

発行所／公益社団法人 塩釜法人会
〒985-0016 塩釜市港町一丁目4番1号
TEL 022(365)8859
FAX 022(365)5577

発行／齋藤孝一
編集／広報委員会
印刷／利商印刷(株) TEL 022(356)2101



ホームページ <http://www.marine-blue.or.jp>

E-mail : shiogama@marine-blue.or.jp

題名・利府梨が彩る実りの季節

公募写真・利府町 佐藤利春氏



表紙に掲載する写真を公募しています！

読者の皆様に活動エリアである2市3町のイベントや風景などを当会へご送付いただき、委員会で精査した後掲載いたします。詳細は、下記URLまたは2次元コードからどうぞ

<http://www.marine-blue.or.jp/topix/20250630.html>



自然保護シリーズ(花)

ラショウモンカズラ(羅生門蔓)

シソ科ラショウモンカズラ属
(学名: *Meehania urticifolia*)

日本国内では本州～九州の溪流沿いの明るい樹林下に生息する多年草。花期は4～5月で、筒状の美しい紫色の花を咲かせる。シソ科のなかでも大きな花をたくさんつけることが特徴。下部中央から前に突き出た奇妙な形の花弁は赤紫の斑紋がある白色。和名の由来は渡辺綱(わたなべのつな)という武将が京の羅生門で切り落とした鬼女の腕に見立てたものとされる。(写真提供: 佐藤利春)



主な内容

塩釜税務署 新署長プロフィール	
宜しくお願い致します。ありがとうございました。……………	2
税だより……………	3
リレートーク「明日へ」vol.62……………	4
青年部会主催 租税教室特集……………	5
肉体労働は運動ではない? ～専門医が伝えたい「逆説の健康論」～……………	6
レム睡眠の制御に世界初成功「夢を見るスイッチ」を発見……………	7
これからのスケジュール・説明会・セミナーのお知らせ・ 活動フォトレポート・新会員紹介・新入会員募集・パズル・ あとがき……………	8

塩釜税務署 新署長プロフィール

仙台国税局では7月10日付で定期人事異動が発令され、このたび着任された新署長をご紹介します。

1. 出身地 2. 前任地 (敬称略)



塩釜税務署長

さとう ゆういちろう
佐藤 友一郎

- 1. 岩手県花巻市
- 2. 独立行政法人
酒類総合研究所
総務課長

「着任のあいさつ」

公益社団法人塩釜法人会の皆様方には、益々御清栄のこととお喜び申し上げます。この度の人事異動で塩釜税務署長を拝命いたしました佐藤でございます。

塩釜法人会は、公益社団法人として地域社会への貢献を柱とした幅広い事業活動を展開されるとともに、税知識の普及と納税意識の高揚に積極的に取り組んでいただいていると伺っております。改めて、齋藤会長様をはじめ塩釜法人会の皆様には、平素より税務行政に対して、深い御理解と多大なる御協力を賜っており、厚く御礼申し上げます。

さて、近年の急速なデジタル化の進展により、国税当局においては、税務手続のデジタル化と併せて、法人会をはじめとする関係民間団体の皆様や関係省庁とも連携を図りながら、事業者の業務のデジタル化を促す施策にも取り組み、社会全体のDX推進に貢献していきたいと考えております。

昨年4月の「みやぎキャッシュレス納付推進宣言」では、一般社団法人宮城県法人会連合会と共に塩釜税務署も共同宣言の一員として参加しており、キャッシュレス納付を積極的に推進して、デジタル化のメリットを多くの方々に享受いただけるよう取り組んでまいりますので、引き続きの御協力をよろしくお願い申し上げます。

また、御承知のとおり、令和7年分以後の所得税について、いわゆる「年収の壁」の対応として、基礎控除の見直し等が行われることとなりました。

本年12月の年末調整から適用されることとなりますが、円滑な実施のためには、源泉徴収義務者の皆様に制度の内容を十分に理解していただくことが重要と考えており、国税庁のホームページでは特設サイトを開設して、制度の周知・広報を行っております。

