



公益社団法人 宇都宮法人会



法人会は税のオピニオンリーダーとして
企業の発展を支援し、地域の振興に寄与し
国と社会の繁栄に貢献する経営者の団体である

■ CONTENTS

- 税に関する絵はがきコンクール 2
- 税の百人一首
- 社会貢献事業 3
- 税制改正のあらまし 4
- 企業紹介 6
- 新会員紹介 8
- 厚生委員会からのお知らせ 9
- 青年部会 10
- 女性部会 11
- 支部合同役員会・事業予定 12
- 税務署だより 13
- 税理士会 14
- 健康のお話 15
- 会員の声 16

表紙写真：フジ
写真提供：小杉 恵子（広報副委員長）
宮びとバックナンバー
<http://www.utsuhou.or.jp/miyabito/>



“税に関する絵はがきコンクール”表彰式



宇都宮市教育長賞
宇都宮市立国本西小学校 押田 花さん



栃木県宇都宮県税事務所長賞
宇都宮市立五代小学校 田部田 侑菜さん



宇都宮税務署長賞
宇都宮市立姿川第二小学校 湯澤 希妃さん



宇都宮法人会女性部会長賞
宇都宮市立玉木小学校 門馬 凜花さん



金賞
宇都宮市立峰小学校 前川 悠乃佳さん



宇都宮市立石井小学校
西村 よしのさん



宇都宮市立御幸が原小学校
神山 凜さん



宇都宮市立西原小学校
西田 望結さん



宇都宮市立五代小学校
今村 玲王さん



宇都宮市立五代小学校
阿久津 愛琉さん



宇都宮市立五代小学校
早川 玄太郎さん



宇都宮市立ゆいの杜小学校
渡部 凜奈さん



宇都宮市立明保小学校
松田 珠鈴さん



宇都宮市立横川東小学校
東 杏奈さん



(女性部会長 小杉恵子)

入賞者全員に賞状と絵はがきを切手にして贈呈しました。入賞作品は確定申告会場や宇都宮市役所、栃木銀行、足利銀行などで展示されます。

令和8年1月26日(月)、栃木県庁河内庁舎大会議室に於いて、表彰式を行いました。「税に関する絵はがきコンクール」は、租税教育活動の一環として全国法人会総連合女性部会連絡協議会が、国税庁の後援を受け全国規模で毎年実施しています。宇都宮法人会女性部会は、さらに宇都宮市教育委員会の後援を受け、小学六年生を対象に本年度も応募数24校187点から14点を選びました。表彰式には、宇都宮税務署能勢署長、宇都宮県税事務所天海所長、宇都宮市教育委員会小堀教育長、宇都宮法人会黒本会長ご臨席のもと5名の受賞者に賞状と記念品、ほか

主催：(公財)全国法人会総連合女性部会連絡協議会・(公社)宇都宮法人会女性部会／後援：国税庁・宇都宮市教育委員会

主催 税の百人一首実行委員会 税の百人一首優秀作品

入賞作品は宇都宮法人会のホームページに掲載しています。



〈小学生の部 優秀賞〉

宇都宮市立西原小学校 六年一組 田中 雅
税金はみんなで国を守るもの
大人の背中ばくも追います。

〈小学生の部 佳作〉

宇都宮市立泉が丘小学校 六年二組 大澤 良斗
ねえ先生修学旅行のおこづかい
税抜き八千円でいいですか？

〈中学生の部 優秀賞〉

宇都宮市立陽南中学校 三年二組 町田 桃寧
笑顔咲く国という樹の幹となれ
皆で納める未来への種

〈中学生の部 佳作〉

上三川町立明治中学校 二年二組 渡邊 玲央奈
今の世に出来るすべてを尽くしゆく
未来に負債を残さぬように

〈高校生の部 優秀賞〉

宇都宮短期大学附属高等学校 二年一組 岡野 なお
支え手の減りゆく社会を乗り越える
税で描くは希望の未来

〈高校生の部 佳作〉

栃木県立宇都宮東高等学校 一年二組 安田 夏葉
持つ人は持たざる人へ再分配
社会の優しさ累進課税

〈社会人の部 優秀賞〉

宇都宮市 松本 朝子
納税の正しき知識に守られて
百歳目指す春日の我は

〈社会人の部 佳作〉

宇都宮市 菊地 正幸
納税の義務をはたして酒を一献
国に貢献酒税納税

社会貢献活動委員会 [活動報告]

■寄贈日 令和8年2月4日(水)

