

北海道立北の森づくり専門学院

— もり 百年先の風景をつくろう —

副学院長 佐々木 良明



1 概要

北海道立北の森づくり専門学院は、令和2年（2020年）4月に旭川市西神楽1線10号の（地独）北海道立総合試験研究機構林産試験場の中に仮住まいする形で開校しました。来年4月には新校舎で授業を開始できる予定です。（図1）



図1 新校舎イメージ図(旭川市西神楽)

本学院の概要は、次のとおりです。（図2）

「北海道立 北の森づくり専門学院」の概要

旭川市 略称は「北森カレッジ」

名称	北海道立北の森づくり専門学院
場所	旭川市
運営形態	専修学校（専門学校）
開校	2020年4月20日開校
就学要件	道内の林業関係企業等への就業を希望する者で ・高校卒業程度の学力を有する ・入学時に40歳以下
修学期間	2年間
学年定員	40人
学費等	授業料・入学金等 約17万円 その他 教材・被服・資格取得の費用等

旭山動物園 新校舎

図2 北の森づくり専門学院の概要

以下、開校に至る経緯や本学院の特色などについて説明します。

2 開校に至る経緯

(1) 林業における担い手の不足

林業においても、他の1次産業と同様に、担い手不足が深刻な問題となっています。本道における林業労働者数は、平成29年（2017年）において4,253人と、昭和56年（1981年）と比較して約4分の1に減っています。（図3）

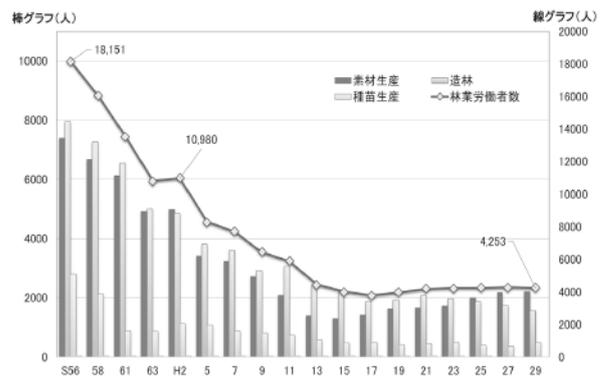


図3 北海道の林業労働者数

また、年齢別林業労働者の推移を見ても、林業労働者の半数以上が50歳を超えており、これらの林業労働者が今後退職することが見込まれます。

その一方で、森林の資源量は年々増加しています。その理由は、戦後植樹されたカラマツやトド

マツが50～60年を経過し、ちょうど伐採する時期を迎えています。(図4)

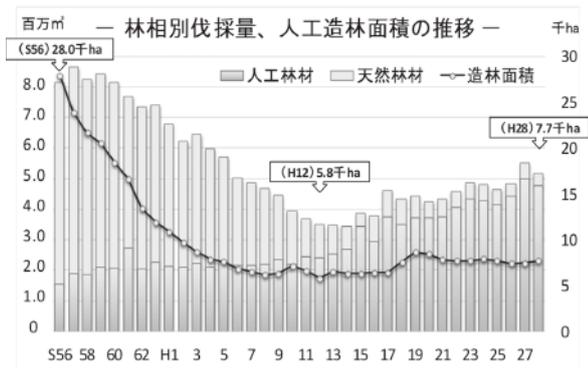


図4 森林面積の推移

(2) 本道における林業大学の開設

全国的にも同じような状況にあり、新しい林業大学が全国に誕生しました。林業大学の数は、平成25年(2013年)4月時点で6校でしたが、令和2年(2020年)4月には19校に増加しました。

本道においても、平成29年(2017年)3月に知事が林業大学の検討を表明したことをきっかけに具体的な検討が進められ、平成30年(2018年)7月に、旭川市を中核とする林業大学の設置が決まりました。旭川市に設置したのは、市内に道総研林産試験場の施設があり、都市機能が充実し、学生が暮らしやすい居住・生活環境が確保されているなどの理由によるものです。

また、林業大学の名称について公募が行われ、平成31年(2019年)2月に「北海道立北の森づくり専門学院(略称:北森カレッジ)」とすることが公表されました。この名称は、北海道らしく親しみがあるもので、「北の森」と「森づくり」という2つのキーワードを組み合わせで作られたものです。

(3) 学院の開校に向けて

令和元年度(2019年度)において、翌年4月の開校に向けてさまざまな準備が行われるほか、オール北海道で学院を支える体制づくりが進められました。

最も苦労したのは新生生の確保で、学院の知名度が低い状況ではありましたが、推薦入学試験と3次にわたる一般入学試験を行い、定員40名のところ34名を新生生として迎えることができました。その属性は次のようになっています。(図5)

【推薦試験(10/25)】

【第1回一般入学試験(11/15,18)、第2回入学試験(1/24,27)、第3回入学試験(3/19)】

年齢別内訳

年齢	人数			比率
	推薦	一般	計	
10代	7	12	19	56%
20代	2	8	10	29%
30代~	0	5	5	15%
合計	9	25	34	100%

年齢別内訳

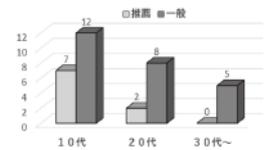


図5 入学生の属性

その特色としては、①普通科の卒業生がほとんどで、初めて林業を学ぶ学生が多いこと。②30代の学生が15パーセントいること。③2割強が道外出身者であること。④女性は、34人中2人であることなどです。

3 開校から現在に至るまで

当初、4月20日に本学院の開校・入学式を行う予定でしたが、新型コロナウイルス感染症対策で、感染拡大防止を図る観点から、やむなく中止することとなりました。その後も5月末まで臨時休業が続きました。

ようやく、6月1日にオリエンテーションを行い初めて学生全員が顔を合わせることができました(写真1)。



写真1 オリエンテーションの実施風景

新型コロナウイルス感染症対策でカリキュラムの大幅な見直しを余儀なくされましたが、6月から現在まで、夏休みをはさんで授業を行っています。また実習地についても、長時間密となる状況を避けるためにバスでの移動時間を短くすることとし、具体的には旭川市のご好意で、学院に近い旧東海大学の跡地で実習を行っています。

4 本学院の特色

次に、本次に本学院の特色について説明します。本学院は、次の3つの魅力を打ち出しています。

- ① 目指せ、山のスペシャリスト！
- ② 未来志向のビジョンを育てる多様な実習プログラム
- ③ 北海道がまるごとキャンパス！

①は、林業・木材産業を広く学ぶカリキュラムで体系的な指導を行うとともに、在学中に14の資格を取得できるということです。

②は、修業年限である2年間の約3分の2が実習で、現場での学びを重視し、実践力を養成するカリキュラムになっているということです。実際に学生たちは、夏の暑い中ですが、元気に野外で実習を行っています。（写真2）

③は、道内全域がフィールドで、実習を通じて自分に合った修業分野や地域を見つけることができるということです。



写真2 チェンソーの実習に励む学生

開校1年目ということもあり、毎日が手探りの状態ですが、学生たちはこれらの実習を経験することにより、日に日にたくましくなっているように感じます。

5 シミュレーターを活用した授業

近年林業の現場では機械化が進んでおり、木の伐倒から枝打ち、集材に至るまで、ハーベスタやフォワーダーといった高性能林業機械を使っています。

学院においても、学生がこれら高性能機械の操作を安全に練習することができるよう、シミュレーターを3台設置しました。（写真3）

シミュレーターは、実際に使用する機械と同じように操作をすることができ、画面上で枝打ちなどの一連の作業を安全に学ぶことができます。

なお、これらの機械の操作指導については、林業の先進地であるフィンランドのリベリア林業専門学校と技術提携を行っています。



写真3 シミュレーター操作の実習風景

6 令和3年度入試について

令和3年度入試については、推薦入試、一般入試が次の日程で行われます（図6）。これまでも8月のオープンキャンパスや、学院説明会などを開催していますが、幸いなことに新聞雑誌やテレビなどで本学院を取り上げていただいたこともあり、昨年度と比べて知名度はアップしているのではないかと感じています。

試験区分・会場		日 程	
推薦入学試験 (旭川・札幌・帯広・東京)	出願期間	令和2年10月1日(木)～10月15日(木)	
	実施日	令和2年10月26日(月)	
	合格発表	令和2年11月4日(水)	
一般入学試験	第1回 (旭川・札幌・帯広・東京・福岡)	出願期間	令和2年10月12日(月)～10月29日(木)
		実施日	令和2年11月16日(月)
		合格発表	令和2年11月25日(水)
	第2回 (札幌・東京)	出願期間	令和2年12月21日(月)～令和3年1月13日(水)
		実施日	令和3年1月25日(月)
		合格発表	令和3年2月3日(水)
	第3回 (札幌・東京)	出願期間	令和3年2月15日(月)～3月12日(金)
		実施日	令和3年3月22日(月)
		合格発表	令和3年3月26日(金)

図6 令和3年度入試日程

7 終わりに

終わりに、旭川市の皆様には、本学院の実習の実施、学院の運営などについて、何かとご協力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

今後とも、「百年先の風景をつくろう」をキャッチフレーズに、「即戦力となる人材」、「企業等の中核を担う人材」を林業・木材産業に供給すべく、職員一同努力して参りますので、よろしくごお願い申し上げます。



旭川中税務署 新任幹部自己紹介



署長
鈴木 博志 氏

前任地:札幌中税務署
特別国税調査官(開発調査)

- 出身地：稚内市
- 趣味・特技等：旅行（酒蔵巡り）
- 着任に当たっての抱負

8年振り2度目の旭川中税務署勤務となり、大変うれしく思っています。

川島会長様をはじめ、旭川中法人会の皆様方におかれましては、平素から各種事業活動に積極的に取り組まれ、税務行政の円滑な推進に多大なるご協力を賜っておりますことに厚くお礼申し上げます。

今年に入り新型コロナウイルス感染拡大防止に向けた新しい生活様式の実践が求められており、貴会の活動や私ども税務行政の運営に当たりましても、常に念頭に置いて臨まざるを得ない状況ではありますが、今後とも皆様方との信頼関係を更に深め、皆様方の活動をできる限りサポートさせていただきたいと考えておりますので、引き続きお力添えを賜りますようよろしくお願い申し上げます。



副署長
早坂 卓也 氏

前任地:旭川中税務署
特別国税調査官(法人調査)

- 出身地：旭川市
- 趣味・特技等：スポーツ（全般）観戦
- 着任に当たっての抱負

旭川は生まれ育った故郷で、旭川中署は振り出しの勤務以来、2度目の勤務となります。

これまで、旭川中法人会の皆様におかれましては、道内でもトップクラスの非常に活発な活動をされていると聞いており、敬意を表するとともに大変心強く思っております。

現在、コロナ禍にあり、様々な活動が制限されている状況は非常に残念ですが、早期の終息を願いつつ、引き続き、皆様と連携協調・信頼関係を強めていきたいと考えておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



税務広報広聴官

佐久間 伸郎 氏

前任地:札幌北税務署 個人課税第4部門
統括国税調査官

- 出身地：札幌市
- 趣味・特技等：公園や動物園・植物園巡り

■着任に当たっての抱負

旭川での勤務は初めてです。

今後、法人会の皆様方には広報関係で色々お世話になると思いますが、少しでもお役に立てるよう精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

申告・面接相談は事前予約が必要となります!

