暗渠工事の仕上げにレーザーを搭載したブルドーザーで水田の土地と水面が一定になり、追肥や除草、害虫被害の軽減に効果が発揮されます。

レーザーブルドーザーを導入したおかげで、後継育成はもちろん、高齢により引退を考えていた父が長年培った「整地の専門家」の技を現場で発揮できるようになりました。高価な重機でしたが、思い切った投資で父の励みにもなり、よい決断だったと思っています。

また、施工されたお客様から、美味しいお米の収穫量もふえて、品質が向上し、なにより近年悩んでいたジャンボタニシの被害も、軽減されたことを聞き、とても嬉しいです。

もちろん、しばらく放置してしまった荒れた水田や畑も特殊な重機でよみがえらせます。

草刈りでは、バックホウを用いて篠竹はもちろんつる状の草の除草も行います。

先日は、孟宗竹の林を整地しました。竹を伐採してその場でチップ状に粉碎します。

チップ状になった竹は、土にすき込むと肥料になり、豊かな畑に生まれ変わります。

当社は、農業土木だけでなく、住宅舗装工事やコンクリート工事、擁壁などの一般土木も対応しています。

施工中の丁寧な作業や仕上がりにお客様も大変ご満足いただいております。

また、解体工事もお客様のご要望に応じ作業いたします。解体作業が可能な地域は、匝瑳市、横芝光町、旭市、またはその周辺地域となります。期間は作業によって異なるためご相談ください。