制度の内容について疑問点やご不明な点などがございましたら、遠慮なく、電話相談センターや税務署にご相談いただきたいと思います。

塩釜法人会並びに会員の皆様と十分な意思の疎通を図り、これまで培ってまいりました信頼・協調関係をより一層深めてまいりたいと考えておりますので、今後とも変わらぬ御支援・御協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、公益社団法人塩釜法人会の益々の御発展と会員企業の皆様方の御健勝、事業の御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。

宜しくお願い致します。ありがとうございました。

【転出】

(敬称略)

「お別れのあいさつ」

ごでんぎ たつお
五傳木 達雄



前塩釜税務署長の五傳木でございます。

在任中は、齋藤会長をはじめ、公益社団法人塩釜法人会の役員及び会員の皆様方には、税務行政に対しまして深い御理解と格別な御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

1年という短い間でしたが、絵はがきコンクールの審査や展示会、租税教室等の各種活動に参加させていただくことで、皆様が活発な活動を展開されている姿を直接拝見し、事業活動への真摯な取組や地域社会に対する熱意に深く感銘を受けるとともに、大変心強く感じました。

また、会活動を通じ皆様からいろいろなお話を伺うことができ、とても楽しく充実した時間を過ごすことができました。

皆様には、今後も地域企業のけん引役として、また、税務のよき理解者として、積極的な社会貢献活動をはじめ、企業経営の健全化や税知識の普及などの法人会活動を通じて、税務行政の運営に変わらぬ御支援・御協力を賜りますようお願い申し上げます。

国税当局としましては、今後もDX化(デジタルトランスフォーメーション)の取組を進めてまいります。社会全体のデジタル化が進む中、事業者のデジタル化は経済取引の効率化や正確性の向上などにつながる取組であり、税務行政の効率化に資すると考えておりますので、引き続きの御理解と御協力をお願い申し上げます。

最後になりましたが、公益社団法人塩釜法人会の益々の御隆盛と会員企業の皆様方の御健勝を心より祈念いたしまして、お別れのあいさつとさせていただきます。

ありがとうございました。



<塩釜税務署よりお知らせ>

年末調整手続の電子化で業務を効率化!

年末調整手続の電子化のメリット

勤務先 (給与の支払者)	従業員 (給与所得者)
<ul style="list-style-type: none"> ① 関係書類の配付や回収が不要! ② 控除額や添付書類のチェックが簡単! ③ 会社のシステムへの手入力作業が不要! ④ 書類の保管場所も不要! 	<ul style="list-style-type: none"> ① 手書きでの書類作成が不要! ② 控除額はソフトが自動計算! ③ テレワーク中の従業員も提出可能! ④ マイナポータル連携を利用すれば 保険料等の証明書をまとめて取得可能!

年末調整手続の電子化とは

次の処理を「年末調整手続の電子化」と言います。

- ① 従業員が控除証明書等をデータで取得し、これを利用して年末調整に関する申告書をデータで作成
- ② 勤務先が従業員から年末調整に関する申告書及び控除証明書等のデータ提供を受け、このデータを利用して年税額を計算

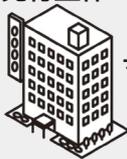


年末調整手続の電子化に必要な準備の詳細は、こちらをご覧ください。



従業員による3ステップ

発行主体



マイナポータル



1. 準備

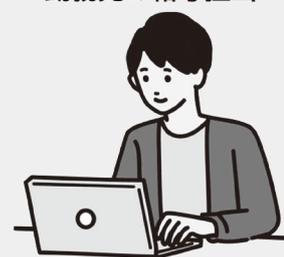
控除証明書等をデータで取得※



2. 作成

申告書をデータで作成

勤務先の給与担当



3. 提出

勤務先にデータで提出

※ 控除証明書等は、その控除証明書等の発行主体(保険会社等)から取得してください。
なお、マイナポータル連携を利用することで、控除証明書等のデータを一括取得できます。