税務署では、納税者の皆様にお待ちいただくことなくスムーズに申告・面接相談できるよう、原則として**事前予約制**とさせていただきます。

(注) 予約状況により、希望の相談日時に添えない場合がありますので、ご了承願います。

予約方法

- 1 所轄の税務署へお電話
- 2 自動音声案内《税務署への個別のお問い合わせ》
 - ①相談内容及び事前予約の旨をお伝えいただくと担当の係におつなぎします
 - ②名前・住所・相談内容・相談希望日等をお伺いし、お持ちいただく書類等をお伝えいたします。



旭川中税務署 人事異動一覧(関係分)



職 名	旧 (異動前)		新 (異動後)	
	氏 名	赴 任 先	氏 名	前 任 地
署長	塩地 弘光	退官	鈴木 博志	札幌中税務署 特別国税調査官(開発調査)
副署長	阪 裕貴	札幌国税局 総括税務相談官 主任税務相談官	早坂 卓也	旭川中税務署 特別国税調査官(法人調査)
総務課長	山田 晋也	札幌南税務署 総務課 課長	山崎 浩史	税務大学校 札幌研修所 総務主事
税務広報広聴官	近藤 敬一	旭川中税務署 個人課税第2部門 統括国税調査官	佐久間伸郎	札幌北税務署 個人課税第4部門 統括国税調査官
税務広報広聴官	阿部 哲二	留任		
特別国税調査官(法人税調査担当)	早坂 卓也	旭川中税務署 副署長	三浦 佳宣	札幌中税務署 法人課税第1部門 統括国税調査官
特別国税調査官(法人税調査担当)	佐藤 三徳	札幌中税務署 特別国税調査官(法人調査)	管原 充	札幌南税務署 特別国税調査官(法人調査)
特別国税調査官(法人税調査担当)	水落 滋	留任		
特別国税調査官(法人税調査担当)	北村 憲司	留任		
法人課税第1部門 統括国税調査官	工藤 博志	留任		
法人課税第2部門 統括国税調査官	市川 博史	札幌国税局 課税第二部 資料調査課 審理専門官	澤田 哲人	札幌国税局 課税第一部 課税総括課 主査
法人課税第3部門 統括国税調査官	森下 雅人	留任		
審理専門官(法人課税担当)	今 直人	留任		
審理専門官(法人課税担当)付	宮本 正之	留任		

令和2年分 年末調整等説明会 開催中止のお知らせ

詳しくは、旭川中税務署まで
お問い合わせください

今般の新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、例年実施していました年末調整等説明会につきましては、参加される皆様の安全を考え、開催を中止することとしました。
ご不便をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。
なお、年末調整関係の各種情報や用紙は、**国税庁ホームページ**(<https://www.nta.go.jp>)に掲載していますので、こちらをご利用ください。

法人会アンケート調査システムに ご登録ください!

**登録方法は大変簡単です
当会ホームページをご覧ください**
当会ホームページ：<http://ash-ho.or.jp>
または旭川法人会で検索



をクリックして下さい

アンケートは2カ月に1~2回程度配信される予定です
(大変簡単なものです)

法人会アンケート調査システムは平成22年に創設され、親会・青年部会・女性部会が一体となって会員企業の皆様のご登録を積極的に推進いたしております。

全国約80万社の会員企業を擁する法人会が実施するアンケート調査に関しましては、行政やマスクミ等をはじめ多方面から極めて高い評価と期待をいただいているとともに、法人会のパブリシティ向上にもつながっております。

つきましては、当アンケートシステムに会員の皆様のご登録ご賛同を賜りますようお願い申し上げます。

多彩な研修事業と皆勤賞!

当会では税務研修会をはじめ経営に役立つ様々なセミナーを定期的で開催しており、昨年より研修会『皆勤賞』も新設し、会員ニーズにあった更なる研修事業の活性化に取り組んでいるところである。

今年度はコロナ禍により年度当初の研修会はやむを得ず中止となったが、9月1日～3日には、コロナ禍に対応すべく3日間の日程で人数調整を行い経営セミナーを開催した。講師には昨年も大変好評だった社会保険労務士の今井貴之氏を招き、新型コロナの影響に対する助成制度と今後の労務管理と題して、ウイズコロナそしてアフターコロナに則した会社経営のポイントを分かりやすく解説してもらい、コロナ禍にもかかわらず合計で108名もが受講した。



3日間開催した経営セミナーの様子

令和元年度 研修会『皆勤賞』受賞企業

(順不同・敬称略)

★ゴールド皆勤賞(全6回受講).....

旭川中

(株)近藤染工場 新谷建設(株)
(株)廣野組 (株)日専連旭川
(株)ダイイチプランング

旭川東

旭川設計測量(株) 麻生木材工業(株)
(株)日興ジオテック (株)国策測量設計
広葉樹合板(株) 昭和木材(株)
(株)コハタ (株)エイジー
(株)フタバ

★シルバー皆勤賞(5回受講).....

旭川中

(株)アイ・ディー・エフ 赤川建設興業(株)
旭川ガスサービス(株) 揚原建装工業(株)
五光トータル防災(株) 北海道相互電設(株)
(株)盛永組 道内建設(株)
道北バス(株) 廣野商事(株)
(株)山本ビル 吉田商事(株)
ダイピ(株) (株)檜山鉄工所
(株)橋本川島コーポレーション

旭川東

(株)カンディハウス

女性部会税務研修会

8月24日(月)アートホテル旭川において女性部会税務研修会を開催し部会員14名が参加した。旭川中税務署の工藤統括官と宮本上席が講師を務め、国税におけるコロナウイルスへの対応と税務上の取扱いについてと題して講義された。



女性部会税務研修会



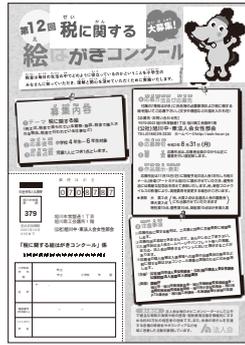
総合建設業 新谷建設株式会社

代表取締役社長 新谷 龍 一 郎

旭川市6条通3丁目右10号 TEL.0166-22-6166 FAX.0166-24-4978
URL <http://www.shinya-gr.jp>

税に関する絵はがきコンクール

女性部会では全国的に租税教育活動の一環として「税に関する絵はがきコンクール」を実施している。国と国民の生活を支える税の仕組みや役割について関心を持ってもらう機会の一助となればとの趣旨で行っている事業だが、当地でも各小学校から年々好評を得ている。本年はコロナ禍による教育現場の混乱もあり応募状況が不安視されたが、7月より旭川市および近隣の小学校に募集パンフレットを配布、37校より173点もの応募があった。今後は作品審査会において大賞以下入賞34点が選考される予定である。



コロナ禍で中止相次ぐ

9月17日(木)稚内市において開催予定であった法人会全道大会、例年11月の「税を考える週間」にあわせて開催し多くの市民や児童が来場される「法人会おもしろ税ミナ〜ル」など、下記の大会等がコロナ禍でやむを得ず中止となりましたのでお知らせします。

コロナ禍により中止

開催予定日	行 事 名
6月26日	第29回全道青年の集い滝川大会
9月17日	第57回北海道法人会税制改正提言全道大会(稚内大会)
10月8日	第37回法人会全国大会(岩手大会)
10月23日	第21回女性部会全道大会(旭川大会) ※令和3年10月22日(於:アートホテル旭川)に延期
11月6日	第34回全国青年の集い島根大会
11月11日	法人会『おもしろ税ミナ〜ル! 2020』
11月25日	第15回全国女性フォーラム愛媛大会

● 今後の主な行事予定 ●

11月～3月

- 10～12月 租税教室(計8回)
- 11月 「おもしろ税ミナ〜ル」代替事業
- 11月 税に関する絵はがきコンクール
各賞表彰
- 11月下旬 税務研修会
- 12月上旬 青年・女性部会研修会&きぎ酒会
- 1月25日 新春講演会&新年交礼会
- 2月1日 四団体合同新春研修会&
ニューイヤーパーティ
- 2月下旬 実務者向け税務研修会
- 3月上旬 春期講演会
- 3月上旬 女性部会税務研修会
- 3月上旬 青年部会交流事業
- 3月中旬 第3回理事会
- 3月下旬 広報誌第92号発行

注)コロナ禍により開催要領を変更する場合がございます



● 法人会シンボルマーク ●

中央の円は「法人会」のコア(核)である「よき経営者をめざすものの団体」をあらわしています。そのコアのもとに集まる「人」の姿を「法人会」の頭文字“h”に合わせ、企業と社会の健全な発展に貢献する団体であることを、力強く象徴しています。

● けんた ●

「いぬ」は、チームで行動し、人間のパートナーとしてのイメージが強く、身近な存在。法人会のメイン活動の一つである「社会貢献」の「献」=「ケン」=「犬」と結びつくことから親しみやすいキャラクターとしてオリジナルのデザインを作成。愛称は、機関紙「ほうじん」誌上で公募し、応募総数329点の中から選ばれました。「けんた」は、全国各地の法人会の会報やラッピングバス、鉛筆やノートなど数種のオリジナルグッズなどに使用されており、さまざまな場面で活躍しています。



株式会社 廣野組

代表取締役社長 田 中 実

本 社 〒070-0034 旭川市4条通10丁目2233番地11 TEL 0166-23-6101
札幌支店 〒060-0909 札幌市東区北9条東2丁目2番3号JPT北9条ビル TEL 011-790-6401
東京支店 〒101-0035 東京都千代田区神田紺屋町20番地1神保ビル7階A TEL 03-3525-4615



Q1 「法人会」ってどんな団体ですか？

A1 法人会は、70年を超える歴史を有し、全国で約80万社が加入する、税と経営に関する「よき経営者を目指すものの団体」であり、旭川中法人会・旭川東法人会は、平成25年4月より公益社団法人への移行に伴い、公益法人として地域企業と地域社会の健全な発展のため、会員企業の皆さんと多彩な活動を展開しています。

法人会は公平で健全な税制実現のため、会員企業の声を立法府にアピールするとともに、税の普及・啓発や租税教育を積極的に進めています。また、企業経営に役立つ研修会などを、税務署や専門家と協力しながら実践しています。これらの研修会をはじめ、法人会の様々な事業へ参加することで、多様な業種の経営者と知り合い、その交流を通じてお互いの経営に役立てることが出来ます。

Q2 「法人会」にはどんな会社が入っているのですか？

A2 いろいろな業種の様々な規模の会社にご加入いただいています。多くの経営者と知り合うチャンスがあり、ビジネスチャンスにつながります。

Q3 うちの会社は小さいので加入する必要がないのでは？

A3 私たち法人会のメンバーの多くは中小

零細企業で、個人事業者の皆さんもいらっしゃいます。行っている事業には、無料の税務研修会や経営セミナー、経営に関する図書の無料配布など、皆さんが気軽に利用できて役に立つものが多数ございます。

Q4 「法人会」の事業とはどのようなものですか？

A4 法人会の事業は大きく分けると5つになります。

まず「税に関する事業」です。例えば、税務研修会の開催や最新の税情報の発信などをはじめ、中小零細企業のための税制改正要望を国・地方自治体などに行っています。

次に「経営支援サービス事業」です。例えば、優秀な専門家を講師に招き各種経営セミナーを開催しています。また、ホームページ上には多彩なインターネットセミナーの配信を行っています。

3つめは「福利厚生事業」です。法人会メンバーしか入れない有利な保険制度など様々なサービスが用意されています。

4つめは「交流事業」です。様々な異業種交流会などを通じて、新たな仲間作りやビジネスチャンスの広がりが期待できます。

最後に「社会貢献事業」です。地域社

各種自動車タイヤ販売・修理・アルミホイール・オーディオ販売・修理
車のサポート専門ショップ
有限会社 ランマーケット

代表取締役社長 本間公浩

〒071-8154 旭川市東鷹栖4線10号 TEL.0166-57-4158 FAX.0166-57-1841 E-mail:runmar@agate.plala.or.jp

会の健全な発展や地域経済の活性化などに役立つ事業を行っています。

Q 5 「法人会」の公益事業にはどのようなものがありますか？

A 5 小学校などで実施する「税に関する絵はがきコンクール」や「租税教室」などの税関連事業のほか、各種研修会の開催など健全かつ安定経営に資する事業、一般開放される著名人による講演会や地域イベントの実施など、様々な活動を行っています。