下乗寺子屋
宇都宮市下乗町 2953-7



- ・オープンレンジ…1台

(福)すぎの芽会
サポートセンターとみや
宇都宮市徳次郎町 540



- ・作業用テーブル…2台
- ・CDラジカセ……1台

社会貢献活動委員会は、昨年10月22日に宇都宮カンツリークラブで開催した「チャリティゴルフ大会」の浄財を宇都宮市内の福祉施設及び子どもの居場所計5か所に対し、備品を寄贈した。

なお、寄贈先については、宇都宮市役所障がい福祉課と子ども政策課を通して、寄付希望施設を募り、応募のあった施設の中から、委員会で贈呈先を選定している。

福祉施設等へ備品寄贈

■寄贈日 令和8年2月5日(木)

みんなの居場所とも
宇都宮市鶴田町 590-5



- ・コンピューターミシン…1台
- ・フットコントローラー…1台

NPO 法人パンダのしっぽ
けんけんぱ
宇都宮市西の宮 1-16-12



- ・長靴…10足

(福)共生の丘
就労支援事業所 konomi
宇都宮市飯田町 261



- ・ポリラッパー…1台

開催日	実施小学校	支部名	講師
令和7年	5月21日	明治南小学校	上三川 佐藤 靖
	5月26日	東小学校	清住埜田 佐藤 靖
	〃	昭和小学校	細谷戸祭 佐藤 靖
	6月9日	城山西小学校	城山 佐藤 靖
	6月12日	上河内西小学校	上河内 手塚 克幸
	6月16日	中央小学校	馬場宮園 崎尾 肇
	6月17日	陽南小学校	陽南幕田 田中 孝幸
	〃	〃	〃 福田 一也
	6月24日	西原小学校	西原花房 佐藤 健成
	〃	瑞穂野北小学校	石井横田 辻 善文
	6月25日	平石中央小学校	御幸平出 関 喜一
	6月27日	海道小学校	マロニエ 名村 史絵
	〃	姿川中央小学校	さくら 金柿 説生
	6月30日	築瀬小学校	中央 小林 正明
7月1日	清原北小学校	清原 水沼 孝夫	
7月3日	新田小学校	雀宮 佐藤 義晴	
〃	〃	〃 小柳雄一郎	
〃	〃	〃 関口日出夫	
7月8日	清原南小学校	清原 宇都宮 綾	
7月10日	篠井小学校	北 桜井 啓二	
7月14日	豊郷北小学校	北 佐藤 靖	



開催日	実施小学校	支部名	講師
令和7年	7月16日	岡本小学校	河内 廣瀬 貴光
	〃	平石北小学校	御幸平出 関本 順一
	9月3日	今泉小学校	駅東 川人 健司
	〃	〃	〃 阿久津雄一
	9月4日	清原中央小学校	清原 水沼 孝夫
	9月25日	西小学校	西原花房 明賀 一博
	11月17日	城山東小学校	城山 恩田 澄江
	12月2日	錦小学校	マロニエ 田仲 重啓
	12月4日	城東小学校	駅東 鈴木 修司
	〃	〃	〃 阿久津雄一
	12月8日	緑が丘小学校	陽南幕田 田中 孝幸
	〃	〃	〃 福田 一也
12月18日	国本中央小学校	北 佐藤 靖	

教室 租税

令和7年度 租税教室開催

宇都宮税務署管内(宇都宮市・上三川町)の28小学校1151名の児童に対し、租税教室を実施し、支部役員・青年部会員に講師を務めていただきました。(計34コマ)

(敬称略)

- 勤労学生の合計所得金額要件が89万円以下(現行:85万円以下)に引き上げられます。

※ イ・ロとも、個人住民税で同様の措置が講じられます。

適用時期

①、②、④の改正については、令和8年分以後の所得税(令和9年度分以後の個人住民税)について適用されます。なお、令和8年分所得への適用は源泉徴収義務者等の事務負担に配慮し、年末調整から対応することとなります。③の改正については、令和9年分以後の所得税(令和10年度分以後の個人住民税)について適用されます。

2 NISAのつみたて投資枠の対象者の拡充

現行、18歳以上が対象のNISAのつみたて投資枠の対象年齢が0～17歳まで拡充されます。年間投資枠は18歳以上の最大120万円の半分の最大60万円とし、非課税保有限額額は600万円とされます。用途が子のためのものであり、子が払出しに同意したことを示す書面を提出するなど一定の要件のもと、12歳以降に払出しができることとされます。

