公益社团法人気仙沼法人会

送人 ニュースリナセ人にま、No.159 2021.7.31



道の駅 大谷海岸

令和 3 年度定時総会開催	2
令和 3 年度事業計画・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	3
令和 2 年度正味財産増減計算書【決算】	4
令和 3 年度正味財産増減計算書【予算】	5
コロナ禍の今こそ発酵食品で免疫力 UP! (6
世代別コミュニケーション激変時代	3
令和 2 年度社会貢献大賞表彰	0
法人会セミナー案内	1
暑中見舞い	2



き、 ど、 開 る。 れ 活 口 市

の気署やホ月出仙長来テ三 出席のもと開催された 仙 沼県税事務所鈴木統括 日 和 観洋に の気仙沼税務署中野 気仙沼市菅原市長、 年 サンマリン気仙 もと開催された。 度 おい 定時総会が六 て、 会員 沼

昨 迎えたはずだったが、 年 界中が混る は延 は ナウイルス感染拡大 年として希望を持 東京オリンピック **期され** ワクチンの接種 て いる 今年開 加 オリン 3 催 新 れ 0 T

活 13 る。 ナ禍による影響に苦慮さ ているところ、 0 心から御礼を申 にご支援ご協力を頂 会員 停 と混 の皆 様 乱 には、 を し上 当 会 0 コ 7

あっ まで 年 -余りが経過した。 たと推 0 厳し がする。 日 \$ これ K 0

ネ」もはじまった。 朝 気仙沼を舞台にしたN 13 これを機に復興 通 ると感じられる。 0 復興は確実に前 や、 内では、 ドラマ 大谷道 「おかえ 湾岸横 の駅開 が そして 加 進 ŋ して 業な 速 Η 橋 モ K さ

政サインない。 軟でき り、が、 をふまえ、 状況下であ れることを期 、期待する。 先行き不透明な厳 今回 ドに 国をはじめとする行 のコロナ問題によ 今まで以-ることに変 P 対 しては、 か 待して な 対 応を強く、実情 わり しい いる

支予算

の三

項

目

を

報

告

L

度事業計画

は、 法人 月 から T 会の 染予防に配 0 セ ミナー 13 0 につい 慮し開 0 V Vi て、

13 2 T いきた 0 挨 火拶があ 況 を見

で を期待、 る 道 令 いて表彰式を行 する目的

などが述べ で感謝 各 者からはそれ この後議事に入り、 1 団体 ・ジに掲げ の言 べら 0 載) 葉と今後 活 ぞれスピー れ 動 た。 紹 介 の抱 1 は 令 +

の件 た。 案審 令 案審 和 が 議 説明 に移 議 年度収支決算承 では、 った。 0 通 n 可 決され 号議 認 案

三十名、監事三件う役員改選の れ 理 事 0 による互 一名が選 件では 期 満 選 出 理 了 事 12 0 3

力をお願 った。 ながら、 なるご 進 8 れ 副 選

状と金一社会貢献 方々への支援と更なる活域の活性化に貢献してい 会貢献大賞」の表彰 なボランティア活動 続 和二年度(第十八 受賞団 封が贈られ、受賞 体には表彰 で行って している P 回 負 チ を V 躍 地 地

I 尚 場 本

センター 石● 菅 野秀寿 Ш 副 雅治 会長 (有) (株) 石川 菅 野 電気商会 ビジネ ż

和二度事業報告②令和三年 ③令和三年度収 阿島熊部山谷 智 淳 範 (株) (有) (株) 阿部 大 7 部領ヤ 組光 7

議 ト 山 阿本部 本 富 \pm 事 男 (有) Ш 本セ メン

加藤正 禎 理

仙沼

商

T.

会

議

本寛氏が新会長に、 石 臼 尾 浅 ● 川井形倉理 美 人 優 理 (有) (株) (株) (株) 石臼丸 真 JII 和 陸 倉 新 報 社

会長 任 3 同れ 専 務 理 事 が 2 n ぞ

妻

隆

男

(有)

吾

妻

七

4

会長と高橋和古力に対し中野 税 わ気 仙沼 総会後 たり当会の が手渡され 0) 啓発活 税務署長, 動 会 役員 た。 志理 署 ^ 場 の支援 から 長 12 から を務 事 お 永 感謝 年に • め

菅 生

潔博

株菅野

自

動

車

×

駒 橋 原

正

東

北

安田 沼

正 昭

樹 彦

気仙

商

会

男

店

山野

本良

小

度役員

村 葉

信

アー

バン

(株)

俊明

谷千足勝

利 倉

宗洋 宏

(株)足 (勝倉漁

利

本 業

店

ア

サヒ

冷熱

明

(株)

*

は

新

任

山藤

慎俊輔

侑丸喜商事 (株カネダイ) 年

会長 寛 (株) 尚 本 製 水冷凍

藤谷 伊山三星小佐 橋 藤 内浦 要一 廣 和 司 長功 渡 (有三浦) (有エース産業) 阿部藤 (丸伊 (有) 高 橋工 Ш 伊 内 板金工業 (金物店) 建屋 (株) *

監事

宫井和夫 熊谷英宣 シ 1 (株) (株) (株) 気仙 ホ 大 テ ル 沼 松 観 光 軒

永 年勤 続 理担 功 当者 表

津 か 川わ 建 む 設 5 (株) 山石 内 森 世 称 利晴 子 美

志 (株)

業活 動基本方針

その実現を期する。 財)全国法人会総連合を 会並びに政党に対して公 通じて強力な要望を行い、 力を結集して政 担の合理化を図るため、 正 公平な税制と租税 政府・国