## 将来展望

土木工事にも昔ながらのやり方、今どきのやり方様々です。田んぼ、家の外構工事など、改善したいが何から手を付けていいかわからないとお考え

の方に当社は、その土地にあったやり方をご提供いたします。

私をはじめ、父、社員の専門性の高い知識と経験そして積み重ねた実績で対応いたします。

「し」信頼できて

「い」いつでも

「な」納得できる仕事を提供してくれる会社

「し・い・な」の名前に恥じないようこれからも実直に作業に取り組み、同業他社でお世話になっている息子へ事業承継していきます。



お話をうかがった事務所には、社長の奥様、お嫁さんが、事務をしておられ、かわいらしいお孫さんが笑顔を振りまいて、とてもアットホーム！

「水田の工事は稲刈りが終わって田植えの時期までだから田んぼに稲が育っている間は、民間の工事を受け付けています」と、笑顔で対応していただいた椎名社長。

この度は取材に対応していただきありがとうございました。



# 銚子法人会よりインターネットセミナーのご案内

公益社団法人銚子法人会のホームページから無料でセミナーがご覧いただけます

<https://www.choshinet.or.jp/~hojinkai/>

**視聴は無料です**

会員登録IDとパスワードを入れてログインする事により多くのコンテンツが視聴可能となります。

ID・パスワードは

会員ID:hj0319 パスワード:0158

会員の方は700タイトル以上のセミナーが無料で受講できます

期間限定特別企画  
長く続ける秘訣

～長寿番組に学ぶ～

TVキャスター  
草野 仁

公開期限：  
2024年10月末まで



お勧め

一生使える  
「1分で伝わる」技術



株式会社CHEERFUL代表取締役  
沖本 るり子

|               | セミナー名                                             | 講師      | 分数  |      | セミナー名                                                                                                     | 講師     | 分数   |
|---------------|---------------------------------------------------|---------|-----|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|
| 研修・人材育成       | <b>NEW</b> 金星コミュニケーション                            | 田中 知子   | 28分 | 一般経営 | <b>NEW</b> 中堅・中小企業のための「人的資本経営」(前編)                                                                        | 中平 次郎  | 61分  |
|               | 自ら考え、動き出す<br>今どきの若手の育て方                           | 石田 祐一郎  | 65分 |      | <b>NEW</b> コミュニティ経営のすすめ(1)                                                                                | 矢萩 大輔  | 47分  |
|               | Z世代との接し方に困っている<br>40代、50代へ 育て方と<br>メンタルを前向きに保つヒント | 夏目 えみ   | 43分 |      | 知って備える<br>防災・減災・BCP                                                                                       | 松田 哲   | 78分  |
|               | 存在感で差をつける！<br>印象マネジメント講座 入門編                      | 長島 佳美   | 49分 |      | 経験者が語る本当の事業承継                                                                                             | 関根 壮至  | 55分  |
|               | スポーツ実況アナウンサーが教える！<br>「伝わる」コミュニケーション術              | 河村 太郎   | 43分 |      | あなたの会社、<br>廃業を考慮していませんか？<br>～社長必見！「あとつぎ探し」のポイント～<br>基礎からわかる「インボイス制度の<br>概要と電子帳簿保存法のポイント」<br>令和5年度制度改正 対応版 | 松木 秀一郎 | 43分  |
| ライフスタイル<br>健康 | 世界を旅して気づいたこと                                      | 比嘉 パーバラ | 44分 | 経理財務 |                                                                                                           | 川口 宏之  | 107分 |
|               | どすこいトリビア(1)                                       | 田中 知子   | 6分  | 労務   | ここがポイント！<br>就業規則の作り方                                                                                      | 野澤 直子  | 25分  |
|               | 犯罪者に狙われにくい生活のコツ<br>第4回 こんな場所に注意                   | 森 雅人    | 6分  | 実務家  | <b>NEW</b> スーパードライ物語                                                                                      | 田中 晃   | 49分  |

掲載講師やタイトルは変更になる場合がございます。  
掲載されているタイトルは、ご覧いただけるものの一部です。

お問い合わせは公益社団法人銚子法人会事務局まで **TEL:0479-25-0158**

## 女性部会銚子支部 納涼会

8月7日（水）君ヶ浜ベイハウスに於いて、女性部会銚子支部の納涼会を開催しました。  
二十四節気の立秋とはいえ、残暑厳しい中に久々に集まった部会員同士、楽しい会話で盛り上がりました。



関支部長 笑顔で乾杯



# 簿記講習会

当会の主催事業である簿記講習会は、千葉県税理士会銚子支部浪川浩税理士を講師に招聘し、8月19日(月)から5日間にわたり実施いたしました。8月23日には修了式が行われ次の6名に修了証書が授与されました。

この講習会は、企業の成長や税務・経営・経理の基礎として欠かせない複式簿記を基礎から学ぶために開催されており、受講された皆様方の業界一線での活躍を期待しています。



## 受講者名

|      |       |      |
|------|-------|------|
| 海老静江 | 倉田香苗  | 中島光男 |
| 中村雅子 | 滑川友紀子 | 湯浅翔太 |



間違い探し『寿曾我対面』の答え：①工藤の口(左上) ②雲柄の大きさ(中上) ③フサの長さ(中上) ④花魁の鉢巻き(右上)  
⑤牡丹の向き(中央) ⑥小力の力紙(中央) ⑦小力の目線(中央)

【作者紹介】神谷一郎(かみや・いちろう) 専修大学法学部卒業後、漫画プロダクションを経て漫画家に。  
現在はフリーランスのイラストレーターとして、雑誌・広告・水彩画挿絵等で活躍中。

## 松山庭園美術館主催 第21回 猫ねこ展覧会2024

### 銚子法人会賞 千葉市の中野光介さんが受賞



日本中の猫好きサンたちが集う『猫ねこ展覧会』は、回を重ね21回となり、300名を超える作家さん達による、500点を超える作品が集まり会期中は、6,200名の方が訪れ、猫たちの優しさ愛らしさに癒されました。

