

せきね 知っ得!通信

8

August

2013

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 ホームページ <http://www.office-sekine.com>

発行:2013年8月

残暑お見舞い申し上げます。

最近、きれいな字を書く「ペン字練習帳」シリーズがすごく売れているそうです。スラスラッときれいな字が書けたら格好いいですね。私も1冊買って練習中です。そこで、ちょっとした工夫できれいな字を書くコツを調べてみました。

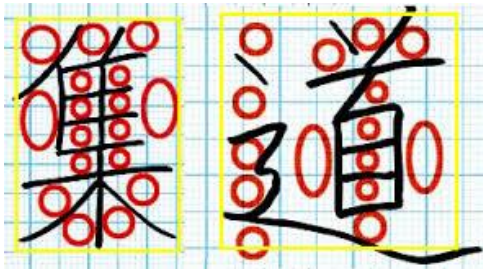
きれいな脳内文字のインプット やり直し

人は、脳の中に記憶している「文字の形」を思い出して字を書いているそう。つまり、きれいな文字をイメージ出来ない人は、どうやってもきれいな字を書くことは出来ません。

そこで、「ペン字練習帳」のような正しい見本でイメージを修正する必要があります。パソコンばかりで手書きする機会が少ない現代では、私たちの「脳内文字」はどんどん自己流の癖字になっています。私はお昼休みに少しずつ「ペン字練習帳」を進めています(とても30日では終わりそうもありません)ひらがなひとつとっても、バランスが狂っていて情けなく感じています。せめて自分の名前くらいは、きれいな脳内文字を再インプットしたいものです。



文字のすき間は均等に



短時間できれいな字に変身するには「すき間」を意識するのがコツ。(NHKためしてガッテンより)特に自分で形の崩れが気になる文字について、「すき間」が均等になっているかチェックします。これをやるだけでも、劇的に整った文字が書けるようになります。

文字の大きさには決まりがある

右のように、漢字を100パーセントとすると、ひらがなは70%、カタカナは80%の大きさに書くのが、字を上手に見せる黄金比率と呼ばれており、1日練習するだけでも、効果があるそうです。私はカタカナのバランスをとるのが難しいです・・・。



文字の美しさは心の美しさ・・・と心がける

「ペン字練習帳」の手本を書いている中塚翠涛先生は、中学校卒業の自分宛の寄せ書きに「字がきれいな人は心も美しい」と書いてあったことが励みになったそうです。また、「うまくなりたいたいと思っていれば、必ず上達する」と言っています。普段なかなか言えない親への感謝や、メールのやりとりが多い友人あてに、手書きのメッセージもたまにはいいですね。

参考になれば幸いです!!

トピックス 職場での「熱中症予防対策」はお済みですか？

◆職場での熱中症により 21 人が死亡

厚生労働省がまとめた昨年（平成 24 年）の「職場での熱中症による死亡災害の発生状況」によると、職場での熱中症による死亡者は 21 人で、依然として多くの方が亡くなっています。また、死亡した 21 人のうち 18 人については、WBGT 値（暑さ指数）の測定を行っていなかったことが明らかとなったそうです。

業種別にみると、「建設業」「製造業」で、前年より死者数が増えています。また、昨年は「7月」と「8月」に集中的に発生し、死亡災害の 57%が「高温多湿な環境での作業開始から 2 日以内」という短期間で発生していたとのことです。



★建設業など屋外作業を行う業種については一般的に業務による熱中症として労災認定される可能性が高いようです。判断される内容としては、「作業環境、労働時間、作業内容、本人の身体状況及び被服の状況その他作業場の温湿度等の総合的判断による」とされています。

◆3人に1人が“熱中症予備軍”

上記は、“職場での熱中症”によって亡くなられた方についてまとめたものですが、労働者以外も含めると、昨年（6～9月）の熱中症による死亡者数は、685 人となっています。

また、株式会社ウェザーニューズ社の調査によると、昨年の夏季には日本人の 3 人に 1 人が“熱中症予備軍”だったそうです。熱中症に至らないまでも、予備軍としての数はかなりの割合に上るようです。

