

とめ 法人会 NEWS

令和3年8月20日発行

第97号

ひまわり

東京オリンピック・パラリンピックのメダリストに贈られるビクトリーブーケ。

東日本大震災の復興への願いを込めて、被災地で育てたヒマワリ（宮城県産）やリンドウ（岩手県産）などで作られています。

目次

- P. 1 南方町の道端に咲く、ひまわり
- P. 2~3 総会終了報告、佐沼税務署人事異動
- P. 4 会員企業リレー、法人会トピックス
- P. 5 宮城県税事務所からのお知らせ
- P. 6~7 コロナ禍の今こそ「発酵食品」で免疫力UP
- P. 8 佐沼税務署からのお知らせ

国税電子申告・納税システム

e-Tax

電子申告で効率UP!

国税に関する申告や納税、申請・届出などの手続きがインターネットで行えます。

納税にはダイレクト納付が便利です!

e-Taxを利用して電子申告等をした後に、届出をした預貯金口座から、簡単な操作で即時又は期日を指定して納付することができます。

e-Taxを利用して所得税の申告を
するとこんなメリットが!

- 添付書類の提出省略
- 還付がスピーディ

法人会オアシスキャラクター「けんたろ」

法人会は会社経営の効率化のためにe-Taxの普及を支援しています。

ご利用に際し条件、注意事項があります。詳しくはホームページでご確認ください。

イータックス 検索

**(公社) 登米法人会
定時総会を終了**

新役員体制で

令和三年度事業をスタート!

令和三年度定時総会が、去る六月十六日、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、出席者を支部推薦の理事・監事にしぼり迫町佐沼「ホテルサンシャイン佐沼」を会場に開催されました。

提案された議案は、「令和二年度事業報告・収支決算承認の件」などの二議案と報告事項二件が上程され、全て原案通り可決決定されました。

また、総会終了後、同会場で第二回理事会が開かれ、新会長に工藤貞夫氏、筆頭副会長に遠藤光則氏、副会長に菅原文之氏・菅野幸一郎氏、専務理事に千葉政典氏が選任されました。



定時総会風景

役員紹介



会長
工藤 貞夫
(有)工藤工務店・石越

筆頭副会長 遠藤 光則
(有)八サマ事務機・佐沼



副会長 菅野 幸一郎
(有)菅野新聞店・佐沼



副会長 菅原文之
(有)協和エレクトロニクス・登米



専務理事 千葉 政典
(有)千葉モーターズ・豊里



新理事 河内 敏弥
(有)カワウチ・登米



新理事 小野寺 賢二
(有)石運輸・中田



新理事 猪股 研
(有)佐々木建設・石越



新理事 齋藤 力
(有)齊藤建築・青年部会



新理事 小出 智之
(有)日進運輸建設・東和



《理事》

- ◇熊谷敏明 (有)熊谷燃料任設(株)・佐沼
- ◇伊藤秀雄 (有)伊豆沼農産・佐沼
- ◇伊藤俊郎 (有)若寿司・佐沼
- ◇千葉吉男 (株)迫防災・佐沼
- ◇田口安浩 (有)田口酒販(株)・佐沼
- ◇太田陽平 (株)太田組・佐沼
- ◇佐藤昌市 (有)シンエイ・佐沼
- ◇後藤康治 (株)登米精巧・佐沼
- ◇伊藤良雄 (有)ハウスライセンター・佐沼
- ◇大畑好司 (有)沼交通(株)・佐沼
- ◇工藤清彦 (有)工藤建設(株)・登米
- ◇山田 正 (有)山田運送(株)・東和
- ◇末永利宏 (株)スエナガ・東和
- ◇熊谷貞雄 (株)割烹くまがい・中田
- ◇日下 俊 (有)日下公三郎商店・中田
- ◇高橋正一郎 (有)高信種苗店・中田
- ◇須藤正廣 (株)酒井英雄商店・豊里
- ◇只野佳旦 (株)只野組・豊里
- ◇藤欠孝一 (有)藤丸工業・米山
- ◇今野秀俊 (有)今野商店・米山
- ◇高崎芳文 (株)アシスト警備・米山
- ◇小野寺忠雄 (有)小野寺土建・南方
- ◇星 錦也 (株)星屋・南方
- ◇高橋 力 (株)高節土建・南方
- ◇山形英之 (株)山形屋商店・津山
- ◇大沼敏美 (有)大沼板金工業・津山
- ◇浅野清子 (株)浅野工務店・女性部会