3 営の合理化を図るととも 税制度に寄与する。 な運営に協力し、 により、 税務当局との相互信頼 自計主義を徹底し、 税務行政の円滑 申告納

・労務に関する研究指 上を図るため経営・経 業の合理化、 な申告の指導に努める。 企業経営の健全を期し、 生産性の (1)

務研修会

目的とする事業

するため誠実な記帳と適

税 知識

の普及を

自主申告体制を確立

(公財)全国法人会総連 東北六県法人会連合

3

実施する。 と連絡協 0 目的達成に必要な事業を 合会および関係友誼団 本会の公益法人として 調 を図るととも

1

事

興に向けての支援事 提供を実施する。 会員企業、 地域 経済 情 復

活動内容

事 る調査研究・ 財政及び税制・税務に関す 1 業 納税道義の高揚並びに (公1) 税知識の普及と納税意 提言に関する

③新設法人説明会・ ②税や財政講演会 明会 申告説明 会・ 消費税説

4 参考本、 付 (自主点検チェック テキストの配 公2

体 シート 0 普 及、 推

進

(2) ①広報誌の発行 納 税意識 目的とする事 の高 揚 を 業

②ホームページによる 税情 報の広 報

③租税教

(5) ④税の絵はがき募集 「税を考える週間

e Taxの 広報及び協賛事 業

利活用 0 促 進

6

査研究並びに提言に関する (3)税制及び税務に関する調 事 業

④全国青年の集い 3 ②税制改正要望書の ⑤全国女性フォー ①税制アンケートの 税制改正要望大会 関係機関への ラム 提 実 出 施

経営と発展に資する事 地域中小企業の健全な 業

役員

合同会議

(1) 1 地 経営セミナー 域企業の健 全

3 2 経済セミナー

6 講 演会

3 る事業(公3) に貢献することを目的とす 地

(1) 3 ②学校関係、 地 1 社会貢献大賞表彰 講演会の開 域 施設等への物品寄贈 社会貢献 目的とする事 催

関する事業 営支援事業及び入会促進に びに交流に関する事業、 4 会員相互の情報交換並 (他1)

②支部による会員勧 強運 動 0 充 実 得 (5)会員

(1)

会員

増

発展に資する事 域活性化·先進 研究等セミナー な 事 業 例

⑤教養講話 ④社員実務セミナー 財務・会計セミナ 1

(3)