国税庁では、「年末調整控除申告書作成用ソフトウェア」(年調ソフト)を無償で提供しています。※



※ 年調ソフトでは、給与の収入金額や配偶者の情報等を入力することにより、定額減税に対応した年末調整に関する申告書を作成します。



リレートーク 明日へ

「心と身体をほぐして毎日元気」

特定非営利活動法人 多賀城市民スポーツクラブ

事業運営グループリーダー 古川 祥枝

真夏を超える日が続くと、「暑い」が口癖になり、なんとなく身体が重く、家事や仕事のやる気が湧いてこないのは私だけでしょうか。

最近は朝晩涼しいと感じることが多くなりましたが、暑さ対策で室内を涼しくする一方、屋外に出た途端汗が噴き出し、激しい運動をしていなくても、疲労感が抜けないことはありませんか。

疲労回復方法として、質のいい睡眠、就寝2～3時間前の入浴、バランスのとれた食事等があげられますが、心と身体をほぐす「ヨガ」はいかがでしょうか。

手のひらセルフケア協会指ヨガインストラクターの内海希与実さんから「ヨガ」の効果についてお話を伺いましたのでご紹介します。

ヨガは、古代インドより伝わる、心と身体と呼吸を整え、身体の「気」の流れをよくします。近年は、様々なヨガがありますが、その中でも「指ヨガ」を紹介します。

手指をもみほぐすことで、手の緊張がやわらぎ、脳がリラックスします。それだけではなく、手指を刺激することで身体の気が良くなり、肩こりや便秘解消につながります。本格的なヨガに近い効果を促す簡単健康法です。ヨガのご経験がある方でしたら、ポーズを行う前に、指ヨガを行うとポーズがとりやすくなります。

また、ペアで行えば、家庭内のコミュニケーションや自宅介護の場面で生かすことができるかと思えます。そして心身のセルフケアに、職場・地域・介護など人と人を結んで社会へつながるきっかけにもなるかと思えます。

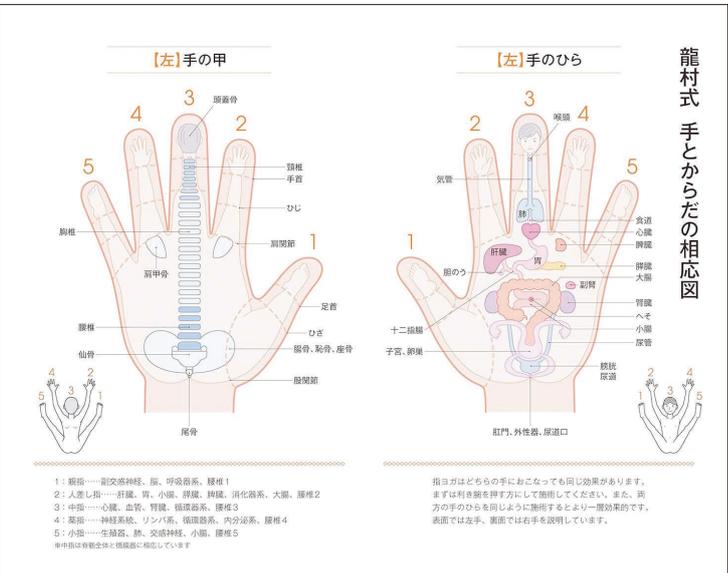
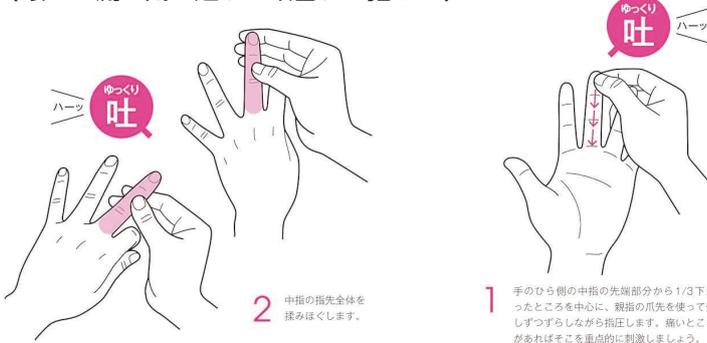
健康維持のお手伝いが出来たら幸いです。