◆押さえておくべきポイント

熱中症について押さえておくべきポイントとしては、次のようなことが挙げられます。

- ◎建設、製造、運輸交通、貨物で発生割合が高い
- ◎熱中症になると半数は 4～7 日の休業
- ◎40 歳代の割合がもっとも高く、次いで 50 歳代、60 歳代
- ◎経験年数が 1 年未満の労働者の被災が多い
- ◎全体の約 3 分の 2 が労働者数 50 人未満の事業場で発生
- ◎どの時間帯でも発生するがピークは 15 時
- ◎気温 30℃以上での被災が多い
- ◎WBGT 値（暑さ指数）が 25 度以上 31 度未満での発生が大半

◆対策グッズの活用や労働環境の見直しを



熱中症の危険性がわかる簡易な熱中症計、内部の温度が上がりにくいヘルメット、冷却材を入れるベストなど、熱中症対策グッズもいろいろと出そろってきたようです。

今年の夏は、平年より気温が高くなることが見込まれています。こうした対策グッズの活用と併せて、作業環境の見直し、従業員健康管理の指導、管理監督者による巡視の強化などの労務管理を徹底し、この夏を乗り切りましょう。

最新情報

高年齢雇用継続給付金・育児休業給付金の上限額等が変更

8月1日から、高年齢雇用継続給付金の支給限度額や育児休業給付金・介護休業給付金の「休業開始時の賃金日額」の上限が改正されました。

	平成25年7月31日まで	平成25年8月1日から
高年齢雇用継続給付の支給限度額	343,369円	341,542円
育児休業給付・介護休業給付の計算に用いる休業開始時の賃金日額の上限	14,310円	14,230円

最新情報

平成25年9月分から厚生年金保険料率が変わります

平成25年9月分（10月納付分）の厚生年金保険料率が変更されます。
給与計算システムの料率変更を忘れずに。

	現行 (平成25年8月分まで)	変更後 (平成25年9月分から)
一般の被保険者	16.766%	17.120%

トピックス ● マイナンバー制度で変わる手続き

<マイナンバー導入のスケジュール>

平成27年秋以降 市町村長からマイナンバーが記載された「通知カード」によって番号が通知される。

平成28年1月 雇用保険、社会保険に加入する際の届出にマイナンバーを記載して届出。

マイナンバー制度は、原則として社会保障と税の一体化が目的ですので、それらに関する手続きに提出する調書類にはマイナンバーを記載することになります。例えば、入社手続きだけではなく、社外の人への講演料や短期間のアルバイト料の支払調書にもマイナンバーを記載する必要があります。

<具体的な手続き>

●健康保険、厚生年金保険

被保険者の資格取得・喪失、報酬月額および賞与額に関する手続き

●雇用保険

被保険者の資格取得・喪失

●所得税

源泉徴収票、利子所得、配当所得に関する支払調書、報酬、料金、契約金利息等に関する支払調書、損害保険・生命保険の保険金の給付に関する支払調書等

「気になる！」を勝手に情報発信コーナー

書籍 野心のすすめ 林真理子

出世作の「ルンルンを買っておうちに帰ろう」はバブルを思い出させますが、時代小説などで文学賞を受賞し、今では直木賞の選考委員を務める大御所。

人気作家としての地位も名誉も、年収も、結婚願望も、子供も・・・欲しいものをすべて手に入れた林さんの初の人生論です。

「このごろの若い人は、驚くほど野心が希薄になっている」、「自分の将来を具体的に思い描く想像力が致命的に欠けている」そう。

例えば、みんながユニクロを着て、B級グルメを食べているから、今以上のリッチやブランド物を欲しがったりしない。とりあえずご飯が食べられているから、「このままでいいのか？」と夢や将来を自分に問うこともなく年を重ねてしまう。

「取り返しがつかない」という意味では、やったのもやらないもの同じ。やってしまった過去はちゃんと出血してかさぶたになり治るが、やらないでしまった過去は内出血として残るとか。