域社会の健全な発展

公共·福祉 業 5 3

貸

(4) ②支部研修会 支部、 部会研修会

年記念事業の開催 ·志津川支部四

会員 ③役員合同会議交流会 ②総会交流会 ⑥支部交流会 ⑤部会視察研修 ④部会移動研修会 新年会員交流 交流に資する事 会 会

会員 経営者大型保障制度の 福利厚生等に 関する事業 普及推 進

②ビジネスガードの 倒 ん保険制 保証制 度の 度 0 普及推 普及推進 普及推進 進

が

③唐桑支部三〇周年 P E 部会の T 検診の普及推 充 ○周歌 進

特別融 資 制

令和2年度正味財産増減計算書【決算】

令和2年4月1日から令和3年3月31日まで

	7 700	サカーログウ		
科目	当年度	前年度	増 減	適用
1.経常増減の部				
①基本財産運用益	802	800	2	基本財産利息収入
②特定資産運用益	613	606	7	周年記念事業積立資産利息収入
③受取会費	8,430,170	8,510,000	△79,830	令和2年度会費
④事業収益	265,902	620,871	△354,969	研修会受講料、青年部会女性部会事業参加費等
⑤受取助成金等	6,716,200	6,615,900	100,300	AND SOCIETY OF THE STATE OF THE
				全法連・県連助成金
⑥受取負担金	498,000	1,260,000	△762,000	青年部会女性部会会費等
⑦受取寄付金	50,000	47,000	3,000	岳南法人会義援金
⑧雑収入	160,086	510,481	△350,395	広報広告掲載料等
経常収益計	16,121,773	17,565,658	△1,443,885	
①事業費	9,951,569	15,047,014	△5,095,445	
役員報酬	0	0	0	宮城県連委員会等出席日当
給料手当	4,221,420	4,849,600	△628,180	職員給与·手当
退職給付費用	365,700	336,000	29,700	特退金掛金
福利厚生費	714,746	927,928	Δ213,182	職員福利厚生費・労働保険料・障害保険料
旅費交通費	111,250	340,010	△228,760	セミナー講師旅費等
通信運搬費	450,993 773,232	674,386 638,788	△223,393	研修会案内発送費・電話使用料 研修会テキスト印刷
印刷製本費 会議費	39,090	18,000	134,444 21,090	研修会ナキスト 印刷 委員会開催費
広報制作費	289,800	337,335	△47,535	安貝云所惟貞 広報誌制作費(構成割合)
会場費	250,852	421,640	△170,788	研修会、周年事業開催会場代
諸謝金	712,492	1,915,859	△1,203,367	研修会・講演会講師謝金
広告宣伝費	207,130	318,608	Δ111,478	研修会案内広告掲載料
会員交流費	436,629	2,636,979	△2,200,350	総会懇親会・賀詞交歓会等
支払負担金	0	88,000	△88,000	全法連全国大会登録料·部会全国大会登録料·他負担金
支払寄付金	411,854	372,500	39,354	社会貢献事業寄贈品購入費、イベント協賛
表彰費	425,446	512,218	△86,772	社会貢献事業表彰賞金
消耗什器備品費	17,112	5,280	11,832	ファックス機器代
消耗品費	7,149	31,565	△24,416	事務用品
賃借料	500,940	575,520	△74,580	事務所賃借料
燃料費	2,287	5,784	△3,497	車両ガソリン代
雜費	13,447	41,014	△27,567	諸維費
②管理費	4,356,954	3,936,297	420,657	
役員報酬	21,600	50,400	△28,800	宮城県連委員会等出席日当
給料手当	1,896,580	1,212,400	684,180	職員給与・手当
退職給付費用	164,300	84,000 231,982	80,300	特退金掛金 職員福利厚生費·労働保険料·傷害保険料
福利厚生費 旅費交通費	321,118 36,340	186,640	89,136 △150,300	職員惟利厚生質·方側床陝科·播音床陝科 役職員旅費·部会旅費
通信運搬費	323,907	296,040	27,867	会議案内発送費・電話使用料
印刷製本費	134,221	126,777	7,444	総会·理事会·支部·部会会議資料印刷製本費
会議費	240,930	531,600	△290,670	役員会開催費
広報制作費	130,200	84,332	45,868	広報誌制作費(構成割合)
諸会費	335,900	349,400	△13,500	県連会費・県青連会費・県女連会費・各団体会費
支払負担金	1,000	101,000	Δ100,000	県連総会·6県運営協議会·諸団体行事参加負担金
支払委託費	255,000	252,000	3,000	各支部事務委託費
租税公課	100,600	90,500	10,100	法人税、市県民税等
新聞図書費	19,800	19,800	0	新聞購読料
慶弔費	57,086	90,034	△32,948	慶弔費用
消耗什器備品費	7,688	1,320	6,368	ファックス機器代
消耗品費	3,211	4,986	Δ1,775	事務用品
賃借料 燃料費	225,060 1,028	143,880	81,180	事務所賃借料
	81,385	77,760	△418 3,625	車両ガソリン代 本部・支部・部会の諸雑費
経常費用計				でか、人か、かない前相其
	14,308,523	18,983,311	△4,674,788	
当期経常増減額	1,813,250	△1,417,653		
2.経常外増減の部				The last of the last last last last last last last last
	000.000	100,000		****
(1)経常外収益	200,000	100,000		青年部会・女性部会周年行事積立
4 - 1 4 - 114				事在如本 大桥如本国在与市场大士以入
(2)経常外費用	200,000	100,000		青年部会·女性部会周年行事積立支出分
	200,000			育牛即云•女性即去尚牛行争慎立文四分
当期経常外増減額	200,000	0		育平即去,女任即去周平行争模立文山方
	200,000			有平即宏·女性即宏周平行争模立文 面对
当期経常外増減額	200,000	0		有平即宏·女性即宏周平行争模立文 面对
当期経常外増減額 当期一般正味財産増減額 一般正味財産期首残高	200,000 0 1,813,250 20,034,672	0 △1,417,653 21,452,325	4 1 4	有平即宏·女性即宏周平行争模立文 面对
当期経常外増減額 当期一般正味財産増減額	200,000 0 1,813,250	0 △1,417,653		育平即宏·女性即宏周平行奉模立文印为

