

せきね 知っ得! 通信

4

April

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 TEL 0258-83-3048 FAX 0258-83-3049

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

発行: 2011 年 4 月

東北関東大震災で被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。

最近、新聞やニュースも切ない報道ばかりです。また、日本中に自粛ムードが広がっていて、気持ちも滅入ってしまいそうです。しかし、私たちは震災の犠牲になり「生きてくても叶わなかった」人たちの分まで、元気に学び、働き、真摯に生きなければなりません。未来を信じて自分ができる努力を続けたいと思います。

今回は、松本幸夫さんの「心が折れそうとき 1 分間だけ読む本」などを参考に、ストレスを感じたり、元気が出ないときの対処法をまとめてみました。

首をやわらかくする

古来、中国では早死にする人のことを「首が硬い人」と言ったそうです。首が硬化するとストレスを発散できなくなり、寿命まで縮まってしまうのでしょうか。首を前後、左右にゆっくりと動かして柔らかくしましょう。ちなみに、頭に来てムカムカしているときには、みぞおちを中心に硬化しているそう。そういう場合はおなかの力を抜いて、みぞおちを中心に左右 4 本の指でマッサージ。やわらかくなってきたなという頃には、心もリラックスしています。

短く引きこもる

すべてやめます。電話にも出ず、メールも見ず、人とも話さず、もちろん仕事も完全ストップです。ただし、長くて 20 分。ただ、ボ～っとします。終わった後、ウツな気分や何もかも投げ出した気分は去り、モチベーションがふつふつと湧き上がってくるでしょう。何もしたくないときに無理に頑張ると逆効果でパフォーマンスも悪くなります。全く何もしない時間を取って、心の奥から沸きあがる「気」を感じてみましょう。

地球儀を眺める

地球儀を眺めていると、「日本ってそんなに大きくない」「こんなところにも国がある」など様々なことに気づきます。眺めれば眺めるほど「世界は広い」「こんな場所に生まれていたら」など、心が遊び、ストレスがどんどん消えていきます。そのときには、「あいつはヒドイ」「あの言葉に傷ついた」「もう辞めたい」などの悩みがサイズダウンされ、小さくなっているでしょう。

100 年たったらだあれもいない

そう、100 年後には自分も愛する人も大切な家族もいなくなります。地球の自転を止められないように、死も止められません。私たちは生を充実させるしかないのです。

平成 23 年度の雇用保険率は前年据え置きと決定！

厚生労働省より、平成 23 年度の雇用保険料率が発表されました。

会社負担分も従業員負担分も去年と同じ保険料率のまま据え置かれることになりました。

●雇用保険料率●

事業の種類	平成 22 年度		平成 23 年度
いわゆる一般の事業	1,000 分の 15.5	据え置き→	1,000 分の 15.5
いわゆる農林水産業* 清酒の製造の事業	1,000 分の 17.5		1,000 分の 17.5
いわゆる建設の事業	1,000 分の 18.5		1,000 分の 18.5

* 農林水産業のうち、季節的に休業し又は事業の規模が縮小することのない一定の事業（園芸サービスの事業、酪農、養鶏等の事業など）には、一般の事業の雇用保険率を適用。

●雇用保険率の負担の内訳●

事業の種類	雇用保険率	失業等給付に係る率		二事業率
		被保険者負担分	事業主負担分	
いわゆる一般の事業	1,000 分の 15.5	1,000 分の 6	1,000 分の 6 計 1,000 分の 9.5	1,000 分の 3.5
いわゆる農林水産業* 清酒の製造の事業	1,000 分の 17.5	1,000 分の 7	1,000 分の 7 計 1,000 分の 10.5	1,000 分の 3.5
いわゆる建設の事業	1,000 分の 18.5	1,000 分の 7	1,000 分の 7 計 1,000 分の 11.5	1,000 分の 4.5

雇用保険に関する保険料のうち、雇用保険二事業に充てる部分は**その全額を事業主の方々が負担**しています。

上の表の「二事業率」とされている保険料の大部分は、**助成金の原資**（代表例：雇用調整助成金・中小企業緊急雇用安定助成金）になっています。

助成金を活用しない会社は「よその会社のために雇用保険料を支払っている」ことになります。

保険料を有効活用するためにも、自社で活用できる助成金がないか、日頃からチェックしておきましょう。

助成金についてのお問い合わせも、お気軽にどうぞ。

最新情報

平成22年毎月勤労統計調査・労働力調査の結果が発表されました！

●毎月勤労統計調査の概要●

調査結果のポイント

1. 現金給与総額は、4年ぶりの増加
2. 所定外労働時間は、3年ぶりの増加
3. 常用雇用は、7年連続の増加

○ 平均月間現金給与総額は、317,321 円(前年比 0.6%増)

(内訳) きまって支給する給与 263,245 円(0.3%増)、所定内給与 245,038 円(0.2%減)、所定外給与 18,207 円(9.2%増)、特別な給与 54,076 円(2.0%増)、実質賃金は前年比 1.5%増。

○ 平均月間総実労働時間は、146.2 時間(前年比 1.4%増)と、4年ぶりの増加

(内訳) 所定内労働時間 136.2 時間(0.7%増)、所定外労働時間 10.0 時間(9.0%増)。製造業の所定外労働時間 13.9 時間(32.3%増)。年間総実労働時間は 1,754 時間(規模 30 人以上では 1,798 時間)。