Q 6 「法人会」に加入すると何かメリットはありますか？

A 6 まず、法人会は地域の事業者の皆さんにご加入いただき、地域社会の健全な発展と地域経済の活性化のため、様々な活動を行っている「公益法人」であることをご理解いただきたいと思えます。

その上で、これまでにご説明しましたように、実に多彩な事業や会員サービスを行っています。会員になるメリットは、これらの法人会活動にご参加いただくことにより、社会貢献への意識が芽生えて世の中のために活動したと実感を持つことができます。また、多くの経営支援サービスや異業種交流を通じて、企業を活性化したり、経営の安定を図ることができるとともに、多様な業種の方々と知り合い、交流を深める場を提供することによって、多くの経営者の方と親しくお付き合いし、ご自分の会社経営に役立てることができます。税務当局や関係諸機関は、法人会をよく理解していただいております。親身になって相談いただける良好な関係が築けます。

これらのことを通じて、経営者の皆さんや社員の方々、そして企業の中に大きな力が蓄積されていくものと考えています。

Q 7 入会しても、忙しくて研修やイベントに参加できない

A 7 公益法人として認可を受けている法人会の活動に賛同し、会に加入されること自体が、社会的に大きな意義があり信頼につながることを考えています。

活動に参加できなくても、様々な情報や広報誌・ホームページ、福利厚生制度、会員サービス事業など多くの会員特典があります。また、事業の多くは経営者ご本人にお時間がなければ、奥様や従業員の方にご参加いただくことも可能です。

Q 8 「法人会」へ入会すると、イベントなどの参加を強制されませんか？

A 8 各事業への参加はもちろん強制ではありませんので、お時間があり、ご関心のあるときにご参加いただければ結構です。なお、特定の政治団体等との特別な関係もありません。

Q 9 「法人会」と税務署の関わりはどのようなものですか？

A 9 法人会は申告納税制度の推進に貢献している公益団体であることから、税務署は会員の指導や税知識の普及に力を入れています。特に、税務に関する研修会への講師派遣や最新の税務情報の提供などの支援をいただいております。親身になって相談いただける良好な関係を築いています。

Q10 税金のことは税理士に任せているので、加入不要ではないですか？

A10 経営者は企業の最高責任者として実態を把握し、健全経営へと導く立場にあります。そのため、会社決算や申告手続、税務調査等は専門家である税理士に任せるとしても、経営上必要な最低限の税知識は持つ必要があると考えます。

今もなお、英国ファッション史の本流であり続けるブランド

DAKS

取り扱い売場 / 1F 紳士服



株式会社 丸善三番館

旭川本店 /
旭川市3条通15丁目右1号
TEL (0166)24-1311(代)

私のオススメ店

コロナ禍で
私たちの暮らしも様変わりしました
お仕事やご家庭でもご苦労されていることと思います
街角のお店もしかり…
ウイズコロナそしてアフターコロナに向けて
がんばっていらっしゃるお店の応援企画として
私たちのお気に入り&オススメ店をご紹介します
ぜひ足を運んでみて下さい

1
VOL.

記念すべき第1回目は
広報誌の編集を
担当している
広報委員7名の方の
『オススメ店』です



道産ブランド食材と
世界のワインが楽しめる大人の酒場

紹介者より一言 佐々木通彦 (旭川東法人会広報副委員長)

ふらっと歩いていたら突如現れるおしゃれな大人の酒場。いつもの仲間と楽しむ時間がココにあります。小物や照明などにもさまざまな演出が！20名様以上で(50名位までOK)貸し切り出来ます。プロジェクター動画放映、高品質の音響設備でリクエストBGM、マイクも完備。会社や仲間との懇親会やパーティー等に最適です。※テイクアウトもOK



エノテカ イル ジェンティーレ (ENOTECA IL GENTILE)
住 旭川市3条通8丁目 AYLITビル1階
☎ 0166-21-3691
営 月～金17:00～0:00 土・日・祝・祝前日14:00～0:00
休 不定休

紹介者より一言 泉澤玄一郎 (旭川東法人会広報委員)

コロナの影響はお酒の小売店にも大打撃を与えている。無類の酒好きである私にとって、日本酒を選ぶときのワクワク感は何とも言えない。特に六車商店は名門酒会に加入しており、全国の銘酒が手に入るお店。古くからのお客さんがお好みのお酒の話をしていくとの話を聞いて、酒は物語であるを実感した。私の大好きな一品(一本)は一乃蔵の「笙鼓」と「松山天」。値段は結構お高いが私に至福のひとつときを醸し出してくれる演出家のようなのである。



六車商店
住 旭川市旭町2条3丁目
☎ 0166-51-1211
営 10:00～19:00 休 日曜日



至福のひとつときの演出家



旭川の肩ひじ張らない
カジュアルフレンチのお店

紹介者より一言 水道美貴子 (旭川中法人会広報副委員長)

季節の料理やフランス各地の伝統料理をベースに、北海道産中心の食材と他国の調理法をフュージョンさせ、素敵なお皿に仕立てています。異国の雰囲気の中でちょっと贅沢な時間を過ごしませんか？前日18:00までのご予約で、テイクアウト「お弁当・オードブル」もOK！(コロナ禍のためご来店の際は要連絡、テイクアウトは店頭受け渡しのみ)



ビストロ スプーン (bistrot spoon)
住 旭川市2条通7丁目
☎ 0166-27-5488
営 ランチ 11:00～13:30 休 日曜日
ディナー 17:30～22:00

紹介者より一言  阿部安弘 (旭川中法人会広報委員)

ここのお店の野菜がたっぷり入ったスープカレーは食べる栄養ドリンクです。食べると元気が出る。何度も助かった。使ってる野菜もお米も道産素材。サラダのドレッシングも美味しくて飲み干せます。私はいつもチキンレッグのスープカレーと黒米入りのごはんです。



スープカレーオアシス(OASIS)
 住 旭川市豊岡7条7丁目
 ☎ 0166-33-6444
 営 ランチ 11:00~14:30(L.O)
 ディナー17:00~19:30(L.O)
 休 木曜日



美味しくて
参りました



お勧めの旭川フレンチ

紹介者より一言  生駒光宏 (旭川中法人会広報委員)

旭川フレンチLeAnnで贅沢な時間を過ごしませんか？モダンな落ち着いた店内で、人柄、接客共に素晴らしいシェフとスタッフが迎えてくれます。一皿一皿美しい盛り付けの料理は、素材にも勿論こだわり美味しいものばかりです。お勧めします！是非一度！



ルアン(LeAnn)
 住 旭川市宮下通7丁目 明治屋ビル3階
 ☎ 0166-64-6035
 営 ランチ 11:30~14:00(L.O)
 ディナー18:00~20:30(L.O)
 休 月曜日

紹介者より一言  辻口享泰 (旭川中法人会広報委員長代理)

カジュアルな店内のイタリア料理店で、女性のお客さんの割合が高いです。料理はパングラタンとアヒージョがイチ推しで、全ての料理が美味しくボリューム満点です。お店の方の接客もよろしいです。女子会やカップル・ご夫婦で利用してはいかがでしょうか。



Beer Cafe グリルベリーズ
 住 旭川市4条通6丁目 種田菓子舗2階
 ☎ 0166-24-3155
 営 18:00~24:00
 休 不定休(基本 日曜・祝日)



美味しさ&ボリュームの
魅力的なイタリアン



日本最高峰！
至極の空間で和酒を楽しむ！

紹介者より一言  野村健太郎 (旭川東法人会広報委員長代理)

酒屋の店内で立飲みをする「角打ち」が出来るお店。全国様々な日本酒が1杯から楽しめる、気に入ったお酒はそのまま購入する事も出来ます。立飲み空間は日本屈指のデザイナーが手掛けた上質な空間で日本酒を楽しむことも出来ます。日本酒だけでなくビール・焼酎・果実酒とこだわりのドリンクが飲めます。0次会や1.5次会等のちょい飲みにはもってこいです。



和酒角打 うえ田舎(わしゅかくうち うえだや)
 住 旭川市4条通8丁目 十字屋ビル1階(買物公園通り沿い)
 ☎ 0166-25-8222
 営 13:00~21:00
 休 無休

将棋の格言に思う

(株)橋本川島コーポレーション
総務部次長

信太 禎之



最近、将棋界が賑わっています。最年少記録の更新、歴史的接戦、ネット配信、コンピュータ将棋、女流棋士など大きなニュースとして報じられることも少なくありません。皆さんは将棋の格言をご存じでしょうか？ここではいくつかの格言をご紹介しますと思います。

最初にご紹介するのは「へぼ将棋玉より飛車を可愛がる」です。将棋は王様を取り合うゲームです。にもかかわらず強力な駒である飛車を可愛がり王様を大事にしない。つまり、目先の損得ばかり考えて、本質的なものを見失ってしまうということです。実社会でもよくあることです。ある物を買うに行ったら目的以外の安いものに目を奪われ余計な物を買ってしまったとか。私もよくあります。常に本質を見失わないようにしたいと思っています。

次に紹介する格言は「歩のない将棋は負け将棋」です。これは、最弱の駒とされ、一見価値が低いように見える「歩」が、実は攻守によく働き、勝敗に関わる必要な駒であるという意味です。似たような格言に「一步千金」があります。「歩」も、局面によっては「金」という将棋では価値の高い駒以上の働きをするという意味です。この歩を人や物に置き換えるとしくりくると思います。人や物を用意できないと仕事になりません。最近、高齢化社会やコロナ禍で多くの企業がこの問題に直面したと思います。ただ、人や物は個人ではどうにもできないこともあります。個人では何ができるのかと考えたときに私は「歩」を「案」に置き換えて考えています。自分自身で作る案は思い浮かびさえすればいくらでも作れます。それがどんなにくだらない案でも何も持っていないよりはずっとマシです。手詰まりにならないよう常に何らかの案は持つよう心がけています。

この他にも将棋には人生の教訓と重なる部分がたくさんあるように思います。興味を持たれた方がいましたら、この機に始めてみてはいかがでしょうか。

喜びの連鎖

(株)ロバ菓子司
代表取締役

水道 美貴子



美味しいものを食べたとき、笑顔になりますよね！時代の変化・環境の変化（未曾有のコロナ禍）・お客様の好みの変化に敏感に対応しながら、お菓子を通していつも笑顔で喜んでいただけるのかを一番に考えるとともに地元の皆様にお育ていただいたことに感謝致します。

「やっぱり、また食べたい！」とさせていただけるお菓子を…

「ありがとうといっていただけるお店をつくらう」を社内合言葉にお菓子を通して、季節感をお伝えするのもお菓子の使命でもあり、必ずそこには喜びの笑顔があることは、とても嬉しいことです。

また「音楽のまち・旭川」と言われるくらい、文化交流を大切にしている旭川でもあります。そんな中で「気軽に使える発表の場が欲しい！」とのお客様からの声に耳を傾け、神楽岡・ザ・さん蔵人（本店隣接の建物）を旭川プラタナスプレイス「かぐら蔵」として習い事の発表の場として、作品展示の場として、ミニコンサートの場として、さらにセミナーの場としてご利用いただいています。

ご家族が、お仲間がともに楽しめる空間であればと思います。

大切な人を大切にする喜びは価値観が多様化する時代であっても変わりません。

「お菓子」を通して、笑顔と喜びで幸せの連鎖をつくっていきたいと思います。

「コロナ禍」が収束し、たくさんの笑顔と喜びのお手伝いをさせていただきます。

建築構造物の価値創造を科学と新技術・新工法でご提案します

(株)アイディー・エフは
バレーボールチーム
ヴォレアス北海道を応援しています



IDF
Innovation Dynamic Flexible



IDF 株式会社 アイディー・エフ
改修のIDF 検査中 <http://www.idf.co.jp>

代表取締役 **池田 和広**

本社 〒071-8154 旭川市東鷹栖4線10号3-12 旭川物流団地内
Tel(0166)57-1831 Fax(0166)57-1833
E-mail: info@idf-inc.jp
札幌営業所 〒065-0020 札幌市東区北20条東2丁目1-23
Tel(011)711-5171 Fax(011)711-5172