5

令和3年度正味財産増減計算書【予算】

令和3年4月1日から令和4年3月31日まで

科目 <i>1.経常増減の部</i> ①基本財産運用益	当年度	前年度	増 減	
			-11 "/"	適用
D基本財 座 連用益	000	000	-	* 101471612
②杜卢洛在堡田 井	800	800	0	基本財産利息収入
②特定資産運用益	700	700	0	本部部会周年記念事業積立資産利息収入
③受取会費	8,195,000	8,410,000	△215,000	令和3年度会費
④事業収益	350,000	500,000	△150,000	研修会受講料、青年部会女性部会事業参加費
5)受取助成金等	5,674,400	6,415,200	△740,800	全法連·県連助成金
⑥受取負担金	1,189,000	1,201,000	△12,000	総会·新年会参加会費、青年部会女性部会会費等
⑦受取寄付金	0	0	0	
⑧雑収入	750,100	750,100	0	総会新年会来賓祝儀、広報広告掲載料等
経常収益計	16,160,000	17,277,800	△1,117,800	
①事業費	14,539,200	14,896,400	△357,200	
役員報酬	9,600	0	9,600	宮城県連委員会等出席日当
給料手当	4,944,000	4,896,000	48,000	職員給与·手当
退職給付費用	624,000	432,000	192,000	特退金掛金
福利厚生費	971,200	770,000	201,200	職員福利厚生費·労働保険料·障害保険料
旅費交通費	271,000	340,000	△69,000	講師旅費・役職員旅費・部会旅費
通信運搬費	520,000	520,000	0	研修会案内発送費・電話FAXインターネット使用料
印刷製本費	370,000	500,000 88,000	Δ130,000 Δ28,000	研修会テキスト印刷
会議費 広報制作費	60,000 340,000	340,000	228,000	委員会開催費 広報誌制作費(構成割合)
会場費	405,000	520,000	Δ115,000	が 研修会等会場代
諸謝金	2,310,000	2,420,000	Δ110,000	研修会·講演会講師謝金
広告宣伝費	290,000	300,000	△10,000	研修会案内広告掲載料
会員交流費	1,770,000	2,000,000	Δ230,000	会員交流会費用(総会・新春交流会含む)
支払負担金	100,000	100,000	0	全法連全国大会登録料・部会全国大会登録料・他負担金
支払寄付金	380,000	480,000	Δ100,000	各支部社会貢献事業寄贈品購入費、イベント協賛
表彰費	520,000	500,000	20,000	社会貢献事業表彰賞金·永年勤続功労経理担当者表彰
消耗什器備品費	20,000	20,000	0	消耗什器備品購入費
消耗品費	20,000	20,000	0	事務用品
賃借料	580,800	580,800	0	事務所賃借料
燃料費	9,600	9,600	0	車両ガソリン代
雑費	24,000		△36,000	諸雑費
②管理費	3,663,400	3,560,600	102,800	
役員報酬	40,000 1,236,000	40,000 1,224,000	12,000	県連会議等日当
給料手当 退職給付費用	156,000	108,000	48,000	職員給与・手当特退金掛金
福利厚生費	242,800	200,000	42,800	職員福利厚生費・労働保険料・傷害保険料
旅費交通費	160,000	160,000	0	役職員旅費·部会旅費
通信運搬費	300,000	300,000	0	会議案内発送費・電話FAXインターネット使用料
印刷製本費	105,000	105,000	0	総会·理事会·支部·部会会議資料印刷製本費
会議費	240,000	240,000	0	会議開催費
広報制作費	85,000	85,000	0	広報誌制作費(構成割合)
諸会費	349,000	349,000	0	県連会費・県青連会費・県女連会費・各団体会費
支払負担金	80,000	80,000	0	県連総会·6県運営協議会·諸団体行事参加負担金
支払委託費	252,000	252,000	0	各支部事務委託費
租税公課 新聞図書費	100,000	100,000	0	法人税、市県民税等 新聞購読料
新聞凶善賞 慶弔費	80,000	80,000	0	新 的 病說符 慶 用費用
	5,000	5,000	0	漢中貨用 消耗什器備品購入費
消耗品費	5,000	5,000	0	事務用品
賃借料	145,200	145,200	0	事務所賃借料
燃料費	2,400	2,400	0	車両ガソリン代
雑費	60,000	60,000	0	諸雑費
経常費用計	18,202,600	18,457,000	△254,400	
		0 W 00 2400 240		
当期経常増減額	△ 2,042,600	Δ1,179,200		
0 47 AL HI 145 7 10 40				
2.経常外増減の部		100,000		青年部会·女性部会周年行事積立
70 70 000 000 00 00 100	200 000 1	100,000		F F HP A 《 L HP A/例 T 1 / T IR A
(1)経常外収益	200,000	400.000		
70 70 000 000 00 00 100	200,000	100,000		青年部会·女性部会周年行事積立支出分
(1)経常外収益		100,000		青年部会・女性部会周年行事積立支出分



いる状態です。 の拡大は、未だに続 新型コロナウイルス感染 いて

に起こっています。 化"が例年よりも多くの それによって、 普段と異なる環境で仕事 "環境 変

や勉強を行ううえ、 をして憂鬱になる人も多く、 れる悲惨な報道に感情移入 コロナ鬱」 ともいわれて 日々流

なのでしょうか? 身を養うために、 そんな外敵に負けない 何が必要 心

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

林弘幸先生は、 順天堂大学医学部

教授の

等で、 を積み重ねる "発症しない することもできませんが、 えて健康でいること。 テムが正しく作動するよう ための対策』は、 イルス薬やワクチンの開発 寧な暮らしで日々の健康 り上げた鉄 しています。 先ずは毎日の生活を整 個人の力だけではどう 何より有効です」 壁の免 誰にも平 元疫シス 抗ウ Ł

型コロナウイルスは、

という点で注目されている ことで、 が、ビタミンDです。 そこで、 予防効果が期待で 免疫力を高める

しています。

光浴習慣も大切です。

鬱やがんの発症にも関

係

腸内環境」

1律神経」

紫外線により、

皮膚で作

効率よくアプロー

チする

出される栄養素でもあ

冬なら30分程度

0

日 3

多いことが、 いう報告も。日本人の7~ 入院リスクが2倍になると クで1.5倍、 ンD不足の場合、 かになっています。 者にビタミンD不足の人が 極的に摂るべき栄養素と れていますから、 割がビタミンD不足とい 新型コロナの重症化患 統計学上明ら 軽症以上の 小林先生は 感染リス 今こそ ビタミ

いえます」と、 調します。

大注目!動物性新型コロナウイ のル ス対策 「ビタミンD

めるといわれるのがビタミン を高める作用や、 化しウイルスへの抵抗力を強 吸器疾患に対して免疫力 型コロナウイルスへの いま脚光を浴びてい 免疫力を強

にはほとんど含まれません。 に多く含まれ、 0 る栄養素です。 介類、 きのこ、 いわしやサー 牛乳、 野菜や肉類 モンなどの 海藻など 椎茸など

> さないことが大切とされて 疾患リスクを高めることが あっても、 研究が進み、軽度の不足で きたビタミンですが、 「かつては、 欠乏を起こ 近年

分かってきました。 多くの日本人がビタミ ンロ不足傾向なのは 骨以外に様々な

食品で ビタミンDを豊富に含む食品

栄養素です な量を摂れる食品は キノコにも含まれ 少な

に付けています。 とで体内のコレステロール 魚ほど量は摂れませ であるため、ヒトは紫外線 身で働く非常に重要な成分 (7ーデヒドロコレステロ (UV) を皮膚に浴びるこ ル)から合成する力を身 方、 ビタミンDは、 ます が

