

# せきね 知っ得! 通信

8

August

2011



発行: せきね FP 社会保険労務士事務所

〒947-0028 小千谷市城内 2-4-26 TEL0258-83-3048 FAX0258-83-3049

メール [sekinekyrs@mountain.ocn.ne.jp](mailto:sekinekyrs@mountain.ocn.ne.jp) ホームページ <http://www.office-sekine.com>

発行: 2011 年 8 月

暑中お見舞い申し上げます。

また、この度の豪雨で被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。

ゼロ

さて、今回は「リバウンド〇の片付け」で有名な、近藤麻理恵 (konmari) さんの「片づけの魔法」についてまとめてみました。私はこれらを参考にして、ゴミ袋 (大) 7 袋のときめかないモノを捨てることができました。

## 「ときめき」で判断する

片付けで選ぶべきなのは「捨てるモノ」ではなく、「残すモノ」。その判断基準は「手にとったとき、ときめくかどうか?」。心ときめく大好きなモノだけに囲まれた幸せな生活をリアルにイメージすること。

## 一気に「捨てる」を終わらせる

少しずつ片付けるのは NG。片付けは祭りだから、一気に短期に完璧に、まずは「捨てる」を終わらせる。片付けの順番は、カテゴリー別。初めに衣類→本類→書類→小物類→最後に思い出品。この順番でやると「ときめくかどうか」の判断が徐々に磨かれスムーズに作業が進む。その際、例えば衣類なら引き出しを一段ずつ整理していくのは大間違い。クローゼットやたんすの中から、一旦全部出して一箇所に集める。そして、一気に「ときめき」で判断していく。

## いらないモノを家族に押し付けるのはもうやめよう

ときめかないが、「高かった」とか「もったいないから」と、捨てられないケースがある。そんなとき、実家がいくら広くても宅配便でそれを送ったり、身内に「いらない? いらなければ捨てるけど」と判断を人に委ねるのは絶対 NG。そのせいで、家族が「ときめかないモノ」と一緒に暮らすことになってしまう。

## 「片づけた後に」本当の人生が始まる

捨てられない原因は「過去への執着」か「未来への不安」のどちらか。何を持つかは、まさにどう生きるかと同じ。片づけで、これまでの生活がリセットされ、「本当に大切なモノ」や「本当にやりたいこと」がわかったり・・・ドラマチックな新たな人生がスタートする。

参考になれば幸いです!

7月～8月は熱中症の発生のピークです。特に本年は、節電への取り組みが求められていることから、屋外での作業はもちろん、室内で作業を行う場合にも注意が必要です。



### 熱中症とは・・・

高温多湿な環境下において、体内の水分及び塩分（ナトリウムなど）のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして発症する障害の総称です。

#### 【主な症状】

- ・筋肉痛や大量の発汗
- ・吐き気や倦怠感
- ・重症になると意識障害など

## 具体的な取り組み

朝礼の際に時間を割く、ミーティングを開く等により、従業員に、少なくとも以下のような基本事項を伝達し、熱中症は、適切な予防で防ぐことができます。熱中症の予防の基本は、「水分補給」と「暑さを避けること」です。

### ① 水分・塩分補給

こまめな水分・塩分の補給を心がけましょう。高齢者の方には特に注意が必要です！  
(熱中症患者の大半は高齢者(65歳以上)の方です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対する体の調整機能も低下しています。)

### ② 体調に合わせた取り組み

通気性の良い衣服、吸湿・速乾の衣服を着用するようにしましょう。  
必要に応じて、保冷剤、氷、冷たいタオル等を使用し、体を冷却するようにしましょう。

### ③ 熱中症になりにくい室内環境

室温が上がりにくい環境を確保しましょう。こまめな換気、遮光カーテン・すだれの活用、打ち水などが効果的です。節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないように！  
(気温が高い日や湿度の高い日には、決して無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用しましょう。)

### ④ 外出時の準備

帽子の着用、日傘や日陰の利用、こまめな休憩等、暑さを避ける工夫をしましょう。

## 熱中症になった時の対処

冷静に、次のような行動をとる必要があります。

**STEP1. 涼しい場所へ避難させる**

**STEP2. 衣服を脱がせ、身体を冷やす**

**STEP3. 水分・塩分を与える**

(注意) 自力で水を飲めない場合、意識がない場合は、直ちに救急車を！



# 新情報！ 雇用保険の高年齢雇用継続給付に係る支給限度額等の変更

平成 23 年8月1日から、雇用保険の高年齢雇用継続給付に係る支給限度額等が、次のように変更されます。この変更の結果、従業員の方への支給額が変更されることがあります。これを機会に、高年齢雇用継続給付制度を再確認しておきましょう。



		平成 23 年7月 31 日まで	平成 23 年8月 1 日から
高年齢雇用継続給付	支給限度額	327,486 円	344,209 円
	支給額の下限	1,600 円	1,864 円