経営者のための 法律相談

Q & A



旭川総合法律事務所弁護士 皆川 岳大

Profile

永山南中学校、旭川東高校、北海道大学法学部卒業。地元企業の顧問弁護士業務と医療機関の経営コンサルタント業務のほか、借金問題等の消費者問題にも取り組んでいる。好きなアーティストは長渕剛、吉川晃司。趣味は、居酒屋めぐりとワイン。

新型コロナウイルスの今こそ、顧問弁護士！

Q

新型コロナウイルスの流行によって、われわれ中小企業経営者は大きな打撃を被っております。このような非常事態において、会社の顧問弁護士は、役立つのでしょうか。

(53歳・会社経営者)

A

今回は、新型コロナによる様々な問題から会社を守るために弁護士は役に立つのであろうかとうご相談です。確かに、各種給付金の申請については税理士、雇用調整助成金の申請については社会保険労務士が専門的知識を有している面もあり、弁護士が、新型コロナウイルスの対策に直接役立つことは多くありません。しかしながら、経営者が新型コロナ対応や資金繰り等に奔走しなければならない今の状況下においてこそ、会社を守る存在としての顧問弁護士が役立ちます。以下に具体的にご説明いたします。

①スピード

新型コロナによって生じる問題とは別に、会社経営においては、日々様々な法的問題が起こり得ます。そのような場合、通常であれば、法律事務所に、相談の予約をし、日程を調整したうえで、実際の相談に至るという流れになりますが、新規の相談の場合には、相談の日程が遅れがちです。この点、顧問弁護士の場合、一般的には、顧問先会社からの電子メール・スマホでの相談にも対応しており、緊急な相談にも迅速な対応が可能です。平日は新型コロナ対応に忙しい場合にも、土日にも相談が可能です。

②紛争の予防

従来は、法的紛争が実際に発生してから事後的に対応するのが通常でした。

しかしながら、顧問弁護士がいれば、契約書のチェックや顧客からのクレーム対応等によって法的紛争が発生することを事前に予防することができます。新型コロナ対応に忙しいときこそ、取引先との契約をめぐるトラブルは予防したいものです。

③コスト削減

大企業には、通常、法務部があり、自社の法的問題に対応しますが、中小企業が独自の法務部を持つことはコスト的に困難です。この点、顧問弁護士がいれば、その弁護士を「中小企業の法務部」として活用することができます。後述するように顧問料は、法務部専属の社員を雇用することに比べて、はるかに低コストです。

④会社の事情に精通

顧問弁護士は継続的に顧問先会社からの相談に対応しているので、顧問先会社の事情に精通しています。そのため、個別の事件について単発的に依頼した場合に比べて、より適切な紛争解決をすることが可能です。新型コロナ対応に追われている時期に、法律事務所に行き、会社の紹介から話をしている時間はありません。

⑤福利厚生役割

会社自体にとってのメリットに加えて、従業員の法的トラブルについて、顧問弁護士に相談・依頼することができるというメリットもあります。

以上のように様々なメリットがある顧問弁護士ですが、当事務所においては、顧問料は企業の規模、従業員数、依頼する業務の範囲などによって月額3万円以内の範囲で決定しています。なお、当然のことながら、顧問料は税法上の経費となります。

新型コロナ予防には「手洗い・うがい・マスク」ですが、会社のトラブル予防には「顧問弁護士」です。



北海道原料で地ビールから クラフトビールへ ビールに愛をこめて

大雪地ビール株式会社

代表取締役 井内敏樹氏



今年で創立24年目を迎える、大雪地ビール株式会社。飲みやすさとクラフトビールならではの個性を生かしたビールと北海道の食材を活かした併設のレストランは地域の活性化のためコロナ禍の苦境の中でも営業を続けています。

平成8年に大雪地ビール株式会社は創立し、本年で24年目を迎えます。地元旭川の魅力を発信することを使命とし、クラフトビールが飲めて地元食材が味わえる併設のレストランは観光客だけでなく地元民からも親しまれています。クラフトビールと食を通して地域活性化の役割を担い、旭川に欠かさない食文化の発信地として今に至っています。

地産地消にこだわるのは今も変わりません。人気メニューであるジンギスカンは最高級の豪州産になりますが、神居の農業生産法人、株式会社愛恵育場がラム肉を生産していることから、限定品として旭川産ラムジンギスカンも提供しています。鶏なら知床地鶏を扱うなど、旭川近郊はもちろん北海道産で食材をそろえるように努めています。

地元産にこだわるのはレストランだけではなくありません。クラフトビールの原材料に道産原材料を取り入れる取り組みも行っています。ビールの基本的な原料は麦芽です。価格面や麦を麦芽

企業概要

- 名称 大雪地ビール株式会社
- 代表取締役 井内 敏樹
- 創立 平成8年(1996年)1月25日
- 資本金 9,800万円
- 従業員数 30名
- 工場併設レストラン 〒070-0030 北海道旭川市宮下通11丁目1604番地の1
TEL:0166-25-0400
FAX:0166-25-0401
E-mail:info@ji-beer.com
- ビール製造免許 期限付免許交付 平成8年10月17日
期限なし免許交付 平成11年4月1日
- 発泡酒製造免許 期限付免許交付 平成11年5月24日
期限なし免許交付 平成19年4月1日
- 工場面積 130.40㎡
- 工場主要設備 1klマッシュ兼ウォルトパン:1基
1klロイタータブ:1基
1klワールフルタンク:1基
1kl発酵兼貯酒タンク:6基
2kl発酵兼貯酒タンク:6基
1klブライトピアタンク:2基
ユーティリティー設備:1式
ピン詰設備:1式
- 年間最大製造能力 412kl(ビール・発泡酒)
- レストラン面積 447.66㎡
- レストラン概要 営業時間:11:30~22:00
席数:180席
- 関連施設 滝川クラフトビール工房



株式会社 湯 浅

代表取締役 湯 浅 義 弘

地域のレディスアパレルショップをサポートします

旭川店 / 〒070-8502 旭川市宮下通10丁目左1号 TEL 0166-24-3356 / FAX 0166-23-0200
札幌店 / 〒060-0005 札幌市中央区北5条西11丁目 TEL 011-271-1211 / FAX 011-261-2952
ホテル ロンシャン / 〒060-0055 札幌市中央区南5条東1丁目 TEL 011-561-1131 / FAX 011-561-0006



にする施設が少ないことなどから、輸入原料に頼らざるを得ないのが現状でした。しかしできるだけ道産材を取り入れたいと、ここ10年定番品として生産している「萌芽」は、下川町産の小麦を使用。ビールに使う麦は、発芽させて麦芽にする、製麦という工程が必要です。そこで発芽玄米を製造している東川町の農家と協力し、発芽玄米の製造技術を製麦に転用し、道産麦でビールを作りました。今年からは東鷹栖産の大麦を使った製造にも着手。代表商品の「大雪ピルスナー」など、定番製品のほとんどに東鷹栖産大麦を使用しています。国内産麦芽を全ての定番商品に使うのは、日本ではじめてのこと。輸入原料に比べると、コスト面など難しい部分もありますが、東神楽産ホップを含め可能な限り地元の原材料を使っていきたいと思えます。

新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言は、大雪地ビールにとっても大きなダメージになりました。観光客がいなくなり、地元客の足も遠のきました。売上は例年の7割減にまで落ち込みましたが、4月末に5日間休業した以外は、時間を変更して営業を続けました。来て下さるお客様が1組でも2組でもいるなら、お店は開けておきたかった。これまで無かったテイクアウトメニューを用意し、瓶詰ビールの他クラフトビールの量り売り（100ml100円で）も行なっています。又コロナ禍の日本で疫病退散にご利益があると一躍有名になった妖怪アマビエ。そのイラストをラベルにした

瓶詰ビールを5月中旬に発売したところ、新聞やテレビなどのメディアでも取り上げられ、アマビエビールの売り上げは好調。中身は「大雪ピルスナー」でこれまで当社のビールを飲んだことがなかったという方まで購入してくださり、予想外の反響でした。さらにイラストは地元の若い女性イラストレーターに描いてもらったアマビエニューバージョンも登場しています。（中身は「ケラ・ピルカ」）ビールを飲み終わったら瓶を飾り、疫病退散の願いを込めます。又、今月から5670（コロナゼロ）ビール（中身は「黒岳」）も発売しました。「ケラ・ピルカ」は創業当時から作っています。日本人はピルスナーに親しみがあるかもしれませんが、これをきっかけにエールやボックのおいしさを味わってほしいと思います。コロナ以前はインバウンドを含めた観光客が半分を占めていたレストランですが、これからはもっと地元の人たちが訪れやすいレストランにしたいと考えています。やはり、地元の方に来てもらうのが一番。地元客に喜んでもらえるメニューなどを考えていきたい。ぜひこの旭川で作られている各種のクラフトビールを味わってほしい。又、このビールを一番おいしく飲めるのはこのお店だと思っています。ぜひおいしいクラフトビールを飲みに来館してほしいです。

明治から大正時代に建てられたレンガ倉庫を利用した大雪地ビール館。地元食材の料理とクラフトビールを飲みながら旭川の良さを改めて感じてみてください。



赤川建設興業株式会社

代表取締役会長 太田 秀明 代表取締役社長 赤川 秀次

〒070-0040 旭川市10条通9丁目左1号
電話 (0166)22-3192・FAX (0166)22-3913番
URL <http://www.akagawa.co.jp>

健康
問題

人生100年時代、良い視力をいかに保つか

日本大学医学部視覚科学系眼科学分野

診療教授 長岡 泰司



1 はじめに

私は生まれも育ちも北海道ですが、ご縁があって4年前から東京で眼科医として勤務しています。家族は旭川、自分は東京で単身赴任を続けています。これは医療だけに当てはまることではありませんが、旭川と東京すなわち地方と都会、その両方を比較しながら日々生活しておりますと、それぞれによいところと悪いところがあり、都会で暮らすからこそわかる地方の良さもたくさんあります。東京23区の合計面積は実は旭川市の面積よりも小さく、その中に1000万近い住民が住んでおり、医療施設としては12の大学病院をはじめ数え切れない程多くの病院とクリニックがあります。何か問題があって信頼を失えばすぐ患者さんが離れてしまったり医療訴訟などのトラブルに巻き込まれるというリスクも伴う反面、ひとたび地域住民の信頼を得られればたくさんの患者さんが来院してくれるという恵まれた環境でもあり、仕事のやりがいを感じています。一方、地方都市では同郷の仲間意識がとても強く、患者さんそれぞれのご事情やお考えが理解しやすく、より強固な信頼関係の上できめ細やかな診療ができるという利点もあると思います。今後、コロナの影響で都会から地方への人の流れも増えるとも言われており、医療事情は刻々と変化しておりますが、withコロナの新しい時代に即した新しい医療のあり方を模索していきたいと思えます。

今回はご縁があってこのような原稿を書かせて頂く機会を頂きましたので、人生100年時代と言われる昨今、いかにして良い視力を保つかを簡単にまとめさせていただきます。

2 眼球の構造と視機能

眼球は直径わずか20数ミリの臓器ですが、人間は得られる情報の80%を視覚から取り入れていると言われてます。眼内に入った光は、角膜や水晶体などで屈折され、眼球内の大部分を占める硝子体というゼリー状の組織を通過し、最終的には網膜という薄い膜状の