《監事》

- ◇及川富男 (有)末広会計事務所・佐沼
- ◇加藤 亮 (有)加藤工務店・米山
- ◇片岡大助 (有)学くら学園・中田

**女性部会・青年部会も
新役員が決定!**

女性部会通常総会を、五月二十日、ホテルサンシャイン佐沼を会場に開催。今年度は役員改選期にあたり、浅野清子部会長が再任され、高田貞子副部会長と小野寺利子幹事が退任。新副部会長に佐々木明美氏、新幹事に菅原恭子氏と及川早苗氏が選任されました。

令和三年度も租税教育や社会貢献に積極的に取り組むこと等が決まりました。



挨拶する浅野女性部会長

また、青年部会では、急遽、予定していた日程での開催が難しくなり、書面決議で行われました。

その結果、六月十日、異議等もなく満場一致にて議案の全てが原案通り可決決定し、新部会長に、齋藤力氏、副部会長に泉朋行氏・米谷甚市氏が選任されました。

佐沼税務署 幹部人事異動

(R3. 7. 10付：敬称略)

【転入】

- ▽署長 **長南 和明** (二戸署長)
- ▽総務課長 **泉 健一** (福島署個人一)
- ▽総務係長 **白取 浩紀** (一関署総務課)

【転出】

- ▽退職 **塩原 朗** (署長)
- ▽盛岡署徴収特官 **山内 郁夫** (総務課長)
- ▽仙台国税局総務部厚生課 **伊藤 絵美** (総務係長)



『着任のごあいさつ』

佐沼税務署長 **長南 和明**

本年の人事異動で佐沼税務署長を拝命し、この度着任しました長南でございます。

新型コロナウイルスの影響を受けられた皆様に対しまして、心からお見舞いを申し上げます。
登米法人会会員の皆様方には、e・TAXの普及定着、租税教室を始めとした税務行政全般につきまして、多大なる御支援と御協力を賜っていると塩原

前署長から伺い、大変心強く感じしております。

消費税インボイス制度への対応など、税務行政を取り巻く環境が変化する中、税務署の任務であります「適正かつ公平な課税と徴収の実現」に向けて、一つ一つの課題を乗り越えてまいりたいと考えておりますので、今後とも御理解と御協力のほどよろしくお願いいたします。

9支部総会終了報告

佐沼支部

支部長 **遠藤光則氏**

六月八日、「若鯨本館」を会場に開催。事業計画等四議案が承認され、遠藤支部長が再任されました。

登米支部

支部長 **工藤清彦氏**

五月二十八日、書面決議で行った結果、全ての提出議案が原案通り可決承認され、新しく工藤支部長が選任されました。

東和支部

支部長 **山田 正氏**

東和支部も書面決議での開催となり、五月十九日、異議等もなく三議案全て原案通り可決承認されました。

中田支部

支部長 **熊谷貞雄氏**

五月三十日、書面決議での開催となり、支部総会は、提出議案の四議案が全て原案の通り可決承認されました。

豊里支部

支部長 **須藤正廣氏**

五月十日、「四季ホールささき」を会場に開催。役員改選を含む四議案を上程し、支部長・副支部長の再任が可決承認されました。

米山支部

支部長 **藤欠孝一氏**

五月十九日、「さしゆん」を会場に開催。役員改選を含む四議案を上程し、支部長・副支部長の再任が可決承認されました。

石越支部

支部長 **菊地雅幸氏**

六月十日、「すぎ岡」を会場に開催。事業計画等三議案が承認され、菊地支部長、再任、吉田徹副支部長が新しく選任されました。

南方支部

支部長 **小野寺忠雄氏**

五月十三日、「商工会南方支所」を会場に開催。事業計画等四議案が承認され、支部長・副支部長が再任されました。

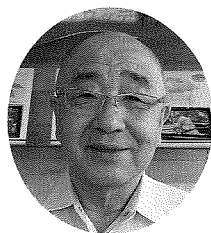
津山支部

支部長 **山形英之氏**

書面決議での開催となり、五月十九日、上程した四議案全てが原案通り可決承認されました。



「ものづくりは、 明るく、楽しく、美しく。」



《登米支部》
有限会社ウッディアベ工芸
代表取締役 阿部 廣幸 氏

「歳を重ねる事で味わい深くなる人柄のように、木という素材は年月を経ることで“経年美”をつくりだす」と話す有限会社ウッディアベ工芸様を訪問しました。

「おかえりモネ」の撮影場所として工場が使用され、自身もエキストラとして参加したという阿部社長。清原果耶さんやでんでんさんのサインが事務所に飾られておりました。

阿部社長は、豊里町で建具屋を営む家庭の次男として生まれ、7歳から家具づくりを手伝い、16歳で建具・家具づくりの道に入りました。35歳で独立し、登米町で創業。建具・家具専門の職人としてスタートされました。その後、平成2年7月に法人化。事業が軌道にのり工場も手狭になった為、平成17年4月、現在ある場所へ工場を移転新築。