不足が深刻化しています。 しかし、ビタミンD源と 日本でもビタミン b,

ことで、 D を徹底する習慣が浸透した 焼けを防ぐためにUVケア なる魚の摂取量が減

- ≪摂取目安量は8.5μg(マイクログラム) / 日以上

キノヨ類

魚 類

サケやイワシなどの魚に多

ビタミン

Dは、

く含まれますが、

他に十分

・サケ1切れ (80g) 25.6 μ g ・イワシ丸干し1尾 (30g) 15.0 μ g ・サンマ1尾 (正味 100g) 15.7 μ g ・カレイ 小1尾 (正味 100g) 13.0 μ g ・ブリ1切れ (80g) 6.4 μ g ・しらす干し大さじ2杯 (10g) 6.1 μ g ・干しシイタケ 2 個 (6 g) 0.8 μg ・きくらげ乾燥 2 枚 (2 g) 1.7 μg 【データ:日本食品標準成分表 2015 年版 七訂より算出】

が起こります。

ど骨が弱くもろくなる病気

児)、骨軟化症

(成人)

な

な骨を維持します。 ウムの吸収を促して、

欠乏すると、くる病

小

ミンで、腸管からのカルシ

丈夫

に溶ける性質を持つ)

ビタ

タミンロ不足

日本人の約8

割

が

ビタミンDは、脂

溶性

脂

以腸 上の「発酵食品」 2 種 類

を占めるのが、 ですが、人により善玉菌の 食事で送り込むことが大切 菌をサポートする良い菌を 周知の事実です。 その腸内細菌のバランス 類はさまざま。 すでに定着している善玉 免疫力を支えているの 中の 免疫細 胞 7 割

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

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

私たちの身近に

私たちが普段から口にする たちの活動により、 これら発酵食品は、 会が多い発酵食品。 納豆、チーズなど 様々

> ができます。 によってでき上がります。 な原料が「発酵」すること ノ酸などを作ると、 んぱく質を分解して、 コウジカビが大豆のた 「大豆」であれ 「味噌」 アミ

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

も様々な種類があります。 イン、チーズ、ヨーグルト 日常の食卓でもよく見かけ 類があり、もちろん日本に る食材が多いです。 など、世界各地に多くの種 かつお節、醤油、 発酵食品には、パンやワ 漬物、 廿酒、 納豆と、 4

玉菌」に分けられます。 は大きく「善玉菌」と「悪 な菌がすんでいて、それら 調子を整えてくれますが、 私たちの腸内には、様 善玉菌は、私たちの身体

> ることができます。 食べることで、 が豊富に含まれるので、 の活性化があります。 発酵食品には、この善玉 直接摂取す

効果的な食べ方 てあるの?

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

きのある食物繊維やオリゴ ス菌・乳酸菌・酪酸菌など) ている生きた菌(ビフィズ 改善して、体調調節を行っ 腸内フローラのバランスを のことを言います。 プロバイオティクスとは、 プレバイオティクスとは、 内善玉菌の増殖を促す働

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

その働きの一つに、 プロバイオティクスで

ます。

糖を含んだ食品のことを言

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

ヨーグルト+バナナ

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

味噌+キャベツ

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

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

醤油+みりん+ごぼう (きんぴらごぼう)

> りんと、食物繊維たつぷり るごぼうの組み合わせ。 オティクスである醤油・み プレバイオティクスであ 大豆発酵食品 のプロ

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

+ジャガイモ チーズ(フォンデュ)

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

生活からです。 症に負けない体作りは、 (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

食生活を心掛けましょう! 意識的に発酵食品を摂る

世 代間 0 コミュニケーションギャ ツ プ

2枚に渡り書かれた手紙に 字と拙い文面ながら、 若い営業社員の手書きの手 お礼状をいただきました。 かもしれませんが、 会社から 次に、この商品を購入す 心を動かされました。 ある営業会社 書けと言われた から、 拙

佐藤なな子

株式会社セールスリ 代表取締役

先日、 書の手紙は

る時に なんて、ウザくないですか の若者にしたところ わされたのです。 購入しよう。そんな風に思 ところが、その話を20代 は、 必ずこの会社 「手紙 6

というのです。 がこもってないですよね」 アリアリのものなんて、 なあ。それに書かされた感 ?」と一蹴。 よっと重いですよね。 「会社の商品買っただけ 手紙もらうなんて、 怖 心 5

でしょうか。 っても嬉しいものではない 代には、なじみ深く、 ョンツールだと、教わりま なビジネスコミュニケーシ 筆者は50代。 おそらく私以上の年 手紙は有効 もら

い」代物になるようです。 ジネスマナー研修を担当し しかし20代の感覚では、 ある中小企業でビ 「重くてウザ

りました。 ですか?」という質問があ って、マナー をかけてくるんです。 触れもなく、突然、 違反じゃない これ

のです。 様に、ダイレクトに電話す マナーではないか」という した上で、電話をするのが メールなどで、都合を確認 るのも抵抗がある。 詳しく話を聴くと「お客 最初、

だきたいのですが、都合の 上で、ショートメールやS ることが多くなってきまし い」というメッセージが入 良い時間をお聞かせくださ で「本日、お電話できる時 NS、ビジネスメールなど は、ございますか」「明 確かに最近は、ビジネス 電話を入れさせていた

間

突然かけるのが当たり前。 然かかってくる、 しかし20代の若者にとっ の世代では、 突然かかってくる電 あるいは 電話は突

うです。

そこで20代の営業社員か

「うちの部長は、

なんの

電話

サルタントなんだけど、ず 長は「紹介してくれたコン ないんだよ。手抜きだよな」 で、さっぱり訪問してくれ つとリモート面談ばつかり また、

サルタントは、 はないか、と言います。 2カ月に1回程度のペース 話は、直接伝えたい」と、 を見たいから」「大切なお 談もあるけれど「社長の顔 少しくらい顔を出すべきで 言も収まったのであれば、 を見てナンボ。緊急事態宣 実際に、別な50代のコ リモート面