## 高年齢雇用継続給付の概要

60 歳以降、継続雇用や再雇用する場合、それまでより賃金を下げる企業がほとんどです。

そこで、**60 歳時点とくらべて賃金が 75% 未満に下がった**など、一定の要件を満たした場合に政府が経済的な援助をしてくれる制度があります。それが「高年齢雇用継続給付」です。この高年齢雇用継続給付には、次の2種類があります。

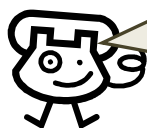
- **高年齢雇用継続基本給付金** ⇒ 失業給付を受給せずに 60 歳に達した後も引き続き雇用されている雇用保険の被保険者が対象
- **高年齢再就職給付金** ⇒ 失業給付を受給し、60 歳に達した後に再就職した雇用保険の被保険者が対象

### 【支給要件】

高年齢雇用継続基本給付金	高年齢再就職給付金
① 60 歳以上 65 歳未満の被保険者であること	
② 被保険者であった期間が通算して5年以上あること	
③ 60 歳時点とくらべて 75% 未満の賃金で雇用されていること	③ 基本手当の受給前とくらべて 75% 未満の賃金で雇用されていること
④ 各月の賃金(支給対象月の賃金)が「支給限度額(平成 23 年 8 月以降 344,209 円)」未満であること	
	⑤ 失業給付の支給残日数が 100 日以上あること
	⑥ 再就職手当を受けていないこと

【支給額】 支給額は、支給対象月について、賃金の低下の割合に応じて次の額です。

賃金の低下の割合	支給額
支給対象月の賃金が、「60 歳時点の賃金の月額」に比べ <b>61% 未満に低下</b>	支給対象月の賃金 × 15%
支給対象月の賃金が、「60 歳時点の賃金の月額」に比べ <b>61% 以上 75% 未満に低下</b>	支給対象月の賃金 × 15% から逡減するように厚生労働省令で定める率



高年齢雇用継続給付の制度を上手に使い、労働者の総収入(給付の額 + 賃金)が減らないようにして、賃金や社会保険料の支出を軽減することも可能です。ご興味のある方は、お気軽にお問い合わせ下さい。

### お仕事カレンダー

- 8/10 ● 一括有期事業開始届の提出(建設業)  
 主な対象事業:概算保険料 160 万円未満でかつ請負金額が 1 億 9000 万円未満の工事
- 7 月分の源泉所得税、住民税特別徴収税の納付
- 8/31 ● 7 月分健康保険料・厚生年金保険料の納付  
 ● 個人事業税の納付 < 第 1 期 >

- 8/31 ● 6 月決算法人の確定申告・12 月決算法人の中間申告
- 9 月・12 月・翌年 3 月決算法人の消費税の中間申告
- 個人事業者の当年分消費税の中間申告
- 個人の道府県民税・市町村民税の納付 < 第 2 期 >

# 小千谷いいとこ自慢! コーナー

今回は、言わずと知れた「小千谷ちぢみ」をご紹介します!!  
ちぢみは涼しくて着心地もよいので、これからの季節にはぴったりです。  
お祭りシーズンも到来し、浴衣を着る機会ができました。  
小千谷ちぢみを着て「はんなりと小千谷散策」なんていかがでしょうか?



小千谷ちぢみで某交流会に参加しました。着心地はとても軽くて涼しく、周りの方からも大好評でした!  
ちなみに左の帯は片貝木綿です。

## 【小千谷ちぢみ】

小千谷市は麻織物の歴史が古く、千数百年におよぶともいわれているようで、将軍家への献上品として贈られていたそうです。某時代劇にも「越後のちりめん問屋」というフレーズがよく出てきますね。江戸時代から有名だった証拠なのではないでしょうか。緯糸に強い撚りをかけて織り上げられるシボ（しわ）が小千谷ちぢみ独特のもので、平成 21 年 9 月 30 日、ユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産となるものは下記の工程を経たものだそうです。

1. すべて苧麻を手うみした糸を使用すること。
2. 緋模様をつける場合は、手くびりによること。
3. いざり機で織ること。
4. しぼとりをする場合は、湯もみ、足ぶみによること。
5. さらしは、雪ざらしによること。

7月31日(日)の夕方 NST 新潟総合テレビで小千谷縮と越後上布の番組を見ました。仕上がりまでに、気が遠くなるほどの多くの手間とさまざまな人たちの思いが込められていることを改めて知り、感動・・・!このような伝統が小千谷にあることを誇りに思います。

### あおそ 原料(青苧)



### おう 1. 苧積み(手うみ)



### かすり 2. 緋作り(手くびり)



### はた 3. 製織(いざり機)



### 4. 湯もみ・足ぶみ



### ゆき 5. 雪ざらし