龍村式手とからだの相応図によると、手の5本指はそれぞれからだの部位と気の流れに相応しているようで、手は脳と同じように、全身の部位にも深く関連づけられているそうです。

今回ご紹介しました「指ヨガ」は、いつでも、どこでもできる、心と体のケア方法です。

生活の一部に、意識して取り入れてみてはいかがでしょうか。

〈眼の血流と気の巡りを改善する指ヨガ〉



【出典】指ヨガで健康になる 龍村修 河出書房新社

多賀城市民スポーツクラブでは、地域や社員向けの健康づくり、レクリエーション活動のお手伝いにインストラクターが出向く事業を行っております。お困りごとがありましたら気軽にご相談ください。

特定非営利活動法人多賀城市民スポーツクラブ

電話 022-365-1918

HP <https://www.tagajo-sc.jp>



YouTube



HP



地域の子どもたちに「税金ってなぜ必要なの？」をわかりやすく伝えるために始まったのが「租税教室」です。当会青年部会がこの取り組みを始めてから、今年で16年目を迎えました。

租税教室特集

青年部会 租税教育委員会
委員長 安住政一郎

対象は小学6年生。今年度は5つの小学校から依頼をいただき、松島町立第一小学校、多賀城市立城南小学校、塩竈市立第三小学校、七ヶ浜町立亦楽小学校、塩竈市立杉の入小学校で授業を行いました。

授業では、税金はみんなで出し合う「社会の会費」であり、私たちの安全・安心・快適なくらしを支えていることを伝えます。児童のみなさんが毎日使っている教科書やタブレットにも税金が使われていることを知ると、ぐっと身近に感じられるようです。また、アニメ教材「マリンとヤマト 不思議な日曜日」も上映します。もし税金がなかったら……という世界を描いた映像はとてもわかりやすく、子どもたちも真剣に見入っています。

した。道路や橋が壊れても直されない、ゴミがあふれる、交番や救急車を使うのにもお金が必要になる——そんな姿を映像で見ること、税金の大切さを実感できます。

さらに、消費税増税のしくみや、東日本大震災・新型コロナウイルスなどの災害や感染症で税金がどのように役立っているかについても学びます。授業の最後には、なんと「1億円のレプリカ」に触れる体験も！子どもたちは大興奮で、楽しい雰囲気の中で授業を締めくくることができました。

また、授業の質をさらに高めるために、講師の育成にも力を入れています。今年度は新しい講師がデビューし、今後も継続して取り組める体制づくりを進めています。講師一同も学びを深めながら、子どもたちに「わかりやすく、楽しく学べる授業」を届けていきたいと思えます。



肉体労働は運動ではない？

～専門医が伝えたい「逆説の健康論」～

一般社団法人 L u m e d i a

「現場で体を動かしているから、運動は足りている」。そう信じている経営者や社員の方は少なくありません。オフィスワーク中心の人に比べて、体を使う仕事をしている人の方が健康的、というイメージは根強くあります。しかし、近年の研究では「肉体労働が多い人ほど、むしろ健康リスクが高い」という意外な事実が明らかになってきています。

2021年に発表されたデンマーク国立労働環境研究センターのホルターマン氏らの研究は、こうした「常識」に一石を投じました。彼らはおよそ11万人を対象に、工作中的の身体活動と余暇の運動が健康に与える影響を比較しました。その結果、余暇で運動している人は心臓病などのリスクが減少していたのに対し、日常的に肉体労働をしている人ほど心血管疾患のリスクがむしろ高くなるという、逆説的な結果が得られたのです。この現象は「フィジカル・アクティビティ・パラドックス(身体活動の逆説)」と呼ばれています。