適用時期

令和9年1月1日以後に開設したNISA口座から適用できます。

3 防衛特別所得税(仮称)の創設

復興特別所得税の税率(2.1%)を1%引き下げ、代わりに防衛力強化に係る財源確保のため、所得税額に対して税率1%の新たな付加税を課す防衛特別所得税(仮称)が創設されます。

適用時期

令和9年分以後の所得税等について適用されます。なお、復興特別所得税については、課税期間が10年間延長されます。

III 資産税関係

1 法人版事業承継税制における特例承継計画の提出期限

非上場株式等に係る相続税・贈与税の納税猶予(法人版事業承継税制)の特例制度について、適用期限の到来を見据え、早期に事業承継に取り組むことを促す観点から、特例承継計画の提出期限が令和9年9月30日(現行:令和8年3月31日)まで1年6か月間延長されます。

なお、個人の事業用資産に係る相続税・贈与税の納税猶予制度(個人版事業承継税制)についても、個人事業承継計画の提出期限が令和10年9月30日まで2年6か月間延長されます。

適用時期

特例承継計画の提出期限が令和9年9月30日まで、個人事業承継計画の提出期限が令和10年9月30日まで延長されます。

2 教育資金の一括贈与に係る贈与税の非課税措置の廃止

直系尊属から教育資金の一括贈与を受けた場合の贈与税の非課税措置(受贈者ごとに1,500万円)については、適用期限(令和8年3月31日)をもって廃止されます。

適用時期

令和8年3月31日で廃止されます。ただし、同日までに提出された金銭等については、引き続き適用されます。

IV 消費税関係

1 適格請求書等保存方式に係る経過措置の見直し

① 免税事業者からの課税仕入れに係る税額控除に関する経過措置の見直し

インボイス制度の影響を受ける小規模な国内事業者への配慮として更なる激変緩和を図る観点から、免税事業者からの課税仕入れに係る税額控除に関する経過措置について、以下の見直しを行った上で、適用期間が2年間延長されます。

イ 控除可能割合が各期間区分に応じ次の割合とされます。

	期間区分	控除可能割合
現行	R5.10.1～R8.9.30	80%
	R8.10.1～R11.9.30	50%
改正案	R8.10.1～R10.9.30	70%
	R10.10.1～R12.9.30	50%
	R12.10.1～R13.9.30	30%

ロ 一の免税事業者ごとの仕入れに係る年間適用上限額が1億円(現行:10億円)に引き下げられます。

② インボイス発行事業者となった小規模事業者に関する経過措置(2割特例)の見直し

免税事業者が課税事業者を選択した場合、納税額を売上税額の2割とすることができる経過措置(2割特例)について、免税事業者からインボイス発行事業者となった個人事業者は、従来の2割特例の対象となっている個人事業者も含め、令和9年及び令和10年に含まれる課税期間(免税事業者がインボイス発行事業者となったこと又は課税事業者選択届出書を提出したことで事業者免税点制度の適用を受けられない課税期間に限る)について、納税額を売上税額の3割とすることができるように見直されます(法人への適用はありません)。

なお、インボイス発行事業者が、上記の3割特例を適用する場合には、確定申告書にその旨を付記しなければなりません。

適用時期

①の改正については、令和8年10月1日から令和13年9月30日までの間に開始する課税期間に適用されます。②の改正については、令和9年及び令和10年に含まれる課税期間について適用されます。

V その他

1 固定資産税の免税点の見直し

物価上昇が継続していることを踏まえ、固定資産税について、家屋に係る免税点が30万円(現行:20万円)に、償却資産に係る免税点が180万円(現行:150万円)に引き上げられます。

適用時期

令和9年度以後の年度分の固定資産税に適用されます。

2 ふるさと納税の健全な運営に向けた見直し

ふるさと納税について、高所得者の特例控除額が所得に応じて上限なく増える仕組みを改め、定額上限193万円(給与収入1億円相当で到達)が設けられます。

適用時期

令和9年寄附分から適用されます。



宇都宮電設工業株式会社 【陽南幕田支部】

代表取締役／野 沢 太 陽

□住所：宇都宮市双葉1-11-5
 □TEL：028-645-0601 □FAX：028-645-0642
 □URL：http://www.udenko.com □事業種：電気設備業

宇都宮電設工業株式会社は、「社会性の高い事業」を強く認識し、設立以来、電気設備工事全般の設計・施工・メンテナンスに力を注ぎ、常に技術革新に挑み、社会への貢献の努力をしております。