話は不躾で暴力的に映るよ

当社 一顧客の 60

と、ご不満顔 足を運んでナンボ。 現場

で、必ず訪ねて来てく

の30代後半のコンサルタン そうな顔 だと喜んでいた」と、 いたところ「社長はご多忙 トにも事情を伝え、 当社で紹介した手 「資料もデータも、 リモート面談も効率的 話を聴 IJ 意外

困惑の様子。 足はないのではないか」と 場の様子も動画で送っても らってもいる。 し、社員の皆さんから、 ルタイムで共有できている 仕事には 現 不

ミュニケーションのギャッ いるようです。 プは、ここにきて激変して どうやら、 世代によるコ

2世代、 ミレニアル世代のコミュニケーション

i o n Z世代 代です。 00年代生まれの世代を 物心つく頃から複数のS 1 齢でいうと24歳以下の 9 90年代後半から2 Z)」といいます。 (Generat

ティブとも言われています。 NSが存在し、 たり前の世代。 いこなして、 ケーションをするの 複数のデジタル機器を使 オンタイム・コミュニ オンライン上 S NSネイ 当

ミュニティに移動する。 る友人をスマホのアプリで まずは街に出て、 な?」と確認して、 どのコミュニティにいるか コミュニティに行き、 友人とリアルに会うのも、 イにいる友人に「A君は、 にいれば話をする。 たく違っています。 まずは、SNSツー しくは、そのコミュニ 歳代の私とは、 絡を取るプ 近くにい 違うコ そ ル 口 0 ま セ

するし、 ない。 タイミングが合えば合流 合わなければ合流

している上司に、

能動

的

世代/ミレニアル世代(Ge の取り方です。 ようなコミュニケーショ その少し前の世代を まるでノマド (遊牧民)

の前世代を「X世代/団 ュニア(G 0 n X)」と言 e n e r 主 a

●SNSネイティブ

●プライバシー保護に敏感

●社会課題への意識が高い

●多様性を認める価値観

e r a t i o n

Z世代

1997 年以降生まれ (24歳以下)

●前向きに捉えられるが、安定志向では

●リアルとオンラインを行き来する購買 ●上司の指示は理解するが、従うかは自

●ブランドではなく、本質に価値を見出す

●オンタイムでのコミュニケーション

3世代が中心となって交 ビジネスの現場では、

> 錯して ミュニケーション いるの です 0 カン 課題 5 から コ

す。 多くなるのも、

うなずけま

ラットな目線」叩しかけやすい環 □環が境 ポイント

超えて、 といった固定概念を捨てき う意識を持っています。 らの指示には従うべきとい ラットな目線」です。 やすい環境づくり」と 立つのでしょう。 また「男性はこうあるべ では、 X世代は、会社や上司 ポイントは、 「部下はこうあるべき」 います。 円滑な会話が どうすれば世 「話し 代を 成り かけ か

ートは、 が絶対だという考え方は薄 提条件でした。 で力を発揮することが、 きました。 け 公教育の. 反 男女平等の 画 あ Y 中で って当たり前。 Z 世 「支援」 また、 意識が強 代 は、 Ŀ

フォローやサポ を受 前 司

したがって、 忙しそうに ながら、 報連相が大事」と言

指示命令を出 もしれません。 もしかして上司そのもの 「観のまま、Y・Z世代に また、X世代が昭 しても、 和的 か

代です。 環境を整えてもらった上 るのが当たり前で育って

Y世代 ミレニアル世代 1980~96年生まれ(25~40歳) ●デジタルネイティブ

- ●個人主義
- ●モノよりコト、知識より経験重視
- ●コミュニティに所属し、仲間意識が高い
- ●ブランドではなく、個性あるもの
- ●買い物はネットショップで、コスパ重視
- ●恋愛や結婚に執着していない ●終身雇用に執着していない

X世代

団塊ジュニア 1965~80年生まれ(41~56歳)

- ●競争意識が高い
- ●消費生活が当たり前
- ●ブランド重視 ●プライベート重視

そこがポイントになるの

ないでしょうか

- ●人とリアルに会うことが重要
- ●SNSなどの参加意欲がある

寄せて忙しく働いていると、 ネージャー 部下からすれば声をかけに てしまいます。 ハードルです。 ΰ かけることは、 課長が眉間にシワを 「報連相」 の場合が多 プレイング もためら 中小企業 か

けるかのように言われ

たり、

ただし、一方的に決

上から目線で言われたりす

持っています。

見に耳を傾ける力、

値

Y·Z世

代 は、

者

違うものを受容する力

囲気をつくっているのは、 く意思疎通は図 話しかけにくい雰 れ ませ

たり、

強制したりするので

「違う年齢・違う

上下関係だけで、

押し付け

ます。

だからこそ「フラッ 心を閉ざしてしま

トな目線」が大切なのです。

役職や肩書という単純

れています。 こそ、ギブできることがあ キャリア・ る」というスタンスが 一代により、 違う職種だから コミュ 望

ツー どう使いこなすの 価値観の溝を、どう埋めて、 変わってきています。 ョンに使うメインツー 大きく異なってきています。 ーションに求めるもの そして、コミュニケーシ れ ルを世代に合わせて、 からのビジネスは、 その