ものづくりは「明るく、楽しく、美しく。」を社訓とし、オーダー家具・建具、人工大理石、注文住宅など自社職人による自社一貫施工体制で、お客様のニーズにお応えすべく確かな技術力で安心の製品をお届けしています。

厳選した自然素材でつくるオーダーメイドの木の家は、断熱・機密性能に優れ、ローコスト住宅としてお客様に喜んでいただいているほか、思い出の詰まった古い

家具を再生してほしい、と言った注文をされるお客様もいるそうです。

阿部社長は、コロナ禍でお家時間が増え、家で過ごす時間を大切にしたい向きが増えている。木の温もりを感じながら快適に過ごせる空間づくりのお手伝いができればとの思いから、社員一同、日々、技術に磨きをかけ、お客様のお越しをお待ちしておりますと、お話しくださいました。

今回の取材へのご協力ありがとうございました。



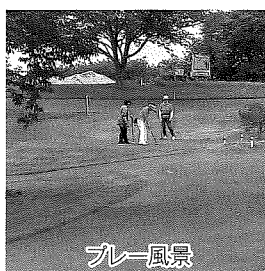
労務セミナーを開催!

去る5月21日、迫公民館軽運動場を会場に令和3年度労務セミナーを開催。

今回は社会保険労務法人フレンズより社会保険労務士の澤田裕一氏と同じく社会保険労務士の黒田真紀氏をお招きし、第1部として、労働基準法の改正に伴う注意点、さらに第2部として、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた事業者に対する助成金や補助金などについてお話をいただきました。

実際に受けた依頼やその対処について、また、補助金等の申請方法や申請期限など、今まさに聞きたい内容で、講師の方のお話に参加者の皆さんも真剣に耳を傾けていました。

セミナーの最後に質問の時間を設け、定年退職した従業員を再雇用した場合の契約内容など、参加者の方々も積極的に質問されました。



プレー風景



上位3名。賞品を手に入

女性部会 第15回パークゴルフ大会を開催!

去る6月23日、加護坊パークゴルフ場を会場に開催。

当日は天候が心配されましたが、女性部会の皆さんの熱気が届いたのか、なんとか雨も降ることなくプレーすることができました。

結果は次の通り（敬称略）

- ◇優勝 齋藤 節子 (有)齊藤建業
- ◇第2位 高田 貞子 (株)高田商店
- ◇第3位 太田智恵子 (株)太田組



お知らせ

新型コロナウイルス感染症に伴う県税の措置等について

新型コロナウイルス感染症等の影響により、県税を一時に納付することができない場合で、一定の要件に該当する方に対する猶予制度があります。

徴収の猶予

◇新型コロナウイルス感染症に関連する以下のようなケースに該当する場合は、猶予制度がありますので、所轄の県税事務所に御相談ください（徴収の猶予：地方税法第15条）。

（ケース1）災害により財産に相当な損失が生じた場合

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）御本人又は御家族が病気にかかった場合

納税者御本人又は生計を同じにする御家族が病気にかかった場合

（ケース3）事業を廃止し、又は休止した場合

納税者の方が営む事業について、やむを得ず休廃業をした場合

（ケース4）事業に著しい損失を受けた場合

納税者の方が営む事業について、利益の減少等により、著しい損失を受けた場合

申請による換価の猶予

◇上記のほか、地方税を一時に納付することができない場合、申請による換価の猶予制度がありますので、所轄の県税事務所に御相談ください（申請による換価の猶予：地方税法第15条の6）。

※eLTAXからも徴収の猶予や換価の猶予の申請は可能です。詳しくは地方税共同機構ホームページ（<https://www.eltax.lta.go.jp/news/03047>）をご覧ください。

申請手続き等

・県ウェブサイトより「申請書」等をダウンロードしていただき、必要事項を記入の上、郵送などにより提出してください。

○県ウェブサイト

<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/zeimu/choushuuyuyuyo.html>

※申請書のほか、収入や現預金の状況が分かる資料を提出していただきますが、提出が難しい場合は口頭によりおうかがいします。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、非対面方式の納付方法を御検討ください。

くわしくは、宮城県総務部税務課のホームページを御確認願います。

<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/zeimu/kennzei-nouhu.html>

コロナ禍の今こそ

発酵食品で免疫力UP!