皆様のおかげをもちまして、栃木県ならびに宇都宮市より電気設備入札業者ランクAの評価を戴きました。

今後ともお客様のニーズに応えた電気設備工事の提供を目指してまいります。一層のご支援、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



有限会社 三光陸運 【上河内支部】

代表取締役／三 國 肇

□住所：宇都宮市中里町1862-3 □TEL：028-674-4527
 □FAX：028-674-4656 □URL：https://sankou-rikuun.com
 □事業種：重機回送、一般貨物自動車運送業

有限会社三光陸運は2001年に創業し今年で25周年を迎える会社です。まだまだ若い会社ではありますが、先代たちが残してくれた技術や経験を引き継ぎ、たくさんのお客様からの信頼がある小さくとも強い会社です。その歴史を受け継ぎ、より強いものにしていきたいと考えております。

昨今の運送業界も労働時間、物価高騰、人材不足等で厳しい時代ですが、当社の「安心・安全・確実」の三つの光を第一に感謝の気持ちを忘れず、いつでもどんな時も頼りにされるような会社を目指し、地域社会にも貢献していけるよう歩んでまいります。

企 業 紹 介



株式会社 木村 【雀宮支部】

代表取締役社長／木 村 圭 一

□住所：宇都宮市南高砂町11-37 □TEL：028-653-1251
 □FAX：028-653-3883 □URL：https://kakimochi.co.jp
 □URL：https://kakimobeika.jp □事業種：米菓製造業

豊かな大地に恵みをいただき「木村のかきもち」は生まれました。厳選した大地の幸、山の幸、海の幸を使い伝統の製法を伝承し丹念におつくりいたしております。日々の生活の中に、「木村のかきもち」をご利用いただき「美味しい」と皆様に喜んでいただくことが私たちの幸せです。

また、2024年12月に新ブランド「カキモ米菓」を立ち上げました。木村の技術と伝統を受け継ぎ、厳選素材と丁寧な製法で仕上げた新ブランドです。特別な方への贈り物や自分へのご褒美として、上質な味わいと洗練されたパッケージで、心に残るひとときをお届けします。



株式会社 ダイショウ 【マロニエ支部】

代表取締役／大 関 国 明

□住所：宇都宮市岩曾町824-3 □TEL：028-662-6565
 □FAX：028-662-6547 □URL：https://www.daisyou.co.jp
 □事業種：各種ハウス・トイレ・事務用備品・その他の販売、リース、レンタル

当社は栃木県内を拠点とした、オフィス・建設現場・選挙事務所・イベント会場などで必要な商品のレンタルを中心としている会社です。事務用品、片袖机、イス、会議用テーブル、パーティション、書庫、カウンター、折りイス、ホワイトボード、建設現場用ハウス、簡易トイレ、貸事務所、テント、屋外用品、屋内用品、冷蔵庫、洗濯機、扇風機等様々な商品を豊富に取り揃えております。まずはお気軽にお問い合わせください。懇切丁寧に対応させていただきます。また、皆様のおかげで今年で創業50周年を迎えることができました。今後も快適な空間と利便性を心を込めてお届けしてまいります。



コマタ工業株式会社 【城山支部】

代表取締役社長／古 俣 慈 流

- 住所：宇都宮市宝木町2丁目2563-34
 □TEL：028-612-5982 □FAX：028-612-5298
 □URL：https://www.big-advance.site/s/143/1807
 □事業種：冷暖房・保温・保冷工事

弊社は主に工場の保温保冷・ラッキング工事を請け負っている会社です。自他共生の企業理念のもと適正価格を心掛け、元請け及び協力業者の利益を優先しております。県外の同業者とも繋がりがあるため、日程上難しい工事にも対応することができ、仕事の大小に関わらず常に責任をもって施工しております。今後も、省エネルギー、脱炭素及び2050年カーボンニュートラル達成のために保温保冷業務を通じて社会に貢献したいと思っております。



株式会社 MUGEN (Patisserie Infini) 【馬場宮園支部】

代表取締役／久 保 真 也

- 住所：宇都宮市江野町7-7 石崎ビル1階
 □TEL：028-615-7331 □FAX：028-615-7332
 □URL：https://infini0704.base.shop
 □事業種：洋菓子・チョコレート・焼き菓子・カフェ小売業
 □営業時間：10:00~19:00 □定休日：水曜日