動

やイ

ント

開

催

を

人的

調達で続けてきた。

沿線自治体

進

活

動

を

令 和

年 度



大賞

社会貢献

陸

縦貫自動車道

れ動団城 を 1 車 ベント・ 中 的 心とし 岩手沿線の に気仙沼人力舎木遣会 | 車道早期実現を目指し 道 が 結 実 + 実現の会 東し 現 年十二月に、 0 建設業界など宮 て、 25 \$ スポ (気仙沼) が陸 組縦 0 ーツ・ 貫自 民間 た。 上

沼市内の国道などで機運を盛り 割は 実し、 成をみた。この 続けた。こうし 市 現を訴える看 同団体が果たしてきた役 民やドライ 大き 遂に三陸 板を設置 45号に バーにPR h たび た運 上 道 が県内完 げ、 の開 置早 期 L 気 を 通 て 仙

ボ ランティ 7 推 進 部 賞

深刻であったことから、 小 首 新型コロナ感染拡大によ 野寺紀子氏 都圏で医療資材 (気仙沼) 不足が

一人の開催され 援要請 各団 施設でのニーズは高く、 護服プロ 続支援に加えスポ 品· こ。未だ高齢者施設や介護がり全国的に活動してき び 用防護服を製 袋と養生テー 体や学校 にも ジェ るほ 対 クト」が立ち へ参加協力を 応 条作する「防-プで簡易医 して 完成品の ットの 発送等 く、継 Va る。 支

るさと活 性 化 部 門 賞

らくわ 夕市 唐

る取り て始まった。そので地域の産品の販 域 業者の交流の場を提供し地って唐桑地域の消費者と事 ら数えると三十年以上に亘 が設立された。 委員会」として中 の賑 年に 夕方に直 の農協に販売場所 前 域内の需要喚起に資 組みを行ってい わい創出を図って 「からくわ 一売を行 桑町 前 身時代 井公民 い、平 後、 売所とし 朝 夕市会」 を変 市 る。 唐 実 お か 成 更 桑 館 行 す

ス ボ 1 " 交流 部 門 賞

気仙 沼

協力 通 数な本吉地方のサーフスポ ること」を目 ットをライフセー 育成すること」「全国 サーフィンを通じて海 サーフィンクラブ(本吉) b して安全を守り啓発する 現 活動を行 への関心や健 在 の気仙 サー 地域 フィンを普 の活性 って 的 沼 市 いる。 長 ビングを 康 化·相 でも な体 杯 + 及 年 す 互. 有 を P

> 域貢献もの見守りる ティア うになっ なっ 動 住 るクリー コンテストを立ち上 あ フ 1 民も自 る本吉 や、 ンコンテ 小泉海岸の駐車場内 で クラブ 町長 活動を行う等 行 主 ン活動には、 7 35 的 0 いる。 П スト て 目 参 W で行ってい + る。 0 加するよ 1 0 ボラン 上げ、 開 フィ 前 地元 の場 催 身で 地内活 ٤

合同会社でんでんむ 域 1 ノベ ーション部門賞

を設立した。 住した代表の中村氏動をきっかけに東京 ロジェクト して耕作 会へ入社、二十 二十四年に 災後 成二十 カンパニー 放 のボランティア活 南三 を 棄 九年に 立地 元年に同法人でお上げ活動で再利用プロー七年に独立 陸 町 (歌 観光協 が平成 から移 津

1 染を T 新たな魅 地 埋もれてしまう いる。 再 づくり 利 染め 用 れてしまう耕 主に① L 力資源へと再生し 体 藍 た 染め 験 藍 亜草の栽 教 耕作放棄地 効活 製品の 室 0 作 用 開 培· 放 販 催 棄

> で 1]

文

化」と「地

7

ジュ 海

を堪能するこ

0

0

幸と山

の幸の

7

町に

新 地域」を

わ

を

n

出

②古 らせる 宿 泊 活 施 地 民 動 プロ 域 家を大規模改 の輪を広げ として生まれ変 0 3 方の交流場 I クトに 13 取 所 Ĭ. る。 組わ P

業振興部門賞

陸ワイナリ

られ、山の山 た人に が を立 陸 インを海 が海醸 醸造施設が完成予定であ 法人を設立、今年十月に 作ら 全 0 0 造される。 海 陸 隊 一体を体 恵み 収 1 Ш 上 が ワインプロ には海中熟成されられると同時に、 そこで育っ げ、 穫 面したワイナリー 頂にはブドウ畑が 成三十一年二月に 平 へ沈め 体 海中熟成されるワ を活かしたワイン 成二十九年に 町 ワイン造りを開 ٤ 験を通じて南三 感しても 南三 地域おこし協 たり、 ジェ 陸の たブドウ らうう。 クト ブド 訪 Ш る。 \mathbb{I} ٤ 作 で れ 百

営者自身 展に貢献 営お納極 L および会社の健全な発納税意識の向上と企業極的な自己啓発を支援 ののの 身 1= い献 提 るや幹部社員 「提供する為、 「提供する為、 税知識 します。 知識 セ 111 P 企

経営者を目 ており、仲間が多いほきな実りがあります。お知り合いの事業がおありでしたら、こがおありでしたら、こがおありでしたら、こがおありでしたら、こがおありでしたら、これがおありでしたら、これがおありでした。 大局のまた 役に立 おい つてい 会員 見地から税制改正に 常に企 く意見活動を続け 0 ま 声 業の立場 を集 いほど大 いな 業所 介結し、 方