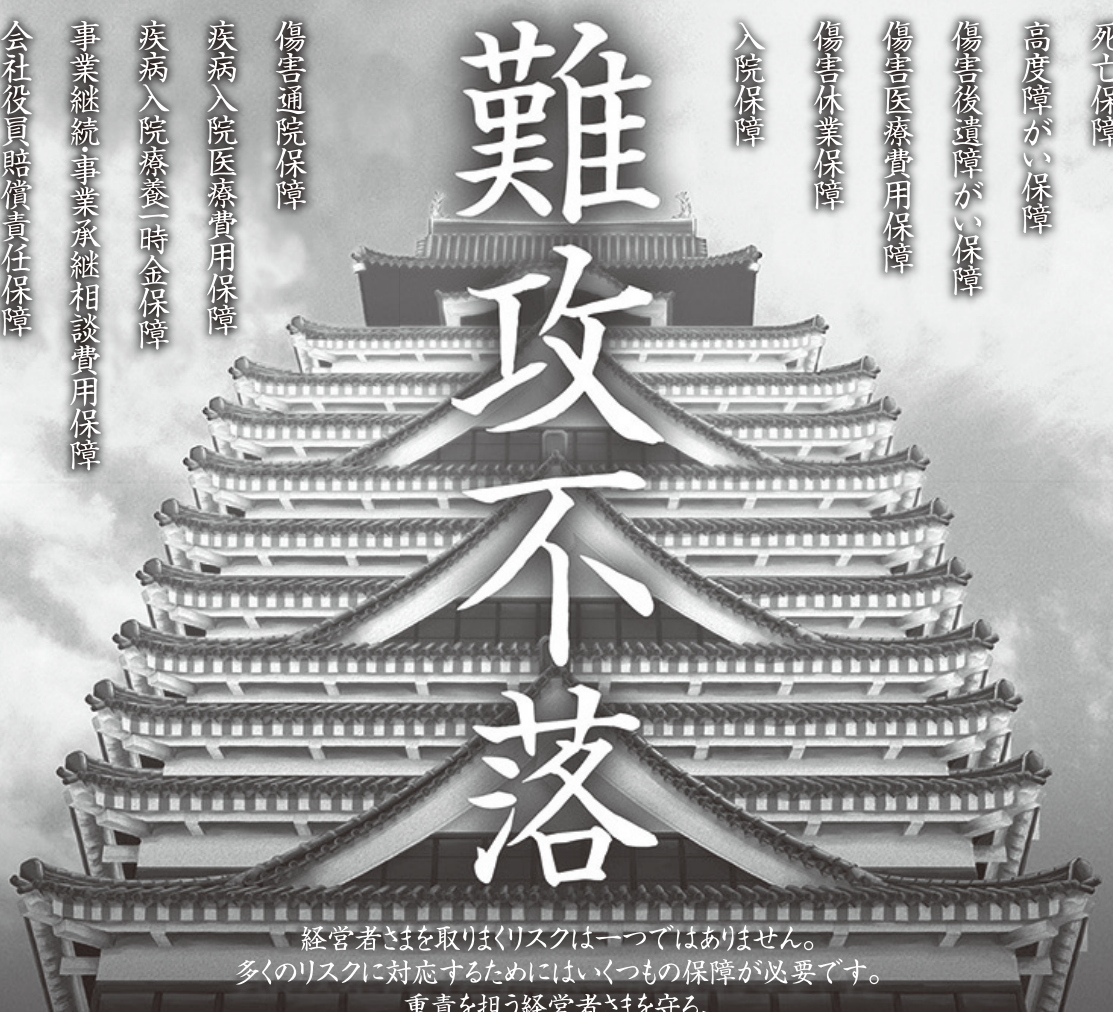


受賞作品「まどろむこてつ」の前で、ネコポーズ

## 7つの間違い探し

※右の絵と左の絵には相違点が7カ所あります。見つかりますかな?(答えは16ページにあります。)





**難攻不落**

死亡保障

高度障がい保障

傷害後遺障がい保障

傷害医療費用保障

傷害休業保障

入院保障

傷害通院保障

疾病入院医療費用保障

疾病入院療養一時金保障

事業継続・事業承継相談費用保障

会社役員賠償責任保障

経営者さまを取りまくリスクは一つではありません。  
 多くのリスクに対応するためにはいくつもの保障が必要です。  
 重責を担う経営者さまを守る、  
 数々の安心を一つにまとめた総合保障をぜひお役立てください。

※保障の組み合わせには、所定の制限があります。保障内容について、詳しくは「設計書[契約概要]」「ご契約のしおり」「約款」を必ずご覧ください。



法人会会員のみなさまに

## 経営者大型総合保障制度 企業保障プラン **総合型V** + 一時金型 **Mタイプ**

(大同生命の定期保険+AIG損保のベーシック傷害保険) *Premium*

(大同生命の無配当入院一時金保険)