未来事業株式会社 管理栄養士 吉岡美保

新型コロナウイルス感染症の拡大は、未だに続いている状態です。

それによって、「環境変化」が例年よりも多くの人に起こっています。

普段と異なる環境で仕事や勉強を行ううえ、日々流れる悲惨な報道に感情移入をして憂鬱になる人も多く、「コロナ鬱」ともいわれています。

そんな外敵に負けない心身を養うために、何が必要なのでしょう？

順天堂大学医学部教授の小林弘幸先生は、

「この未知のウイルスとの戦いを有利に進められるか否かは、すべて私たちの免疫力にかかっています。生物が長い年月をかけて

「腸内環境」と「自律神経」に効率よくアプローチすることで、予防効果が期待できます。

そこで、免疫力を高めるという点で注目されているのが、ビタミンDです。

「新型コロナウイルスの重症化患者にビタミンD不足の人が多いことが、統計学上明らかになっています。ビタミンD不足の場合、感染リスクで1.5倍、軽症以上の入院リスクが2倍になるという報告も。日本人の7/8割がビタミンD不足といわれていますから、今こそ積極的に摂るべき栄養素といえます」と、小林先生は強調します。

新型コロナウイルス対策で 大注目！動物性の「ビタミンD」



呼吸器疾患に対して免疫力

を高める作用や、免疫力を強化しウイルスへの抵抗力を強めるといわれるのがビタミンD。新型コロナウイルスへの効果で、いま脚光を浴びてい

紫外線により、皮膚で作られ出される栄養素でもあるので、冬なら30分程度の日光浴習慣も大切です。

鬱やがんの発症にも関係しています。

日本人の約8割が「ビタミンD不足」

ビタミンDは、脂溶性（脂に溶ける性質を持つ）ビタミンで、腸管からのカルシウムの吸収を促して、丈夫な骨を維持します。

欠乏すると、くる病（小児）、骨軟化症（成人）など骨が弱くもろくなる病気が起こります。

「かつては、欠乏を起さないことが大切とされてきたビタミンですが、近年、研究が進み、軽度の不足であっても、骨以外に様々な疾患リスクを高めることが分かってきました。

多くの日本人がビタミンD不足傾向なのはなぜか

ビタミンDは、食品ではサケやイワシなどの魚に多く含まれますが、他に十分

な量を摂れる食品は少ない栄養素です。

キノコにも含まれますが、魚ほど量は摂れません。

一方、ビタミンDは、全身で働く非常に重要な成分であるため、ヒトは紫外線（UV）を皮膚に浴びることと体内のコレステロール（7-デヒドロコレステロール）から合成する力を身に付けています。

しかし、ビタミンD源となる魚の摂取量が減り、日焼けを防ぐためにUVケアを徹底する習慣が浸透したことで、日本でもビタミンD不足が深刻化しています。

ビタミンDを豊富に含む食品

《摂取目安量は8.5μg（マイクログラム）/日以上》

魚類	・サケ1切れ (80g) 25.6μg
	・イワシ丸干し1尾 (30g) 15.0μg
	・サンマ1尾 (正味100g) 15.7μg
	・カレイ 小1尾 (正味100g) 13.0μg
	・ブリ1切れ (80g) 6.4μg
キノコ類	・しらす干し大さじ2杯 (10g) 6.1μg
	・干しシイタケ2個 (6g) 0.8μg
	・きくらげ乾燥2枚 (2g) 1.7μg