企業を支える80万社の経営者ネットワーク る 法人会

未

の ャ

総務の基本と実務

忠 史 氏 (ダマスエージェント代表取締役) 講師:林

時:9月3日(金) \bigcirc

午後1時30分~4時30分

よき

〇会 場:サンマリン気仙沼ホテル観洋

(気仙沼市港町4-19 電話24-1200)

○受講料:会員無料(非会員2,000円)

※受講希望の方は事前に事務局までお申込みください

※必ずマスクを着用されてご参加ください

※状況により中止・延期となる場合がございます

《主な講座内容》

- 1. 総務の役割と仕事
- 2. 総務業務のサイクル
- 3. 総務業務のルール
- 4. 庶務業務のポイント
- 5. 総務とって必要な知識と心構え

主催: 公益社団法人 気仙沼法人会 《 電話・Fax 22-9107 》

法人ニュース広告募集

当会では年4回(5、7、10、1月)会報を発行し ております。

配布対象先は気仙沼・唐桑・本吉・歌津・志津川 に事業所のある会員と関連団体です。

広告の掲載をご希望の方は事務局までご連絡くだ さい。(22-9107)

名刺・伝票・ハガキ・ラベル・会報等々

― 最短納期でお応えします ―

目隠しシール「情報守くん」、省資源対策「往復封筒」等 自社開発商品もございます。

双葉印刷株式会社

〒988-0866 宮城県気仙沼市内松川41-1 TEL (0226) 25-8215 FAX25-8216 http://www.futaba-insatsu.co.jp 仙台港倉庫 テ九八八一〇二三六 本

岩沼市空港南

一丁目三一

住

所

電気仙沼

(0三六)二三—一六六四番市三日町三—二六六四番

デカハハー〇〇八五

代表取締役社長 代表取締役会長

野 野

秀

寿 勉

菅

社

仙台市宮城野区港四丁目五一二電 話 (0三六) 二五—九〇二〇番気仙沼市長磯二本松一八—二

代表取締役

臼

井

USUSHIN

臼

庫

会株 社式

菅野ビジネスセンター

倉庫業・運送業

本

社

TEL (OIII) 南三陸町歌津字港 | 七五一| 代表取締役

加

部

隆

代表取締役社長 代表取締役会長

][[][[

潤 壽

村村

会株 社式

匃

組

上げ 見舞 ŧ お 申 す

建設で創造する豊かな社会

株式会社か

Œ

五十音順

暑 中 お 見 申 舞 し上げます 41

ア 1 ン株式会社

会株社式

足 利

代表取締役 足 利 宗

電気 AX (0川六) 二五一三〇二一 仙 話 沼 市 港 五 0 番番

本 店

株式会社力 ネ 3 7

代表取締役 佐 藤 亮 輔

電話(〇二三六)二二十二四八〇番気仙沼市川口町一丁目一〇〇番地

有ケイフク保険企画 法人会厚生制度募集代理店

アフラック

FAX(0)=六)二四一四九五七5-972(0)=10)一八一五八〇二5仙沼市松崎柳沢二二八一二〇〇

電話 (〇川二) 二六二 - 五〇一〇 電話 (〇川三六) 二二 - 二六〇〇 ボルボート広瀬三〇六

FAX (OLLLY) LLLO七四九電話 (OLLLY) LLLO八四九気仙沼市東新城一丁目二一二

仙台支店

社

代表取締役社長 小 小 良 泉 組 進

AND TYPO

会株 社式

電気設備工事·消防施設工事·電気通信工事 ᄉ 技術・ 信用

表取締役 〒九八八-00六六 取締役 熊谷 光良 熊谷電気株式会社

DATOO

大同生命保険 仙台支社

石 巻市穀町三一一 石巻営業所 五 (株)

FAX(OIII五)九四一五三IO TEL(OIII) III—五五五 太陽生命石巻ビル5F

代表取締役社長 沼 倉 正 也

本社 FAX (O=-次) 四六 - 六六八五 TEL (O=-次) 四六 - 二二 - 五 宮城県本吉郡南三陸町志津川字小森七-三 〒九八六 - 〇七七四

気仙沼信用 金 庫

株式会社マルヤマ

理事長 菅 原 務

電話 (0三六) 二二一六八気仙沼市八日町二丁目四 (0三六) 二二一六八三〇番四市八日町二丁目四一一〇

岩手工場 〇〇一九二 (3) 二五二五番 宮城県気仙沼市唐桑町高石浜一二五番 宮城県気仙沼市唐桑町高石浜一二五

尤 陸 会社 印 三陸 株 式 社社

株

Ξ

代表取締役 浅 倉 眞 理

三陸印刷 三陸新報社 所 電 話 (〇二三六) ニニーハニロー 気仙沼市松崎柳沢ニニハー〇〇 在 電 話 (〇二三六) ニニー六七〇〇 三十六十〇〇 三十六十〇〇〇三六) ニニーハ三七二 九八八一〇一四

FAX (〇二二六)四六一六〇一二宮城県本吉郡南三陸町字沼田一五〇一一五 九八六一〇七二五

会有 社限 山 本 セ

Ш 本 富 士: 男

代表取締役

メン

F

電 話(〇二六)三二-二二七二気仙沼市唐桑町石浜二八五-六 FAX(〇三六)三二-二八九〇

表取締役 谷 智

熊 範

発行所 公益社団法人気仙沼法人会 気仙沼市八日町 2 丁目 1 - 11 気仙沼商工会議所四階(TEL·FAX 0226 - 22 - 9107) 公益社団法人気仙沼法人会事務局 印刷所 双葉印刷株式会社