組織で焦点を結びます。あたかもカメラのフィルムの役割を担っていると言えます。眼は小さな臓器ですが、非常に専門性が高く、角結膜・緑内障・網膜硝子体・ぶどう膜・屈折斜視弱視・神経眼科などに細分化されています。そのなかで、私は網膜硝子体を専門として診療に当たっております。本日は網膜の病気について、特に網膜の中心部分で視力を司る黄斑に焦点を絞り、診断と治療のお話をさせていただきます。

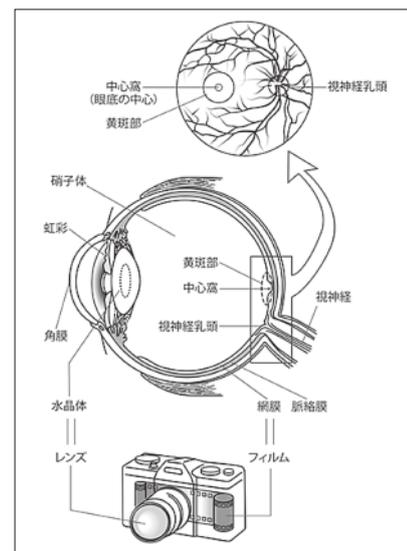


図1. 眼球の構造について

3 網膜疾患の診断の進歩

成人になってから発症する網膜疾患の主なものを列挙しますと、糖尿病網膜症、網膜静脈閉塞症、網膜剥離、加齢黄斑変性、黄斑前膜、黄斑円孔などがあげられます。どれも重篤な視力障害を来しうる怖い目の病気であり、早期発見・同期治療が重要であることはご理解していただけたと思います。早期発見にはとにかく症状があればすぐにお近くの眼科に受診していただくことが重要ですが、網膜の病気の多くは最初はどちらか一方の眼球だけにおこることが多く、もう一方が視力良好なら気がつかないことが多いので、ときどきセルフチェックをしていくことをお勧めします。黄斑

の病気のチェックにはアムスラーチャートという碁盤の目のような正方形のチャートが用いられます(図2)。インターネットなどで「アムスラーチャート」で検索すると簡単に入手できますので、よければ試してみてください。反対の眼をふさぎ、目線は中央の点において、格子にゆがみや欠損がないか、片眼ずつチェックします。

それでは、代表的な黄斑疾患をご紹介します、その治療法についてもご説明します。

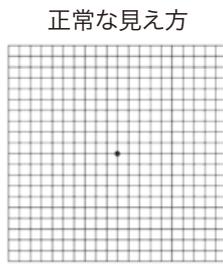


図2. アムスラーチャート

1) 加齢黄斑変性

以前は欧米に多く日本では少ないとされてきましたが、食生活の変化に伴い、近年日本でも増えている疾患です。網膜の下にある脈絡膜から異常な血管(新生血管)が黄斑部に生じ、出血や線維化などによって視力低下を引き起こします。診断は光干渉断層計(OCT)と蛍光眼底造影検査で行います。黄斑に新生血管があることを確認し、病気の活動性を評価して治療方針を決定するのですが、従来の造影検査は造影剤を用いるため、まれですが副作用などもありクリニックでは行えないところもありましたが、最近は造影剤を使わない血管造影検査(OCTアンギオグラフィー)も導入されつつあります。治療は抗血管内皮増殖因子(VEGF)薬の硝子体注射が第一選択とされています。これは入院の必要がなく痛みもほとんどないのですが、薬剤が大変高価であることと、病気が落ち着くまでに複数回の注射が必要になることがほとんどで、経済的な面でも治療継続に困難を伴うことがあります。

2) 黄斑浮腫

主に糖尿病網膜症や網膜静脈閉塞など、網膜の血管の病気に伴って引き起こされます。網膜の血管というのは水道管のように外に水がもれない特別な構造になっていますが、病気になるとあたかも水道管にヒビが入るように水が漏れるようになってしまい、水ぶくれ=浮腫を引き起こしてしまい、視力が低下してしまいます。特に糖尿病については、今や予備群も含めると成人の6人に1人が糖尿病と診断される時代となり、糖尿病黄斑浮腫による視力障害の患者が増えています。診断は加齢黄斑変性と同じくOCTと造影検査で行います。治療も、以前はレーザーや手術などの外科的治療が中心でしたが、最近は抗VEGF薬の硝子体注射が一般的になっています。糖尿病は全身病ですので、両眼ともに病気になることが多く、その分医療費も高額になり、治療に困窮する患者様も見受けられます。また、弱った血管そのものを修復するわけではないので、いったん浮腫が無くなっても薬の効果が切れ

てくるとまた浮腫が再発することも多く、粘り強い治療が必要です。

3) 黄斑前膜・黄斑円孔

黄斑だけにおこる病気で、初期はゆがみや暗点を自覚します(図3)。黄斑前膜は黄斑に悪い膜ができてしまい、黄斑にしわができて浮腫が起こり、ゆがみや視力低下を引き起こします。黄斑円孔は網膜の真ん中に円く穴があいてしまう病気で、こちらもOCTで診断されます。どちらも薬では治すことができず、硝子体手術で治療します。硝子体手術は最近大きく進歩しており、極めて細い針のような器具を目の中に挿入し、透明なゼリー状の硝子体を切除します。傷も小さくすむため、最近では短い入院や日帰り手術でも行われています。黄斑円孔の場合は手術後数日間は穴がきちんととじるために空気を黄斑にあてる必要があるためほぼ一日中うつ伏せが必要で、手術後の方が患者さんにとってはつらいようです。黄斑円孔の閉鎖率は早期であれば90%とされており、治療可能な病気ですが、黄斑は繊細な組織ですので、黄斑前膜も含めて一度ダメージをうけてしまうとなかなか元通りには戻りにくいいため、手術後もある程度ゆがみは残ることが多く、ダメージがあまり大きくないうちに、早めの手術が推奨されます。最近では視力が良い状態でもゆがみの自覚の強い場合には手術に踏み切ることも多いのですが、決して失明する病気では無く、手術を急ぐ必要はないので、主治医と十分話し合ってから手術するかどうかを決めて頂くべきと思います。

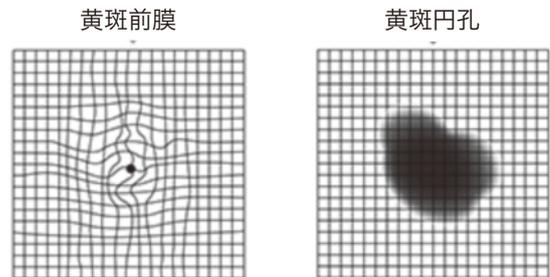


図3. 黄斑前膜・黄斑円孔患者のアムスラーチャートの見え方

おわりに

人生100年時代においてもなお天寿を全うするまで良い視力を保っていただくためのお手伝いをすることが、我々眼科医の責務とも言い換えられます。そのために皆様にぜひお勧めしたいのが、眼の定期検診です。幸い旭川にはたくさんの眼科クリニックがございます。おそらく人口あたりの眼科医の数は、旭川は全国でも有数なのではないかと思えます。眼でお困りの方は、ぜひお近くの眼科クリニックで御相談し、視力が悪くなる前に眼の病気を予防していただきたいと思えます。

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・生活維持を困難にするおそれがある。
- ・ 納税について誠実な意思を有する。
- ・ 猶予を受けようとする国税以外の滞納がない。
- ・ 納付すべき国税の納期限から6か月以内に申請書の提出がある。

(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131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感染症の影響により、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。

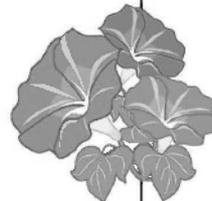
(注) 収入には、事業収入のほか、給与収入などの定期的な収入も含まれますが、譲渡所得などの一時的な収入は含まれません。

○ 納付すべき国税の納期限までに申請書の提出が必要です（注）。

(注) やむを得ない理由があると認められるときは、納期限後でも申請できますので、所轄の税務署（徴収担当）にご事情をお申し出ください。

○ 令和2年2月1日から同3年2月1日までに納期限が到来する国税が対象です。

納税の猶予の特例（新型コロナウイルス税法第3条）



令和2年6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

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。
- 特例猶予が受けられない場合でも、要件を満たせば、現行の猶予が受けられる場合があります（現行の猶予は、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

猶予が認められると・・・

- 税務署から、猶予税額や該当条項などを記載した猶予許可通知書が送付されます。
- 猶予期間中に猶予中の国税に関する納税証明書（その1）を取得した場合は、「備考」欄に猶予中である旨が記載されます。

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、お申し出ください。

- 【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ご確認ください。

総務省：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

e-Taxソフト(WEB版)を利用した

- ・ 所得税徴収高計算書の送信
- ・ ダイレクト納付 自宅・オフィスで完結♪

《e-Taxソフト(WEB版)を利用した所得税徴収高計算書の送信・ダイレクト納付のメリット》

- 1 自宅やオフィス等で送信及び納付ができて便利！
(注) 初めてe-Taxを利用する場合は、「電子申告・納税等開始届出書」の提出(送信)が必要となります。
- 2 所得税徴収高計算書の送信及び納付には電子証明書は不要！
- 3 納付すべき税額のない場合(納付税額0円)は、e-Taxソフト(WEB版)を利用して所得税徴収高計算書の送信をするだけで手続完了！
- 4 ダイレクト納付を利用すると、所得税徴収高計算書の送信から納付までを一連の流れで手続可能！
- 5 ダイレクト納付は、金融機関や税務署の窓口が開いていない時間でも利用可能！
(注) e-Taxシステムの利用可能時間内かつ、金融機関のシステムが稼働している時間内で利用可能です。

【ダイレクト納付をご利用になる場合の手続】

裏面の「ダイレクト納付利用届出書」に必要事項を記載、押印の上、税務署に提出してください
(注:届出書を提出して約1か月後から利用可能となります。)

e-Taxソフト(WEB版)を利用した送信及び納付の方法

所得税徴収高計算書の作成及び送信

e-Taxホームページから、e-Taxソフト(WEB版)にログインし、データの作成及び送信をします。

※ 納付すべき税額がない場合は、送信するだけで手続が完了となります。

納付額がある場合は…



納付方法の選択

データ送信後、メッセージボックスに表示される受信通知から納付方法を選択します。

ダイレクト納付を利用する場合、画面の「今すぐに納付される方」又は「納付日を指定される方」を選択します。

※ 納付日を指定することにより、納期限を過ぎてしまうのを防ぐことができます。

なお、ご不明な点がございましたら、税務署管理運営(問い合わせ)部門にお問い合わせください。

税務署

R2. 6

平成31年1月から e-Tax の利用手続きが (2019年) より便利になります

①



今年も税務署に申告書を提出しに行ったけど、混んでたな…来年も税務署に行くのが大変だなあ

②

マイナンバーカード方式!



マイナンバーカードとICカードリーダライタがあれば、自宅のパソコンから e-Tax で申告ができるよ!

ええ そうなんだ!

③



でも、マイナンバーカードはまだ取ってないし、ICカードリーダライタも持ってないよ どうしよう…

④

ID・パスワード方式!



そういう方も大丈夫! 税務署で ID とパスワードを受け取れば自宅のパソコンやスマホから e-Tax で申告ができるよ!

知らなかったよ!

マイナンバーカード方式

用意するものは、次の2つ!

- ① マイナンバーカード
- ② ICカードリーダライタ



- ・マイナンバーカードを利用して e-Tax で申告できます。
- ・既に e-Tax の ID (利用者識別番号) を取得している方も e-Tax の ID・パスワード (暗証番号) が不要になります。

マイナンバーカードやICカードリーダライタをお持ちでない方は・・・

ID・パスワード方式

用意するものは、次の2つ!