なぜこのようなことが起こるのでしょうか？ それは、運動と労働では「体への負荷のかかり方」が根本的に異なるからです。運動は、健康を目的として意識的に行うものであり、時間や強度がコントロールされ、適度な休息がセットになっています。例えば、30分の速歩や筋力トレーニングのように、心肺機能や筋肉に「良いストレス」を与えて、その後に回復することで体力や代謝が高まっていきます。

一方、肉体労働はどうでしょうか。力仕事や立ち仕事、繰り返しの作業などを長時間続けることで、体には休む間もない慢性的な負荷がかかります。心拍数が高い状態が長く続くことや、一方向の動作が繰り返されることで、むしろ筋肉や関節へのダメージが蓄積し、慢性疲労や血管への負担が増してしまうのです。こうした「健康に見えて不健康な活動」が、結果的に心臓病や高血圧、腰痛、過労による疾患のリスクを高める原因になっていると考えられます。

この知見は、経営者にとっても重要な示唆を含んでいます。社員が現場でよく動いているからといって「運動は足りている」と安心するのは危険です。むしろ、そうした方々にこそ、業務外でのストレッチやリラクゼーション、バランスの取れた筋肉の使い方を意識した運動が必要です。そして、経営者自身も例外ではありません。多忙なスケジュールの中で、意識的に体を動かす時間を確保しないと、知らないうちに「運動不足型ハイリスク層」になってしまう可能性もあるのです。

健康とは、ただ体を動かしていれば手に入るものではありません。科学的に正しい運動習慣を身につけること。それが、経営者としての健康資本を守り、社員の活力を引き出す最も確実な方法です。



まとめ

- 肉体労働は体を動かしていても、健康的な「運動」とは本質的に異なります。
- 長時間の反復作業は、心臓病や疲労のリスクをむしろ高める可能性があります。
- 業務外の計画的な運動こそが、経営者と社員の健康を守る鍵となります。



※本記事について、開示すべき利益相反はありません。

[筆者紹介] 一般社団法人 L u m e d i a 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「L u m e d i a (ルメディア)」を運営している。

レム睡眠の制御に世界初成功

「夢を見るスイッチ」を発見



産経新聞科学部記者 伊藤 壽一郎

夢をよく見る睡眠であるレム睡眠は、適切にとれないと多様な疾患のリスクが高まることが知られていますが、その実態はまだ解明されていません。ですが、東京大の研究チームが最新の研究で、活動するとレム睡眠が始まる「夢を見るスイッチ」の役割を担う神経細胞を見つけました。この細胞を刺激することで、マウスをレム睡眠状態にすることも世界で初めて成功。睡眠研究の新たな扉が開かれたといえそうです。

■眠りに関わる長年の謎

人間の眠りは、レム睡眠とノンレム睡眠に大別されます。夢を鮮明に見るレム睡眠中、脳は覚醒時のように活発に動いています。一方、ノンレム睡眠は、身体の疲労回復や成長ホルモンの分泌、免疫機能の強化に役立ちます。最近の研究で、レム睡眠が不足

すると認知症や心不全、うつ病などの精神疾患のリスクが高まるほか、パーキンソン病を発症するリスクが高まることが分かっています。パーキンソン病が進むとレム睡眠自体が失われ、認知症やうつ病を加速します。

研究チームは過去の研究で、レム睡眠中は脳の血流が覚醒時の2倍近くまで上昇することを報告しており、この現象が脳内での老廃物の除去や栄養補給に関与することが示唆されていました。しかし、脳のどの神経細胞がレム睡眠の開始や維持を担っているかといった制御メカニズムは未解明のままだったため、今回はこの謎に挑みました。