◎大同生命の商品の正式名称は次のとおりです。

**総合型V**: 大同生命の無配当年満期定期保険(無解約払戻金型) または 大同生命の無配当歳満期定期保険(解約払戻金抑制割合指定型)  
**Mタイプ**: 大同生命の無配当入院一時金保険(無解約払戻金型)

**DJIDO** 大同生命保険株式会社

千葉支社東総営業所/  
 千葉県旭市イ2815-2(東総リージェンシービル2階)  
 TEL 0479-62-7830

**AIG** AIG損害保険株式会社

千葉支店/  
 千葉県千葉市美浜区中瀬2-6-1(WBGマリブイースト20階)  
 TEL 043-350-3170

◎この資料は2023年6月現在の商品内容に基づいて記載しており、将来変更となることがあります。

◎この制度は、法人会の会員のみご加入いただける制度です。ご加入後に法人会を退会された場合は、保険料の引き上げや損害保険部分の解約等のお取扱いとなることがあります。

◎この広告は、保険商品の内容のすべてが記載されているものではありません。ご検討・ご契約にあたっては、「法人向け保険商品のご検討」に際してご留意いただきたいこと「設計書[契約概要]」「注意喚起情報」「ご契約のしおり」「約款」を必ずご覧ください。また、ご不明の点などございましたら、引受保険会社または取扱者にお問い合わせください。

F-2023-0010 (2023年5月19日) 23-073005 2023-05

## 令和6年度 銚子法人会の主な交流事業

今後の主な事業3件を計画しております。みなさんふるってご参加ください。

詳細は下記事務局へ問い合わせください。

公益社団法人銚子法人会 〒288-0045 銚子市三軒町19-4 銚子商工会館4F

TEL: 0479-25-0158 FAX: 0479-25-5650

### 国内視察研修旅行

鹿児島・宮崎の旅 3日間

◆旅行実施日 令和6年10月3日(木)～5日(土)

◆旅行費用 おひとり様 136,000円(2名一部屋)

### 親善チャリティゴルフ大会

銚子法人会主催、第29回親善チャリティゴルフ大会を次の通り開催いたします。

◆期 日 令和6年10月24日(木)

◆会 場 レインボーヒルズC.C.

◆会 費 4,000円(当法人会の社会貢献事業として、会費の他にチャリティ料  
1,000円以上のご協力をお願いいたします)

◆参加資格 銚子法人会会員及び会員からの紹介者

◆競技方法 新ペリア方式

### 公開講演会

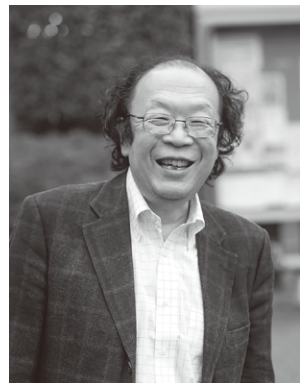
◆期 日 令和6年11月21日(木) 3:00～4:30

◆場 所 銚子プラザホテル(JR銚子駅から徒歩3分)

◆講 師 杏林大学名誉教授 金田一 秀穂 氏

◆聴講料 無料

※駐車スペースが少ないため、なるべく公共交通機関をご利用ください



## 令和6年度 銚税協 意見交換会

去る7月29日(月)銚子市キャルネ・ド・サントゥールにおいて、銚税協意見交換会が開催されました。来賓として鈴木銚子税務署長さんをはじめ幹部職員を迎え、銚子税務署管内納税協力団体連絡協議会の役員及び会員のみなさん約80名が出席、懇談され盛会裡に終了いたしました。



鈴木署長を中心に、新体制のスタートです



ご出席の皆さん

### 表紙の解説

匝瑳市下富谷地区では、同地区の環境保全会と住民、社会福祉法人九十九里ホーム、ガールスカウト千葉県第98団が連携し、東日本大震災の復興支援活動「福島ひまわり里親プロジェクト」の一環としてヒマワリを栽培しています。

今年の7月には地区内の遊休農地に約2,000本の黄色い大輪が咲き誇り、道行く人々の目を楽しませていました。

### 会報 第146号

発行日 令和6年9月6日  
発行者 会長 井上峰夫  
編集 広報委員長 信太秀紀  
発行所 公益社団法人銚子法人会

TEL 0479-25-0158  
FAX 0479-25-5650

<http://www.choshinet.or.jp/~hojinkai/>  
[hojinkai@choshinet.or.jp](mailto:hojinkai@choshinet.or.jp)