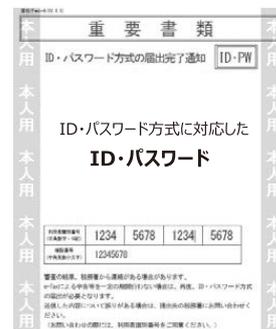
ID・パスワード方式に対応した

- ① ID (利用者識別番号)
- ② パスワード (暗証番号)

- ・ID とパスワードは、税務署で職員と対面による本人確認を行った後に発行しますので、発行を希望される方は、運転免許証などの本人確認書類をお持ちの上、お近くの税務署にお越しください。

- ・国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」でのみ利用できます。
※マイナンバーカード及びICカードリーダライタが普及するまでの暫定的な対応です。

平成31年(2019年)1月以降も、引き続き、従来の方式でも e-Tax による申告書の送信ができます



ID・パスワード方式の利用については、裏面をご覧ください。

アフターコロナを見据えた 経営戦略の方向性

未来事業株式会社
金融コンサルタント
清田正和

1. はじめに

今回は、新型コロナウイルス感染症による社会経済活動の大幅な縮小に対し、どのように対処していけばいいのか、アフターコロナを見据えた経営戦略について述べたいと思う。

まず、特筆すべきひとつの事象として、これまで首都圏一極集中であったものが、コロナ禍をきっかけに地方シフトへと変化しつつあることだ。

この数か月のリモートワークや在宅勤務によって、必ずしも東京や本社にいくとも仕事が出来ることがある程度証明され、家賃の高い首都圏から本社を地方に移転する動きや、従業員が首都圏を離れ、実家に近

い地方に住み替えるような動きがはじまっている。地方の人口動向が人口減少時代の中で最も大きな課題とされてきており、地方の活性化をどう進めるかは、とても難題であったはずである。

官民一体となってコロナ禍を乗り越え、更に地方経済の三大課題「人口減少」「少子高齢化」「事業承継難」を解決していくために、今後どういう環境が待ち受けているのか、またそれに対して、個別企業がどういう意識で戦略を練って実践していけば良いか考えてみたい。

2. コロナ禍の衝撃と環境変化

コロナの影響をリーマンショックと比較して見てみ

コロナショックとリーマンショックの比較	2020年度 予測	2021年度 予測	2008年度 実績	2009年度 実績
《主要経済指標》 2020年度6月時点				
実質GDP成長率	-5.1	2.5	-3.4	-3.4
民間消費	-5.2	2.9	-2.0	-2.2
住宅投資	-8.2	3.1	-1.5	0.9
設備投資	-7.2	-0.8	-6.0	-20.3
鉱工業生産指数上昇率	-5.3	1.1	-12.7	-11.8
第3次産業活動指数上昇率	-7.8	0.8	-3.1	2.8
国内企業物価上昇率	-3.8	12.0	3.1	-9.0
消費者物価上昇率	-0.9	6.6	1.1	-10.7
失業率	3.8	-	4.1	-

(出所：大和総研outlookより筆者加工作成)

みよう。

表を見ると数字では、コロナショックのダメージがリーマンショックを上回っていることが分かる。

しかし、その翌年度をみると、コロナショックはリーマンショックよりも回復が早いという予測となっている。

つまり、リーマンショック時は翌年度もその影響を引きずったが、コロナショックでは、成長率等は設備投資を除きプラスに転じていく予測がなされている。

これを踏まえ、アフターコロナの視点は、次のよう

①人口減少時代から、官

民一体の努力で広域連携が加速度的に進展し地方に人が還流し始める。

②デジタル化の進行によりオフィス改革が実行される新しい働き方が生まれる。

③官民一体のプロジェクトが起案され、国際社会は、挙国一致体制が確立していく。

具体的には、①は地方におけるコンパクトシティやコネクテッドシティのような未来都市の形成が現実化する。そこにはMaasといった交通系ICTも連動していく。

②は在宅勤務・テレワーク仕様のオフィスに変化し、働き方はジョブ型、シェア型に変容する。

③は世界各国が強いリーダーシップを発揮する指導者により、挙国一致体制が確立し、国民は行動の自由度を喪失、デジタル化規制が一層強化される。

3. 企業の変化予測

次に、こうした環境変化の中、国内の社会経済活動は様々な影響を受けること

になる。

それを予測することで、経営戦略を立案していく。今まで以上に、売上高や収益に下押し圧力が加わってくるので、効率化の為に選択・集中、生産性向上の動きは更に活発化する可能性がある。

例えば、既存戦略の見直しや経営改革の促進、新規事業の拡大など、あらゆる場面で機会創出を図る動きが出てこよう。

発想の転換による、関連事業の発掘や新ビジネス、業態を超えた新連携、規制緩和要請、それに応じた人材採用・育成評価・配置転換など産業構造や就業構造に大きな影響を及ぼす変化になるだろう。

しかし、こうした変化に対応するために、各企業は根本的な課題に直面する。

それは、人の問題である。コロナ禍でどんなに環境が変わろうとも、人のモチベーションだけにはコントロールが効きにくく、組織体制で何とか切り盛りしてきた企業も、働き方改革でチームワークなどの統制が取

れにくくなっている。

一人一人の社員意識のレベルが大きくものを言うようになる。

すなわち、スキル、資格、得意分野などによって、会社のためや自分の成長のために何ができるのかというジョブ型人間が必要になるからである。

ジョブ型雇用は、職務記述書（ジョブスク립ション）により、具体的な職務内容が明確になるため、成果での評価がしやすくなる。

ただし、長期間、日本はメンバーシップ型組織に慣れ親しんできたため、部署別にジョブ型とメンバーシップ型を使い分ける、戦略の見直しが当面は望ましい。

また、それによって、人脈の広げ方が違ってくる。単なる学校や地域での先輩後輩知人だけでなく、資格・スキル・貢献意欲など個人の定性要因で特徴ある要素や信念・モットーのような思想的な要素も関係してくると考えられる。

4. 顧客市場の推定

次に重要なのは、市場である。

魚がいる場所でなければ獲物は釣れないが、科学的な方法で市場を推定し、それを仮説とした経営戦略を立案していくことが一層求められる。

具体的には、AIやITを活用した市場の推定を実施し、投資に見合う市場か否かを判定する。

そこでは、顧客側が気付いていない潜在的な需要を発掘しなければならぬが、検証手段として重要なのが、顧客インタビューである。

このインタビューは人がリアルに関われる部分であり、ニーズを的確に把握しているか、市場がどのくらいあるか、顧客の切実な課題は何かを探ることにある。ここがAIでは探れないエアーポケットとなる。

実は、意外と中小企業ではこの市場の推定が十分でないため、正しい経営がなされないケースがある。スターバックスは原則、人口178千人以上の都市が出店基準と言われており、市場推定が明確である。

金融機関のシンクタンクに任せれば、メイン銀行なら、市場の推定や獲得シェアなど適切な手数料で一定の助言をしてもらえるはずだ。

5. 地域の事業課題

次に、地公体、いわゆる、県や市が地方創生で掲げる課題に連動した戦略である。

この部分は、かなり深掘りが必要となるが、考え方としては王道であろう。

なぜなら、その課題は各県とも共通性があるからだ。

その共通課題は、①若者が帰還しやすいため環境整備、②県の強みである産業と生産物をミックスさせたオープン・イノベーション、③事業承継における廃業予定者と起業家のマッチングの3つである。

若者が18歳で大学進学し、都市圏で就職した者が30代前半で地元へ帰還する帰還率を計算してみると、筆者のいる静岡県では、直近2019年で39%であった。6割が県外を出たまま地元に戻って来ない。

結論から言えば、帰還を促すものは住宅手当支援である。首都圏での高い家賃は家計を圧迫し、少子化の原因となっている。

地元企業が新卒採用不可でも、帰還したい若者を中途採用するにはこの方法が相応しいと考える。

加えて、専門職を育成する訓練施設や学び直しできる夜間学校があれば、更に大きなインセンティブとなるだろう。

②のオープン・イノベーションだが、まず6次産業の創出と金融支援である。

農水産物とモノづくりを掛けあわせて、観光の起点とし、これらを県内の道の駅で大いにPRする構想である。

人の動きを予測し、点を線で結び、地元の誇りある産物を他県と自県の人々とのコミュニティを形成させた場所と販売する。そのためには、次世代産業の創出とそれを支える地域ファンDが不可欠である。

③の後継者不足の対策では、商工会議所・商工会のマッチングプラットフォーム

を活用し、起業家に地域で守りたい会社や生産物の事業承継をコーディネートしていく。ここでは、地域金融機関の情報が不可欠となる。

こちらも地域ファンドによる金融支援が大切で、株式買い取り資金や事業が軌道に乗るまでの運転資金などは、一定以上のビジネスモデル審査に通っていれば、支援継続すべきである。

今まで述べてきたことは、地方の課題解決であるとともに、そこに存在するすべての企業の戦略課題と連動している。

地域が活性化するには、地域の企業が元気にならない。そこに働く従業員も、地元愛と地元貢献心を少なからず発揮したいはずである。

地域に育った恩返しは、その実現する場所を厭わぬいものの、地元へ帰還して地元のために尽くすことにより、アフターコロナの日本を良い方向に向かわせる原動力になって欲しいと考える。

職場出勤と在宅勤務を交えたコミュニケーション

フィールド・ドリーム 代表 井内郁子



2019年4月1日から「働き方改革関連法」が順次施行され、「働き方改革」は大企業だけでなく中小企業にとっても、重要課題の1つとして位置づけられました。

少子高齢化社会となった今、子育てや介護との両立や通勤や移動にかかるコスト削減等、多様な働き方を積極的に取り入れようとする動きは大企業を中心に確実に広がりを見せています。会社以外の場所で働くという意味で、リモートワークやテレワークといった言い方があります。テレワークは、情報通信技術（ICT）を活用した、場所や時間にとられない柔軟な働き方のことを表しており、働く場所によって

3つの就業形態に分けられます。

- ・在宅勤務Ⅱ自宅パソコンやインターネットを使い働くこと
- ・モバイルワークⅡ外出先でパソコンや携帯電話を使って働くこと
- ・施設利用型テレワークⅡサテライトオフィスやコワーキングスペース等の会社以外の別拠点で働くこと

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、不要不急の外出制限を求められた結果、注目を浴びた働き方は「在宅勤務」です。

この2、3か月で在宅勤務が拡大し、原則出勤停止措置が取られ、出勤許可を導入する企業が多くあります。

緊急事態宣言解除後も、一部の社員だけが出勤している企業もあります。在宅勤務は「社員の仕事ぶり見えない」環境になりがちです。

そこで、新たな環境下にふさわしいコミュニケーションスキルについて考えていきたいと思います。

1 在宅勤務による「変化」

在宅勤務を経験した人達の収束後の対応の変化を整理してみましよう。以下、よく聞かれる声をまとめてみました。

- 《メリット》
- ・通勤時間がなくなる、減少
 - ・優秀な人材の確保・留保
 - ・業務効率や生産性の向上
 - ・ムダな業務と永続的に必

- 要な業務の明確化
- ・人間関係の問題を意識しなくて済む
 - ・一人で集中して仕事ができる

《デメリット》

- ・ICT（情報通信技術）環境が整っていない場合、仕事をしていない様子が感じ取られても具体的な対策が取りづらい
- ・生産性を意識して長時間労働となってしまう、業務量の問題が生じる
- ・在宅勤務で取り組める業務内容が限定され、成果を出すのが難しくなる
- ・家族が家にいると、集中できる場所と時間の確保が難しくなる。
- ・在宅勤務開始時に新規採用、配置転換、異動が決まったことによるストレス