■CRHBP陽性ニューロン

これまでの研究で、レム睡眠時には、脳の一部で、生命維持に関わる意識・呼吸・循環を調節する役割を担う「脳幹」が活発に活動

することが分かっていました。そこで研究チームは、8週齢以上の雄マウス十数匹を使い、脳幹の神経細胞を標的とした実験を行いました。

活動すると光るように神経細胞を遺伝子操作し、レム睡眠中の各細胞の様子をリアルタイムで解析。その結果、多様な神経細胞のうち「CRHBP陽性ニューロン」という種類の神経細胞が、レム睡眠が始まる直前から終了まで、継続的に活発に働くことが分かりました。

また、この神経細胞を人工的に刺激して、マウスを意図的にレム睡眠状態に導入することにも成功。CRHBP陽性ニューロンこそ、長年の謎となっていた「夢を見るスイッチ」だったと判明しました。この神経細胞は人にも存在し、パーキンソン病患者では著しく減少していることから、レム睡眠の開始や維持だけではなく、病気との関連性も強いことが示されました。

■医療応用への期待と課題

レム睡眠の仕組みが解明されたことで、睡眠障害を治療・予防する道が一步前進しました。レム睡眠を自在に操作できるように、その働きを詳しく解き明かす道が開かれた意義は極めて大きいとい

えます。レム睡眠の異常を伴う疾患の理解にもつながりそうです。

けれど、課題も残されています。レム睡眠が脳全体の活動や記憶、感情の処理にどう関与しているかという具体的なメカニズムや、脳の他の部分との詳細な相互作用については、さらなる研究が必要です。この発見は重要な第一歩ですが、睡眠の仕組み全体の理解には、まだまだ多くの謎が残っているのです。チームは今後、不眠症やうつ病、認知症などのマウスモデルを使ってレム睡眠を人工的に操作し、病態の改善や悪化の影響を検証する計画です。また脳の血流が低下する病気に対して、レム睡眠を増やすことで回復をうながせる可能性も検討しています。次世代型の睡眠の改善や制御が可能になるかもしれませぬ。

「筆者紹介」

伊藤 壽一郎 (いとう しゅういちろう)

東京都生まれ。学習院大学卒業後、産経新聞社に入社し、文化部、経済部、社会部などを経て2002年から科学部。現在は文部科学省の科学技術部門を担当し、原子力から地震、宇宙、物理、化学、生物、ITまで幅広い分野を取材対象としている。著書に『生きものの変遷 温暖化の足音』（共著、扶桑社）『新ライバル物語 闘いが生む現代の伝説』（共著、柏書房）などがある。

これからのスケジュール				
	日	時	名称	会場
令和7年	9月16日(火)	15:00	県連 第2回広報委員会	仙台ビルディング
	9月18日(水)	14:00	全国女性フォーラム北海道大会	札幌パークホテル
	9月24日(火)	15:30	組織委員会	ホテルグランドパレス塩釜
	9月24日(火)	16:00	役員・支部役員合同会議	ホテルグランドパレス塩釜
	9月24日(火)	16:45	福利厚生制度連絡協議会	ホテルグランドパレス塩釜
	9月29日(月)	12:00	県連 第2回理事会	江陽グランドホテル
	10月10日(金)	10:00	新設法人説明会	マリゲート塩釜ベイサイドルーム
	10月10日(金)	14:00	税に関する標語審査会	マリゲート塩釜マリホール
	10月10日(金)	15:00	六県連 役職員研修会	仙台国際ホテル
	10月16日(水)	10:00	経理担当者実務セミナー	マリゲート塩釜ベイサイドルーム
	10月16日(水)	14:00	全国大会高知大会	高知県立県民文化ホール
	11月6日(水)	10:00	決算法人説明会	マリゲート塩釜ベイサイドルーム
	11月20日(水)	10:00	年末調整説明会(午前の部)	塩釜商工会議所
	11月20日(水)	13:30	年末調整説明会(午後の部)	塩釜商工会議所
11月21日(木)	14:00	全国青年の集い山梨大会	アイメッセ山梨	
11月26日(火)	8:00(予)	第3回会長杯ゴルフコンペ	松島国際カントリークラブ	
11月26日(火)	18:00	ゴルフコンペ表彰式・会員交流会	ホテルグランドパレス塩釜	