「心から感動するお菓子をあなたに」

オリオン通りに佇むパティスリー、ショコラトリーです。チョコレートには、世界最高峰のチョコレート「フェルクリン社」を使用。バターは、国内でも希少かつ高級バターで知られる「カルピスバター」を使用。全ての素材に妥協せずこだわり、厳選した材料と製法から生み出されるお菓子を提供しております。お祝いやプレゼントはもちろん、自分へのご褒美にもぜひ当店をご利用ください。

企 業 紹 介



株式会社 花亀 【駅東支部】

代表取締役／亀 井 光 一 郎

- 住所：宇都宮市築瀬1-14-8
 □TEL：028-636-4607 □FAX：028-666-5558
 □URL：https://www.hanakame.jp □事業種：生花卸販売

「花のある人生をあなたと一緒に！」

弊社は1975年ここ宇都宮の地に創業し、本年50周年を迎えることになりました。

‘花のあるライフスタイル’を提案する町の花屋として、地元の花々を中心に季節の花を揃えながら、花束やフラワーアレンジメント、誕生日から送別のお祝いまで、そして個人法人問わず開店祝いやお葬式の生花、胡蝶蘭等も対応します。お花のこと、贈り物のことでお困りごとがございましたら、お気軽にご相談くださいませ。花のある毎日を共に楽しむパートナーとして、皆様のご利用を心よりお待ちしております。



株式会社 匠家ホーム 【石井横田支部】

代表取締役／服 部 健

- 住所：宇都宮市屋板町405-21 □TEL：028-612-7460
 □FAX：028-612-7461 □URL：https://takumiyahome.net
 □事業種：建築業・住宅リフォーム業

株式会社匠家ホームは、一般住宅の改修から水回り、外構工事まで、住まいのあらゆる課題を解決するパートナーです。

近年、高齢化が進む中でリフォームの重要性は高まっています。こうした中、私たちは夏の猛暑による脱水症や冬のヒートショックといった住環境に潜むリスクを改善し、住む人の命と健康を守ることを使命としています。

「これからの暮らしを、より安心して快適に」という想いを胸に、今後は関東一円へと事業の拡大を図るとともに確かな技術と誠実なサポートで、一人ひとりのお客様に寄り添い、理想の住まいづくりに精進してまいります。

新会員紹介 (令和7年12月~令和8年2月入会)