・タイムリーにコミュニケーションがとれない
日本生産性本部の調査によると、6割超の人が収束後もテレワークを続けたいと考えていることが分かりました。

在宅勤務時のメリットとデメリットが整理できれば、出勤と在宅勤務それぞれの価値が明確になるのではないのでしょうか。

2 変化に柔軟に「適応」する

「アフターコロナ」「ウイズコロナ」等の新しい時代を意味する言葉を耳にするようになりました。上司が部下の仕事の生産性と成果を無理に「管理」しようとする、頻繁にコソクトを取ることを要求してしまい、部下にとって一瞬も気の抜けない在宅職場の環境となってしまう。出勤することが当たり前の職場でしてきたことをそのまま押し進めようとせず

に、部下にどうやって「仕事を任せるのか」を考えることが必要です。

新型コロナウイルスによる社会経済が変化する前は、IT化や働き方改革により、職場内コミュニケーションが簡素化されたことによるコミュニケーションの取りづらさが課題となっていました。

緊急事態宣言を経たこの2、3か月に、多くの企業が何とか現状を受け入れ、適応しながら事業の立て直しや事業変更に奔走しました。

こうした中で取った行動の1つは、「どうすれば人と人とのつながりが持てるのか」ということでした。

これは、良い変化だったと言えます。

オンラインによる会議や仕事時間外でも交流の場を求めたオンライン飲み会も話題となったように、在宅者同士でのコミュニケーションの取り方を模索し、新たな交流の仕方に価値が生

まれました。

3 在宅勤務による新たな価値を創造する

在宅勤務に必要なシステムを導入してセキュリティを強化することで、在宅勤務の環境を整えた企業が増加しました。

例えば、クラウドストレージサービスによるデータ共有と管理を行い、各部門、チーム、同じ業務に携わる人がTo do listを作成することで誰もが業務内容を閲覧することができ

ます。

上司が管理責任者となり、業務の割振りを行い、部下の声を吸い上げることで、職場に合った管理システムが完成します。

上司は、各担当業務の進捗管理がしやすくなります。

部下は、自分がやるべきことが可視化されたことで安心感が得られます。

初めのうちは不安や不自由さを感じたとしても、慣

れてくればこのような管理システムのほうが効率的で使い勝手がよいと感じる人も多くなります。

出勤が当たり前であった頃、よく「報告がなくて困っているんです」という相談を受けることが多くありました。

ICT媒体を活用することで、解消される問題が増えてきます。

各業務の期限を設定し、中間報告のタイミングもシートで共有することで、進捗の遅れや困っている事も把握でき、上司として支援の手をすぐに差し伸べることもできます。

上司の顔色を窺い、報告のタイミングを失っていた部下も、シートを見れば報告するタイミングを理解して報告しやすくなります。

急ぎの報告についても、電話やチャットを活用すれば、自ずと報告・連絡・相談が強化されます。

対面で行われていたことと、ほとんど変わらないの

です。

活字による視覚媒体の活用により、タイミングよく、わかりやすい報告・連絡・相談が求められる時代となります。

履歴から必要な情報を確認したり、問題が発生すれば履歴をたどり情報を拾い上げたりして、次につながることもできます。

4 どうすれば生産性を高めるコミュニケーションがとれるのか

存続し続ける会社であるために、環境の変化に適用して、生産性を高める努力を続ける必要があることと、あることは言うまでもありません。

テレワークが主流になると、すべてオンライン上のやり取りで、完結するものと思われがちです。

しかし、重要な決断を下す場面では、必ず直接対面しなければなりません。

オンライン上で確認できない情報が存在するからで

す。

対面することは、リスクを回避する上で大切なことです。

例えば、採用面接のように、最終段階で対面することで、オンライン上の印象との違いを確認できます。

人事異動等で接点が無かったメンバーが対面することで、その後のやり取りがしやすくなります。

変わらないものと変えていくものを整理して、前進することが大事なのです。

コミュニケーション上手な人とは、話しかけやすい、マメにコンタクトをとる、明るい、楽しい、話上手といった特長を思い浮かべる人が多いと思います。

今後は、ICT媒体を通じて、頻度よく確実に情報共有できる人だと答える人が出てきます。

最適な仕事や進め方を模索し、仕事に関わる方々との円滑なコミュニケーションの取り方を追求し続けていくことになるでしょう。

朝、起き抜けに飲むコップ一杯の水の様々な効能

医療ジャーナリスト 大谷克弥

大谷克弥(おおたに・かつや)

医療ジャーナリスト。東北福祉大学講師。日本医学ジャーナリスト協会会員。読売新聞社出身、在職中に長期連載「医療ルネサンス」を創設。現在はフリーで、著作、講演活動などに従事。

新陳代謝を促し、便秘の 解消にも大きな役割を

朝が来て目が覚めたら真っ先にコップ一杯の水を飲みなさい、と父や母からしつけられて育った人は、かなり多いのではないのでしょうか。家訓と言うのは少しオーバーにしても、古くから多くの家庭で、「忘れてはいけないよ」と親から子に脈々と伝わった「健康に生きていくための慣行」だったと思われます。自分の健康を守ることが、たった一杯の水で済むのですから、素晴らしい先人の知恵だと、つくづく感心します。

人間の体とは不思議なもので、体重の約3分の1は水分が占めていますが、日常的には1日に約2リットルの水分を飲み物や食べ物から体内に取り入れ、ほぼ同量の水分を小水や汗として体外に送り出しています。そして重要なのは、夜になって眠っている時も水分は皮膚から排出を続けていることです。

もうお分かりでしょうが、朝の起き抜けの

水は何よりも夜に失った水分の補給であることです。早い話、水分が不足すると便は硬くなり詰まりますから、効能の第一番に便秘の解消が挙げられています。これは子供でも理解できるでしょう。

そして同時に、朝の水は腸の動きを活発にする働きをします。皆さんは「腸の蠕動(ぜんどう)」という言葉をご存じでしょうか。食べ物のカスは、腸が収縮を繰り返すことによって腸内を通過し、肛門から排出されますが、その動きは虫がうごめくのと似ているので、そう呼ばれるようになりました。そこで知って欲しいのは、朝の水は蠕動の活発化を促すことです。朝起きてすぐ、というタイミングが大切なのです。

さらに一日の始まりの朝に飲む水は、体内の新陳代謝も促し、自律神経を整えます。新陳代謝とは古いものが新しいものに交代することですが、人間で言えば細胞が若返ることです。それと朝は精神的に爽やかさをもたらします。子供の頃に馴染んだ「朝だ朝だよ」で始まる「朝だ元気で」の歌は、一杯の

測量調査全般
土木設計
補償コンサルタント
地籍調査



i-Construction 対応
開発行為許可申請
空中写真撮影・解析
システム開発



信頼と真心で応える地域社会貢献企業
建設コンサルタント・測量・補償コンサルタント業
株式会社 **ダイイチプランニング**

本社 〒070-0811 旭川市川端町1条6丁目1番17号

電話 (0166) 52-1550番
FAX (0166) 52-7298番

E-Mail info@dp-ask.co.jp
URL http://www.dp-ask.co.jp

水の付加によって、より強固に元気づけてくれるはずです。

朝だけでなく、寝る前にコップ一杯の水を激奨する説も

朝の水は一般庶民の日常生活の中から生まれ、伝承されてきた健康の知恵と言えますが、「怖い病気を防ぐために是非とも就寝前にもコップ一杯の水を飲むように」と、予防医学の立場から力説している医師がいます。寄生虫の研究者として世界で知らない人はいないと言われる免疫学者の藤田紘一郎・東京医科歯科大名誉教授です。なぜ寝る前にも必要かと言うと、人間は睡眠中に大量の汗をかいて水分を失い、明け方に致死率の高い脳梗塞、心筋梗塞を発症するケースが非常に多いからです。

先生によると、人間が就寝中に失う水分は、皮膚からの汗のほか呼吸による水分の放出も加えると、一晩で約500ミリリットル、多い時は1リットルにも及びます。これだけ減れば朝までに体はカラカラ、血液はドロドロになり、ドロドロ血が脳で詰まれば脳梗塞、心臓で詰まれば心筋梗塞を引き起こします。

しかし、血液のドロドロ化が明け方の何時ごろ起きるかは分かっていません。ですから夜中のいつでもいいように、就寝前に予防の水が必要なのです。そこで先生は「寝る前の一杯の水は宝水、目覚めの水は生命の源」

と、極めて分かりやすいフレーズで、水分の補給は夜と朝に欠かせないと説きます。

これに対し、主旨は理解できても夜中にトイレで起きるのは辛いから寝る前の水は勘弁して、という人が多くいます。これに対し先生は「脳梗塞や心筋梗塞になって死んだり寝たきりになったりすることに比べると、トイレに起きるくらいは何ですか」と反論します。「宝水」とは生をつなぐ水のこと。生きるかトイレか、これは個々の判断に任せるしかありません。

さて飲み水と言えば昔は井戸水で一本化していましたが、現在は水道水を別格にミネラルウォーター、天然水、海洋深層水など市販品も多く出回っています。また同じ地下水でもWHO（世界保健機関）の規定でカルシウムやマグネシウムの含有量の多いものは硬水、少ないものは軟水と分けられます。日本の水はほんの一部を除いて、飲みやすいと言われる軟水で、水道水も同じです。ただ水道水はカルキ臭いと苦手な人は、前日に沸騰させて白湯にして、常温で飲んでいるようです。硬水は少なく、北欧産の天然水がそうと思っていいでしょう。朝の水は体を引き締めたいからか、冬でも冷水が好まれています。夜の水は、アルカリ性の軟水、常温が先生のお勧めです。



Web新規申込
Web申込&ご利用・登録で
最大11,940円
プレゼント!

Web新規申込
キャンペーン実施中!!

お申込はこちら →



日専連ETCカード

- ★年会費永年無料!
- ★ノンストップで快適ドライブ
- ★ドリームポイントも貯まる



あなたの未来に輝きを

日専連 旭川

〒070-0032
旭川市2条通8丁目 ☎0166-23-2000

新入会員です ヨロシク!

この度、当会に入会いただきました新会員の方々をご紹介します。(R2.3.10~R2.9.30)

● 親 会

(有)イサミヤ管理 (賃貸業)

〒070-0034 旭川市4条通6丁目左4号 TEL 22-2439
代 表 者 潮 日出夫 FAX 22-2427

(株)インテリア旭装 (内装仕上業)

〒071-8136 旭川市末広6条7丁目3番12号 TEL 73-4406
代 表 者 相 木 努 FAX 58-4440

(株)クレディセゾン (金融業)

〒060-0005 札幌市中央区北5条西6丁目2札幌センタービル3階 TEL 011-261-8627
代 表 者 原 顕 文 FAX 011-241-9104

(株)Hand Lax (整骨院)

〒070-0832 旭川市旭町2条4丁目11-24 TEL 73-8331
代 表 者 橋 本 直 久

ふたば税理士法人 (公認会計士・税理士事務所)

〒070-0032 旭川市2条通8丁目144番地2旭川ニ条通ビル7階 TEL 27-8000
代 表 者 西 俊 輔 FAX 27-8010

(株)YOTSUQURO (飲食業)

〒070-0035 旭川市5条通7丁目520番地 第2コアビル TEL 23-7388
代 表 者 金 子 裕 之 FAX 23-7388



雑談・雑学の庭

『月に兎がいるのはどうして?』

フリーランスライター 藤木 順平

月々に月見る月は多けれど月見る月はこの月の月
「この月の月」とは旧暦8月15日の「月」で「中秋の名月」のことである。今年は10月1日がそれにあたる。

この名月がいつも「満月」(月齢15.0)なのかといえ
ば、そうではない。月の満ち欠けの周期が約29.4日で、
きちっと割り切れないなどの理由から「やや満月」を名
月とする年が多い。ちなみに今年の10月1日の月齢は
13.7で、むしろ翌2日のほうが満月に近いのである。

「月で兎が餅をついている」らしい。その真偽のほど
は定かでないが、月と兎の関係は仏教説話にこうある。
猿、狐、兎の3匹が森の中で倒れている(帝釈天が姿を
変えた)老人を見つけた。猿は木の実を集め、狐は川で
魚を捕って老人に与えた。施しができない兎は自ら焚き
火の中に飛び込み、その肉を老人にささげた。老人はそ
れを不憫に思い、兎を月に昇らせた-ということだ。

アメリカの月ロケットが月面に無事到着した。某国が
打ち上げた月ロケットは失敗した。その原因を首領様に
問いただされた技術者が答えた。「アメリカは満月の時
に打ち上げたのですが、我が国は三日月の時でしたので
…」。首領様、笑って許して!