【新会員紹介】R7.6.27～R7.8.31【加入2社】

支部	名称	代表者	所在地	業種
塩釜東部	水の恵住設	佐藤 竜	塩釜市舟入1-5-2-1	住宅設備工事業
七ヶ浜	㈱中鉢工業	中鉢 佳孝	七ヶ浜町遠山2-4-38	防水工事業



8月25日(月) 女性部会
税に関する絵がきコンクール予備審査



8月20日(水) 青年部会
8月例会(ヨガ体験)



活動
フォトレポート

パズル・熟語づくり

空いているマスに漢字を入れて、四字熟語を完成させましょう。すべて完成させ、タテに読むと、また別の四字熟語が完成します。なんだかわかりますか？(答えは7P)

【作者紹介】株式会社ニコリ
日本初のパズル専門誌「パズル通信ニコリ」を発行する出版社。数独・クロスワードなどのパズルをメディアへ提供するコンテンツメーカーでもある。パズルASP[e-数独]をBtoB向けにリリース。

文芸復
口三
日
天文単

線
料理

?

?

?

?

参加者募集中!

参加申込は、広報誌9月号同封のチラシ又はホームページ掲載のチラシよりお申し込み願います。

※お車でご来場の際は、恐れ入りますが最寄りの駐車場をご利用ください。



1. 経理担当者実務セミナー

※一定のルールやよく指摘される事例、源泉所得税の誤りやすい項目等について説明します。

日時: 令和7年10月16日(木) 10:00～
会場: マリゲート塩釜 2階ベイサイドルーム
講師: 塩釜税務署 法人課税第一部門 担当官
受講料: 無料(筆記用具をご持参ください)

2. 新設法人説明会

※法人税・消費税・源泉所得税等の基本的な知識と経理処理について説明します。

日時: 令和7年10月10日(金) 10:00～
会場: マリゲート塩釜 2階ベイサイドルーム
講師: 塩釜税務署 法人課税第一部門 担当官
受講料: 無料(筆記用具をご持参ください)

3. 決算法人説明会

※決算に際し誤りやすい項目について説明します。

日時: 令和7年11月6日(木) 10:00～
会場: マリゲート塩釜 2階ベイサイドルーム
講師: 塩釜税務署 法人課税第一部門 担当官
受講料: 無料(筆記用具をご持参ください)

4. 年末調整説明会

※年末調整の手順や誤りやすい事項を取りまとめているチェック表の活用などのポイントについて説明します。

日時: 令和7年11月20日(木)
午前の部 10:00～ 午後の部 13:30～
会場: 塩釜商工会議所 会議室
講師: 塩釜税務署 法人課税第一部門 担当官
受講料: 無料(筆記用具をご持参ください)



税に強い経営者が次世代を支える!

法人会
消費税期限内納付
推進運動

- 1 多種多様な経営者との出会いが、新たな仲間づくりやビジネスチャンスに繋がります。
 - 2 経営者や従業員も利用できる福利厚生制度が充実しています。
 - 3 各セミナー、研修会や著名人による講演会に無料で参加できます。
- 塩釜法人会は、塩竈市・多賀城市・松島町・七ヶ浜町・利府町管内の約1000社の会社・事業者が加入する経営者の団体です。
- 法人会の入会メリットは次のとおりです。

新入会員募集

副会長 佐藤 大

初めて広報委員会の会議に参加させていただきました。

沼田広報委員長の堂々とした進行のもと、各委員が活発に意見を交わし、和気あいあいとした中にも熱気あふれる雰囲気での編集作業は、実に圧巻でした。内容がスムーズに決定していく様子に、委員会の団結力と情熱を強く感じました。

今後とも、法人ニュースを通じて会員の皆様に有益で楽しく、学びの多い記事をお届けすべく、委員会メンバー一丸となって邁進してまいります。どうぞよろしくお申し込み申し上げます。

あとがき