「野心を持つこと」の大切さを軽快に説く一冊。女性が読むと特に面白いでしょう。



映画 風立ちぬ スタジオジブリ

スタジオジブリの作品をいつも家族で楽しんでいます。だから、つい子供と一緒に見に行ってしまったのですが…上映後、小4次男は「意味が分からない」とつぶやいていました。つまりこれ、子供向けの映画でないのは間違いなし。正直言って、私も期待はずれでした。

ゼロ戦を作った堀越二郎の半生を描いたフィクションなのですが、モノづくりの精神と、それに関わる政治的な背景や純粋な恋愛がテーマ。

ストーリーに盛り上がりがなく淡々として、時間が長く感じました。公開前の宣伝番組が多かったせいか、わかっているあらすじ通りお話が進み、終わってしまいました。ユーミンの挿入歌も評判だったので、期待しすぎたのでしょうか？私とは正反対に「良かった。泣けた。」という人もいるので、評価の分かれる作品かも？



スイーツ 旬 Na ベジおやつ vol.2 旬 Na ベジおやつ実行委員会

小千谷・長岡・見附の3市44店舗が参加し、地元野菜を使ったスイーツを販売しています。スタンプラリーで温泉旅行などが当たります！

早速、小千谷から参加の中の2つを味見してみました。



かぼちゃとバジルのシフォン

トラットリア レ・アーリ

フレッシュなバジルの香りがとてもさわやかです。

フワフワなのにしっとり

していて・・・さすがプロの技。



ずんだずんだ

菓子工房 Kawagon

枝豆ジュレが可愛く、魅力あるルックス。

枝豆の風味を生かした

甘さ控えめのケーキです。



「気になる！」を勝手に情報発信コーナー

小千谷自慢

豊年獅子舞

獅子舞保存会

毎年、7月14日・15日は、二荒神社の祭礼で、小千谷無形文化財に指定されている民俗芸能「豊年獅子舞」が披露されています。

今年、ウチの子が参加することになり、「獅子舞」の由来や踊り子の役割が何なのか？知りたくなり、市立図書館で調べてみました。



言い伝えによると…その昔、霊峰八海山の山中で、輝く太陽を背に山の神（天狗）が、三頭の親子の獅子（父親の獅子、母親の獅子、子どもの獅子）を相手に楽しそうに遊んでいた。

それを見た里人が、「これぞ、豊年の兆し」と予感。その年はまさしく豊作に恵まれた。この吉兆を記念して、真似して舞ったのが始まりとか。

つまり、真ん中の赤い傘を持った大人は、「太陽」なのです。

また、獅子役の子たちは、オス・メス・子どもで背の順に並んでいるのがわかります。

さらに、「天狗」役の子だけ踊りの動きが違うのも納得。三頭の獅子と戯れる「山の神」なのですから当然です。意味が分かると急に「豊年獅子舞」の踊りに趣を感じるから不思議ですね。

その昔、獅子舞の踊り子は下夕町（シタマチ）在住の子供限定で、それも長男の特権でした。

「下夕町のせがれは、獅子舞が踊れていいなあ」と、うらやましがられていたそうです。

今は少子化の影響で、踊り子の限定は出来ないそう。 実際、ウチの子は、下夕町の子でも長男でもありません。とにかく、伝統の行事に、子供を通じて参加できたことは楽しい経験でした。



小千谷の夏着物

片貝綿麻紅梅

紺仁染織工房

私はこのところすっかり小千谷縮や小千谷紬、片貝木綿など地元の着物の魅力に取りつかれているのですが、この夏、あつらえたのが片貝の紺仁さんの弁柄染めの綿麻紅梅。

四尺玉花火で知られる片貝町ですが、紺仁染織工房の片貝木綿も全国的にとっても有名です。

自然由来の染めと職人の技が高い評価を得ています。さらりとした肌触りで、夏着物にぴったり。

一緒に写真に写っている方が、紺仁さんの11代目当主の松井均さん。さすが松煙染めと藍染めの着物がとてもお似合いですね。