ERROR探し



左の2枚の絵を見比べ、7ヶ所の違った部分を探して下さい。どちらかの絵に○印をつけ、ハガキに貼り応募して下さい。住所、企業名、氏名、電話番号を記入のうえ、11月30日(月)(必着)まで

〒070-0043 旭川市常盤通1丁目
道北経済センタービル1階
(公社)旭川中法人会事務局宛

正解者から30名様に法人会オリジナル図書カードをプレゼントいたします。

■作者紹介…神谷一郎(かみや・いちろう)
イラストレーター、デジタルイメージ会員、日本出版美術家連盟会員など。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・WEB等で活躍中。第35回集英社YJ新人賞、第51回講談社漫画賞などを受賞。第4回デジタルアートコンテスト佳作。著作に「マニアックサイバー」(グラフィック社刊)。

電設資材総合卸

旭陽電機株式会社

取締役社長 金谷和文

本社 旭川市1条通15丁目右1号 TEL 0166-26-0111
FAX 0166-22-2901

事業報告

4月から9月迄開催致しました当会の主な事業についてご報告いたします。
尚、コロナ禍により全道大会をはじめ各種大会・会合等はやむを得ず中止となりましたのでご了承願います。

注) ※印は旭川東法人会との共催

4月 April

- 20日(月) 第1回理事会
- 24日(金) 四部会長会議※

5月 May

- 11日(月) 青年部会第1回役員会(書面役員会)
- 11日(月) 女性部会第1回役員会(書面役員会)
- 29日(金) 青年部会定時総会(書面総会)
- 29日(金) 女性部会定時総会(書面総会)

6月 June

- 1日(月) 令和2年度通常総会(税務講話/懇談会は中止)
- 15日(月) 青年部会幹部会議※
- 18日(木) 青年部会幹部会議※
- 25日(木) 女性部会第2回役員会※

7月 July

- 1日(水) 第12回税に関する絵はがきコンクール募集開始※
- 27日(月) 役員研修会/名刺交換会※
- 31日(金) 第1回広報委員会※

8月 August

- 6日(木) 親睦チャリティーゴルフ大会/納涼ビールパーティ
- 11日(火) 女性部会幹部会議
- 11日(火) 事務局連絡会議※
- 24日(月) 女性部会税務研修会/納涼懇談会

9月 September

- 1~3日 経営セミナー※
- 18日(金) 税に関する絵はがきコンクール第1次審査(書面)※
- 28日(月) 女性部会第3回役員会※
- 28日(月) 青年部会幹部会議※



▲通常総会の様子



▲税務署幹部との名刺交換会



▲親睦チャリティーゴルフ大会



▲女性部会納涼懇談会の様子

土地・建物・貸家・マンション… 売買から賃貸まで



北海道知事免許 上川(15)第116号

廣野商事株式会社

物件情報満載 <http://potato.hokkai.net/~hiro-co>

旭川市旭町2条5丁目 TEL51-6221 FAX51-6222

地域逸品

東光スポーツ公園中核施設 ～市内初の武道館～

旭川市役所 土木部 公園みどり課

●東光スポーツ公園について

東光スポーツ公園は、旭川市の東部、忠別川沿いに位置する総面積43.8haの運動公園です。本公園は、スポーツ振興や都市緑地などの運動公園としての本来の目的のほか、防災上の課題やスポーツ・レクリエーションに対する様々な要望に対応するため、平常時には誰もが自然と触れあいながらスポーツ・レクリエーションが行える「新たなスポーツの拠点」として、また、災害発生時には復旧復興本部や災害復旧活動の支援拠点となる広域防災拠点として計画され、平成11年度に策定した基本計画を経て、平成13年度から事業に着手しております。



東光スポーツ公園の位置

これまで基本計画に基づき、軟式野球場、球技場、パークゴルフ場のほか、アスレチック要素のある遊具を配置した遊びの広場や緩やかな傾斜を持つ芝生、修景池のあるレクリエーション広場などの整備が進み、現在、全国、全道や市内の各種スポーツ大会の開催はもとより、日常的なスポーツ、レクリエーションの場として多くの市民等に利用されています。

●東光スポーツ公園の体育施設について

体育館や武道館については、競技種目の多様化やスポーツ実施に関する意識の高まりのほか、大会実施時における市内他施設の利用制限や施設の老朽化・狭隘化による使いづらさ、さらに冬季にもスポーツが実施できる環境の確保などから、新たな体

育施設の整備が望まれ、球技や武道などの日常的な利用や各種大会への対応、さらには多種多様な屋内スポーツに係る需要を満たす複合的な体育施設を基本計画に基づき整備することとなりました。



公園全体平面図

整備内容や規模については、現在の競技ルールや市民ニーズなどに対応するため、市民アンケートや各関連団体との意見交換会の開催、さらに旭川市緑の審議会において東光スポーツ公園検討部会を設立、そこで検討した内容を踏まえ、平成29年に基本設計としてまとめています。

基本設計では、体育館、小体育館及び武道館の3施設で構成するものとしており、その全てを一度に建設し供用開始することが施設の利用上及び機能上望ましいですが、全体事業費が多額になることに加え、他の市有施設の整備などを踏まえた財政状況等を考慮して、分割整備による段階的な供用を行っていく予定としており、この度市内初の武道館が完成しました。



整備イメージ(左から体育館・小体育館・武道館)

● 武道館の特徴について

武道館は、剣道、柔道、弓道、空手道などの武道の練習や各種大会を実施できる武道場のほか、運動器具を使用し市民の健康づくりや各種トレーニングが行えるトレーニングルーム、会議や講習、大会時の控室等に使用できる体験学習室、公園全体の休憩スペースとして利用できるレストコーナーなどで構成されています。

平面計画について、メインの武道場は、一種目で全体を使用するだけでなく、可動間仕切壁により3分割され最大3種目が同時に使用できる約1,100㎡の大空間としています。また、武道場の周囲には、弓道の近的競技に対応した的場、畳やマット等の備品を収納する運動用具倉庫、脱衣室やトイレ等の管理諸室を配置し、各競技を円滑かつ適正に実施できる配置・計画としています。



武道館全景



武道場

正面側の壁については、ガラスカーテンウォールを用いて構成されており、一定の間隔で設置されるマリオン（方立）がリズムカルなピッチを刻み単調な表情を打ち消すと同時に、施設内外の賑わいをガラス越しに見ることができ、本公園を利用する多くの人に活気や賑わいが拡散していくような公園施設としてふさわしい外観としています。



ガラスカーテンウォール

また、本施設の内装には、旭川近郊で生産されるトドマツを壁や建具などの利用者が触れる箇所にふんだんに使用し、ガラスカーテンウォールに面するレストコーナーには、トドマツの構造材で組み立てられたフレーム状のパーゴラを複数配置することによって、公園内の休憩スペースとしてのしつらえや雰囲気づくりに寄与するとともに、利用者が地場の木材の香りや手触りなどを直接感じ取ることができるよう木材利用の工夫を図っています。

● 今後

武道館は今年4月に供用を開始しました。旭川市で初めて建設された武道が主体の施設となる「武道館」が、各種武道を通じて本施設を利用する多くの市民のほか、地方から各種大会等で本施設を訪れる多くの利用者にとって、スポーツの素晴らしさを実感でき、感動を生み出す場所として、記憶に残る施設となることを期待しています。

武道館お問い合わせ先

管理：(公財)旭川市公園緑地協会
TEL:0166-31-3510



木材を利用した壁



レストコーナー



トレーニングルーム



体験学習室

税制改正による法人二税申告の際の留意点

○ 税率の改正

令和元年度（2019年度）の税制改正により、法人事業税、法人道民税、地方法人特別税、特別法人事業税の税率は次のようになります。

【法人事業税】

法人の種類	所得区分等	H28.4.1から R1.9.30までに開始する事業年度		R1.10.1から R2.3.31までに開始する事業年度		R2.4.1以後 に開始する事業年度	
		税率		税率		税率	
		外形対象法人		外形対象法人		外形対象法人	
普通法人	年400万円以下	3.4%	0.3%	3.5%	0.4%	3.5%	0.4%
	年400万円超800万円以下	5.1%	0.5%	5.3%	0.7%	5.3%	0.7%
	年800万円超	6.7%	0.7%	7.0%	1.0%	7.0%	1.0%
	軽減税率不適用法人（※）	6.7%	0.7%	7.0%	1.0%	7.0%	1.0%
	付加価値額		1.2%		1.2%		1.2%
	資本金等の額		0.5%		0.5%		0.5%
特別法人	年400万円以下	3.4%		3.5%		3.5%	
	年400万円超	4.6%		4.9%		4.9%	
	軽減税率不適用法人（※）	4.6%		4.9%		4.9%	
収入法人	電気供給業のうち小売	収入金額	0.9%	1.0%		0.75%	0.75%
	電気事業・発電事業	所得額				1.85%	
		付加価値額					0.37%
		資本金等の額	0.9%		1.0%		0.15%
	上記以外	収入金額	0.9%		1.0%		1.0%

※ 資本金の額又は出資金の額が1,000万円以上で、3以上の都道府県に事務所又は事業所のある法人の所得

【法人道民税】

区分		H26.10.1から R1.9.30までに開始する事業年度	R1.10.1以後 に開始する事業年度
		税率	税率
均等割	公共法人、公益法人等	年額	2万円
	資本金等の額が1,000万円以下であるもの	年額	2万円
	資本金等の額が1,000万円を超え1億円以下であるもの	年額	5万円
	資本金等の額が1億円を超え10億円以下であるもの	年額	13万円
	資本金等の額が10億円を超え50億円以下であるもの	年額	54万円
法人税割	資本金の額又は出資金の額が1億円を超える法人、保険業法に規定する相互会社	4.0%	1.8%
	資本金の額又は出資金の額が1億円以下の法人	法人税額が年1,000万円を超えるとき 法人税額が年1,000万円以下のとき	4.0% 3.2%
			1.8% 1.0%

【地方法人特別税】

法人の種類	H28.4.1から R1.9.30までに開始する事業年度	R1.10.1以後 に開始する事業年度
	税率	税率
付加価値割額、資本割額及び所得割額の合算額によって法人事業税を課税される法人	414.2%	廃止
所得割額によって法人事業税を課税される法人 (資本金1億円以下の普通法人、特別法人、公益法人等)	43.2%	
収入割額によって法人事業税を課税される法人 (電気供給業、ガス供給業、生命保険業、損害保険業)	43.2%	

【特別法人事業税】

法人の種類	R1.10.1以後 に開始する事業年度
	税率
付加価値割額、資本割額及び所得割額の合算額によって法人事業税を課税される法人	260.0%
所得割額によって法人事業税を課税される普通法人等	37.0%
所得割額によって法人事業税を課税される特別法人等	34.5%
収入割額によって法人事業税を課税される法人(電気供給業、ガス供給業、生命保険業、損害保険業)	30.0%

【法人道民税・法人事業税
・地方法人特別税の申告書提出先】

札幌道税事務所 税務管理部 課税第一課 Tel 011-204-5083
〒060-0003 札幌市中央区北3条西7丁目道庁別館2F

【道税ホームページアドレス】

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/zim/>