所属支部	法人名	代表者	住所	T E L	業種名
細谷戸祭支部	(株)アップストリーム	岡 澤 宏	宇都宮市宝木町1-2584-14	028-305-1156	経営コンサルタント業
	エスプラン(株)	大 谷 昂	宇都宮市上戸祭町126-2 ボヌフィール101	028-341-2465	建築工事業
	Wellpa(株)	武 藤 貴 大	宇都宮市若草4-7-7	070-8533-0352	その他の療術業
	(株)VIVERE	高 原 周 平	宇都宮市宝木町2-2554-66	028-688-8157	その他の障害者福祉事業
	doos	長谷川 一 樹	宇都宮市若草3-3-21 ドルチェ若草201	080-1184-1621	美容業
マロニエ支部	オーガスト	藤 原 克 美	宇都宮市長岡町1259-71	090-6452-5630	燃料小売業
	(株)WATANABE	渡 辺 克 彰	宇都宮市今泉新町111-7	080-1369-8003	塗装工事業
	(株)nooB-R	山 口 登志邦	宇都宮市岩曾町18-5	090-1614-7998	自動車部分品・附属品小売業
	(株)岩曾家具センター (医)寿幸会 吉野医院 伊心地	市 川 哲 也 吉 野 良 寿 関 陸 雄	宇都宮市岩曾町164-1 宇都宮市大曾4-9-11 宇都宮市岩曾町1377-89 コーポシノザキ1号室	090-8330-3221 028-622-0041 028-666-0858	木製家具製造業 無床診療所 食堂、レストラン
御幸平出支部	(株)廣徳工業	廣 田 孝 昭	宇都宮市平出町802	028-689-9474	土木工事業
	(有)光城	大 関 賢 一	宇都宮市下平出町351-4	028-689-5888	一般電気工事業
	REACT(株)	中 村 克	宇都宮市陽東7-1-2 ロボティクス・工農技術研究所内	028-662-3332	ロボット製造業
	落 合 秀 司	同 左	宇都宮市陽東6-12-27	090-8316-0477	貸事務所業
	アトリエまぎばん	上 野 宏 之	宇都宮市平出町3661-8	028-612-4623	パン小売業
	Atelier de Météore	菊 池 侑 介	宇都宮市下平出町903-1	028-678-2678	菓子小売業
	駅 東 支 部	(株)ZADES	篠 原 孝 典	宇都宮市元今泉5-9-17	028-660-5533
(株)FOKUA		人 見 学	宇都宮市宮みらい2-21 センチュリー宇都宮式番館1905	070-4500-7100	専門サービス業
(株)ファーストコネクション		小 泉 太 暉	宇都宮市東峰1-8-10	090-9255-3508	家庭用電気機械器具卸売業
(株)リアンコーポレーション		小 川 博 司	宇都宮市東築瀬1-6-6	028-657-6730	建築工事業
(株)LumiNence		横 田 翼	宇都宮市峰1-15-6 渡辺ビル2階	080-2550-6060	フィットネスクラブ
(有)ベルウッド		鈴 木 宏 美	宇都宮市峰2-22-8	080-5452-7180	不動産管理業
積水ハウス(株) 北関東シャーマゾン営業所		豊 城 洋 輔	宇都宮市城東1-11-5	028-633-4111	建築工事業
鈴 木 宏 美		同 左	宇都宮市峰2-22-8	080-5452-7180	貸事務所業
ポノショップ		人 見 学	宇都宮市宮みらい2-21 センチュリー宇都宮式番館1905	070-4500-7100	木造建築工事業
石井横田支部		栃和工業(株)	石 川 和 美	宇都宮市下桑島町1200-83	028-678-8838
	栃木エステート(株)	市 川 勇	宇都宮市下栗町2301-7	028-656-8622	土地売買業
	(株)Dice	細 島 保 秀	宇都宮市西刑部町2409-1	028-656-5978	塗装工事業
	(株)OHEDO	平 山 将 直	宇都宮市西刑部町2741-3	028-657-5038	自動車小売業
	菊池運送(株)	菊 池 健 市	宇都宮市下栗町751-6-203	028-615-7675	一般貨物自動車運送業
	(株)T-tech	村 上 匠	宇都宮市上横田町1479-14	090-5520-7805	デザイン業
	南雲総業(株)	南 雲 裕	宇都宮市屋板町489-2	080-4388-0090	土木工事業
	(有)アドサム	川 原 勝三郎	宇都宮市上横田町183-2	028-688-1515	化粧品卸売業
	(有)トヨタらん園	豊 田 善 作	宇都宮市砂田町351-4	028-656-5700	野菜作農業
	櫻住建	高 橋 一 裕	宇都宮市川田町1227 セカンドフィールド102	070-8320-9893	建築リフォーム工事業
	飯 野 悟	同 左	宇都宮市上横田町499-2	028-653-7255	その他の不動産賃貸業
	川 島 貴 之	同 左	宇都宮市台新田町157-1	080-6656-1775	その他の不動産賃貸業
	陽南幕田支部	Nexus-H(株)	橋 本 充	真岡市熊倉2-8-4 グリーンヒル102	0285-81-3147
(株)サンライズ機工		大 圃 文 章	宇都宮市西川田本町2-14-5 202	028-612-2456	機械器具設置工事業
(株)SUN'S.LTD		亀 田 陽 平	宇都宮市西原町600-149	028-659-5833	一般土木建築工事業
(株)なごみサポート		白 川 和 也	宇都宮市春日町3-31	028-615-7315	サービス業
アライブアップ(株)		上 野 ゆみえ	宇都宮市兵庫塚2-21-17	028-653-7823	土地賃貸業
東京パワー不動産(株)		徳 永 英 樹	宇都宮市今宮4-18-33	028-307-0026	不動産代理業・仲介業
勝澤建設(株)		勝 澤 広 典	宇都宮市兵庫塚1-9-26	080-5171-3585	はつり・解体工事業
(株)淡島商店		淡 島 克 己	宇都宮市兵庫塚1-18-21 グリーンハイツ101号室	050-8888-4565	その他の障害者福祉事業
(株)あいうえお		庄 子 貴 之	宇都宮市西川田町990-13	080-9669-0069	広告業
(有)MEETカンパニー		渡 邊 和 子	宇都宮市今宮4-8-10	028-645-3318	美容業
(有)アイケートラベル		大 塚 栄	鹿沼市西沢町361-3	0289-77-3211	旅行業
ビジネスキャリア(協)		倉 持 勝 夫	宇都宮市江曾島町1306-19 マンションヴィガラス105号室	028-666-7992	事業協同組合
いろは接骨院		長 江 彩	宇都宮市西川田南1-8-5	090-8945-5748	あん摩マッサージ指圧師・はり師 きゅう師・柔道整復師の施術所
佐 藤 美 里		同 左	宇都宮市西川田町1021-35	080-3586-3130	貸事務所業
中 島 教		同 左	高崎市上並榎町946-5	027-365-4978	その他の小売業
菊 地 フ ク		同 左	宇都宮市西川田町1011	028-645-4986	その他の不動産賃貸業
阿部土地家屋調査士事務所		阿 部 昌 弘	宇都宮市西川田町964-15	090-4133-0577	土地家屋調査士事務所
HAIR SALON Daisy	伊 藤 順 隆	宇都宮市西川田5-11-8	090-1430-6676	美容業	
さくら支部	(株)Comfort-an	吉 田 亜 矢 子	宇都宮市砥上町329-25	028-666-8115	塗装工事業
	(株)マルボシ	新 海 穂 志 也	宇都宮市鶴田町2126-5	028-612-8460	調剤薬局
	(有)ヒカリ電業社	帆 苅 修 一	宇都宮市鶴田町2685-16	028-636-1710	一般電気工事業
	(有)丸方MARUHO	張 穎	宇都宮市桜2-1-26	028-616-8747	不動産代理業・仲介業
	美容室 エムセゾン	池 田 美 智 男	宇都宮市鶴田1-4-22	028-648-0010	美容業
嶋 田 慎 一	同 左	宇都宮市鶴田町3155-1	028-637-7711	貸事務所業	