○ 常用雇用は、前年比 0.3%増

一般労働者は 0.4%減、パートタイム労働者は 2.1%増。

●労働力調査の概要●

調査結果のポイント

1. 完全失業率は 5.1%と、前年と同率
2. 完全失業者は 334 万人と、前年に比べ 2 万人減少
3. 労働力人口は 6,590 万人と、前年に比べ 27 万人減少



○ 平成 22 年平均の完全失業者(334 万人)のうち、失業期間が1年以上の人は 121 万人

☆失業期間が1年以上の人が 121 万人というのは、比較可能な平成 14 年以降で最多。1 年前に比べ、26万人増。

○ 平成 22 年平均の非労働力人口のうち「今の景気や季節では仕事がありそうにない」ため求職活動をしていなかった就業希望者は 24 万人(1 年前に比べ2万人減)。

○ 平成 22 年平均の雇用者(役員除く)は 5,111 万人

正規職員・従業員 3,355 万人(1 年前に比べ 25 万人減)。非正規職員・従業員 1,755 万人(1 年前に比べ 34 万人増)。

☆雇用者(役員除く)(5,111 万人)に占める非正規職員・従業員(1,755 万人)の割合(34.3%)は、比較可能な平成 14 年以降で最高。

お仕事 カレンダー

4/10 ●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

- 3 月分の源泉所得税、住民税特別徴収税
の納付

4/15 ●給与支払報告に係る給与所得者異動届の 提出

4/30 ●労働者死傷病報告書の提出(休業 4 日未 満の 1 月～3 月の労災事故について報告)

4/30 ●預金管理状況報告

- 健康保険印紙受払等報告書・雇用保険印紙保
険料納付状況報告書提出

- 3月分の健康保険料、厚生年金保険料の納付

- 2月決算法人の確定申告・8 月決算法人の中間
申告

- 公益法人等の都道府県民税・市町村民税均等
割申告

- 5 月・8 月・11 月決算法人の消費税の中間申告

せきねの「気になる」を勝手に情報発信コーナー

最近、せきねの気になる本や映画、人物、言葉などを、皆さんに役に立つかどうかはさておき情報発信します！！

書籍

老いの才覚

菅根 綾子

昔の老人には「老いる才覚」があったが、今の高齢者は「〇〇してもらって当たり前」と思っている。「〇〇してくれない」などの要求や愚痴ばかりが目立つが、高齢であることは資格でも功績でもない・・・と、自らも後期高齢者の筆者は忌憚ない意見を展開します。あまりに小気味よく、的を得ていて、自分の将来の高齢者像を考えさせられます。

しかし、間違っても、若い世代が周囲の高齢の方に、「この本を読むといい」などと薦めてはいけません。「文句があるなら直接言え！」とケンカになってしまうでしょう。

印象に残ったのが、老人には大きく分けて2つの生き方があるそう。得られなかったことや失ったモノを数えて落ち込む生き方と、幸いにももらったものを大切に数え上げていく生き方。さまざまな物を失う晩年こそ、得ているもので幸福を作り出す才覚が必要なのだそうです。



書籍

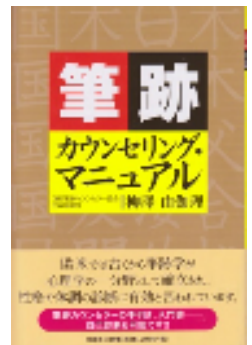
筆跡カウンセリング・マニュアル

柳澤 由伽理

母校の校友会総会で柳澤さんの講演を聞きました。「筆跡カウンセラー」なんて、日本では聞き慣れませんが、英語圏では権威ある職業らしいです。

例えば、与えられた用紙に対して、それに見合った大きな字を書くか、余白を残してすみっこに小さく書くかなどで、おおらかな人か神経質な人かわかるなど、性格やその時の精神状態は筆跡に表れるため、学校や病院で活躍しているとのこと。

気をつけなくちゃ！と思ったのが、国構えや口など、最後の部分がキチンとつながっていない文字を書く人は、お金が貯まらないそう。今後はきっちりつなげます。



人物

上杉 鷹山（うえすぎ ようさん） 1751～1822

火種運動

徳川中期の出羽米沢の藩主。故ジョン・F・ケネディ大統領が「尊敬している日本人」としてあげたことでも有名です。当時、破産窮乏の極みにあった藩財政の立て直しを図り、米沢の地場産業振興の基礎を築きました。この「火種運動」は焚火の残り火をきっかけに発想されたものです。上杉は、人にはそれぞれ胸の中に炭を持っていて、ついた火を移し広げていけば、やがて燃え上がり大きな力になると考えました。

再建の際には、①情報の共有化、②大目標を分化し、各職場で目標を立てる、③組織や個人の意識の変革、④責任者は自己の力だけに頼らず部下の力で補完できるように努力する、など現代にも通じるような方針を立てて実施し、自らも火種となりリーダーシップを発揮しました。のちに「なせば成る 為さねば成らぬ何事も 成らぬは人の為さぬなりけり」という名言も残しています。

このコーナーのおかげで本を読むときも、映画を見るとときも、人物や言葉を調べるときも「どのように人に伝えるか」を意識するようになりました。感謝です。