【データ：日本食品標準成分表2015年版 七訂より算出】

腸内環境を整える、2種類 以上の「発酵食品」

体の中の免疫細胞の7割を占めるのが、腸。

その腸内細菌のバランスが、免疫力を支えているのは周知の事実です。

すでに定着している善玉菌をサポートする良い菌を食事で送り込むことが大切ですが、人により善玉菌の種類はさまざま。

摂る発酵食品との相性や発酵する効果の具合が異なるため、2種類以上の発酵食品を摂ることを推奨しています。

意識的に替えて、なるべく多種類の発酵食品を摂りましょう。排泄されてしまうため、毎日摂取することも重要です。

私たちの身近にある発酵食品

漬物、納豆、チーズなど私たちが普段から口にする機会が多い発酵食品。

これら発酵食品は、微生物たちの活動により、様々

な原料が「発酵」することによってでき上がります。

例えば、「大豆」であれば、コウジカビが大豆のたんぱく質を分解して、アミノ酸などを作ると、「味噌」ができます。

このように、微生物が何かを分解して作り出す活動が発酵であり、そこから生まれる食べ物が発酵食品なのです。

発酵食品には、パンやワイン、チーズ、ヨーグルトなど、世界各地に多くの種類があり、もちろん日本にも様々な種類があります。

かつお節、醤油、酢、みりん、漬物、甘酒、納豆と、日常の食卓でもよく見かける食材が多いです。

私たちの腸内には、様々な菌がすんでいて、それらは大きく「善玉菌」と「悪玉菌」に分けられます。

善玉菌は、私たちの身体の調子を整えてくれますが、

その働きの一つに、免疫細胞の活性化があります。

発酵食品には、この善玉菌が豊富に含まれるので、食べることで、直接摂取することができま

効果的な食べ方 ってあるの？

発酵食品は、プロバイオティクスとプレバイオティクスを合わせて食べると効果的である、と言われてい

ます。プロバイオティクスとは、腸内フローラのバランスを改善して、体調節を行っている生きた菌（ビフィズス菌・乳酸菌・酪酸菌など）のことを言います。

プレバイオティクスとは、腸内善玉菌の増殖を促す働きのある食物繊維やオリゴ糖を含んだ食品のことを言います。

プロバイオティクスの餌となるプレバイオティクスがあると、プロバイオティクスが活性化して、効果アップが期待できるのです。

ヨーグルト+蜂蜜

プロバイオティクスであるヨーグルトと、プレバイオティクスである蜂蜜の組み合わせ。ヨーグルトに含まれている乳酸菌と蜂蜜に含まれているオリゴ糖で、効果アップが期待できます。朝のひと品に加えてみてはいかがでしょう。

ヨーグルト+バナナ

プロバイオティクスであるヨーグルトと、プレバイオティクスであるバナナの組み合わせ。どちらもダイエット食品として有名ですね。ヨーグルトに含まれている乳酸菌と、バナナに含まれている食物繊維で相乗効果が期待できます。

味噌+キャベツ

プロバイオティクスである味噌と、プレバイオティクスであるキャベツの組み合わせ。

味噌は大豆発酵食品で、キャベツは食物繊維が豊富。居酒屋などでも食べられるので、オススメです。

醤油+みりん+ごぼう (きんぴらごぼう)

大豆発酵食品のプロバイオティクスである醤油・みりん、食物繊維たっぷりのプレバイオティクスであるごぼうの組み合わせ。

和食であれば、醤油・みりんは調味料としてよく使うので、ごぼうだけでなく、人参・レンコン・玉ねぎなど食物繊維が多い食材を使用するのがオススメです。

チーズ(フォンデュ) +ジャガイモ

チーズフォンデュで食べる組み合わせ。プロバイオティクスであるチーズと、プレバイオティクスであるジャガイモ。ほかに、チーズフォンデュに合うプレバイオティクスは、アスパラ・キャベツ・きのこ類などがあるので、一緒に食べると良いでしょう。

(出典：光英科学研究所「バイオジェニックスとは何か？」)

新型コロナウイルス感染症に負けない体作りは、食生活からです。

意識的に発酵食品を摂る食生活を心掛けましょう！

事業者の
みなさまへ

令和5年10月1日から

消費税の仕入税額控除の方式として

「適格請求書等保存方式」

(いわゆるインボイス制度)が導入されます。

インボイスを交付する事業者となるには
事前に登録申請が必要です!

【登録申請受付開始:令和3年10月1日~】



登録申請は、e-Taxをご利用いただくと
手続きがスムーズです。

※インボイスとは、登録番号のほか、一定の事項が記載された
請求書や納品書その他これらに類するものをいいます。

インボイス制度について

専用ダイヤル

【フリーダイヤル】 0120-205-553

【受付時間】 9:00~17:00(土日祝除く)

詳しくお知りになりたい方は

国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)の
「インボイス制度特設サイト」をご覧ください。

特設サイトへ