所属支部	法人名	代表者	住所	T E L	業種名
西原花房支部	(株)ソエノ	添野博文	宇都宮市花房2-4-17	090-3133-6288	経営コンサルタント業
	(有)大源商事	大河原弘臣	宇都宮市不動前2-1-10	028-633-0130	土地賃貸業
	柴山博	同左	宇都宮市花房2-8-6	090-1546-9502	貸事務所業
清住埴田支部	(株)アソシエ	杉本由紀子	宇都宮市東埴田1-6-27	028-601-8150	訪問介護事業
	(株)MDK総研	川村元	宇都宮市今泉2-11-1	028-688-0261	不動産管理業
馬場宮園支部	(株)ドリームファクトリー	和久井尚樹	宇都宮市曲師町3-10 ラッキープラザ 4F	028-666-6710	食堂、レストラン
	(有)クリエー	渡邊智彦	宇都宮市曲師町4-1	028-633-0188	貸家業
	(株)LSスタイル	外口恭之	宇都宮市大通り2-1-4	028-666-6330	土地売買業
中央支部	(医)SDC	坂入道子	宇都宮市南大通り4-1-1	028-634-6618	歯科診療所
北支部	(株)ウェルフィン	松本文沙	宇都宮市新里町乙290	028-612-8794	その他の障害者福祉事業
	(株)フジタグリーンサービス	馬場義仁	宇都宮市野沢町489	028-665-2602	ビルメンテナンス業
	(株)SKH	福田隆治	宇都宮市徳次郎町3107	028-665-4234	造園工事業
	(株)BYB	鈴木孝孝	宇都宮市野沢町187-118	028-678-9536	建築工事業
	(株)defend	南部千実	宇都宮市横山2-12-10	028-666-6949	その他の建物サービス業
	雅設備工業	横松雅志	宇都宮市宝木本町1141-122	028-665-9722	一般管工事業
清原支部	(株)くい丸	君岡銀兵	宇都宮市ゆいの杜8-1-21	028-611-3444	金属製品製造業
	電流(株)	君岡誠治	宇都宮市ゆいの杜8-1-21	028-611-3242	金属用金型・同部分品・附属品製造業
	ソレイユ(同)	佐伯賢介	芳賀都市貝町赤羽3785-149	0285-68-5381	その他の障害者福祉事業
	宇都宮東部クリニック	鈴木武志	宇都宮市清原台5-17-7	028-667-8750	無床診療所
	ベルモック	鈴木裕一	芳賀郡芳賀町西水沼632-4	028-307-7766	持ち帰り飲食サービス業
	吉田郁夫	同左	宇都宮市上籠谷町4311	028-667-1348	燃料小売業
城山支部	(株)勝和	鈴木章由	宇都宮市飯田町259-146	028-648-7058	職別工事業
	(株)ケイアイエス	佐藤圭祐	宇都宮市駒生1-5-31	090-5529-1250	広告業
	(株)クイック	小杉智也	宇都宮市田野町302-2	090-5443-2497	建築設計業
	(株)amayaコーポレーション	天谷明弘	宇都宮市駒生町3360-34	090-4076-7089	不動産管理業
雀宮支部	川出塗装	川出裕亮	宇都宮市福岡町476-3	080-1270-0407	舗装工事業
	(株)小川建材	小川一之	宇都宮市下横田町717	028-654-1270	建築材料小売業
	(株)モンテベール	高橋尚弘	宇都宮市高砂町3-4	028-653-0111	土地賃貸業
	NAO社会保険労務士事務所	笠原奈緒	宇都宮市若松原2-11-25	090-6181-5632	社会保険労務士事務所
	Lani	後藤雄太	宇都宮市高砂町13-2	080-4118-2592	美容業
河内支部	タイヤワーク	伊藤公幸	宇都宮市若松原2-1-25	028-653-6300	自動車一般整備業
	(株)ティ・エス・ケイ	伊藤佳子	宇都宮市下田原町3439-17	028-672-3391	ビルメンテナンス業
	鮎沢設備工業(株)	鮎沢竜太郎	宇都宮市下岡本町1455-13	028-671-1144	一般管工事業
	(株)さくら塗装	笹沼亮太	宇都宮市白沢町2030-18	028-678-3468	塗装工事業
	(株)Shimmy's	清水昌夫	宇都宮市白沢町1541-8	090-5810-2363	一般土木建築工事業
	ワールドリング(協)	橋本正行	宇都宮市下岡本町4289 オータニテナント B棟 2階	028-666-7533	事業協同組合
	ケアタクシーゆースタイル	遠藤和則	宇都宮市中岡本町3713-180	080-1035-2700	一般乗用旅客自動車運送業
	セブンイレブン 下野白沢店	増淵良信	宇都宮市白沢町578-11	028-673-7449	コンビニエンスストア
	フラワーショップ鬼怒	小田林幸子	宇都宮市白沢町1006-13	028-673-1791	花・植木小売業
	インテリアおちあい	落合孝佳	宇都宮市中岡本町1363-3	090-8582-9956	内装工事業
上三川支部	(株)ラビット・テイル	荻津栄	河内郡上三川町下神主52	0285-37-8982	人形製造業
	(株)HANDY	貝賀俊一	河内郡上三川町上三川4886	0285-56-4106	エステティック業
	隼人テクノ(株)	宮下達矢	河内郡上三川町上三川5033-1	0285-38-6270	土工・コンクリート工事業
	鶴見敦子	同左	河内郡上三川町西蓼沼683-2	090-8644-0044	果樹作農業
	hair design works COQOO	武田和也	河内郡上三川町上三川3218	0285-39-6119	美容業
上河内支部	猪瀬佐奈枝	同左	河内郡上三川町上蒲生2008	0285-56-4867	その他の不動産賃貸業
	健美工業	村井健	宇都宮市中里町254-99	090-5203-3807	大工工事業

厚生委員会 からのお知らせ

厚生委員会は、「1社でも多くの会員企業を守りたい」という理念を掲げ、法人会福利厚生制度の利用促進に向けて、より多くの会員企業の皆さまへ制度の魅力と必要性をお伝えする活動を行っています。

法人会福利厚生制度担当者 (大同生命宇都宮支社)



〈石井横田支部担当〉
江面 歩

〈上河内支部担当〉
桑川 歩

〈陽南幕田支部担当〉
江連 舞鼓

〈西原花房支部担当〉
神山 佳小里

〈清原支部担当〉
宋 実那

青年部会

第8回税金ウルトラクイズ

税金ウルトラクイズですが、今年度も去る2月7日(土)に無事開催することができました。会場を昨年の「とちぎ健康の森の講堂」から「とちぎ福祉プラザ」に変えて市内の小学校5、6年生約80人が参加しました。

たくさんの方の保護者も見守る中、



メインイベントの「税金ウルトラクイズ」をスタートしましたが、児童の目は真剣そのもの。司会は昨年引き続きDJ Keiこと菊池元男さんが担当し、会場の空気を読み取りながら見事な進行を行ってくれました。問題の難易度も年々上がる中、会場のボルテージも徐々にヒートアップ。決勝に勝ち残った児童はとても緊張している様子で、昨年採用した『早押し4択形式』にて会場の緊張感も最高潮に高まった中で決勝戦が行われました。

年々児童のレベルが高まってきていることが感じ取られ、事前に



イータ君も参戦してのじゃんけん大会



税の知識について学習してくる児童が明らかに増えていると感じます。これは、高い税知識のさらなる普及と啓発の向上を発信する目的に大きく近づく事業になったと確信しております。

決勝戦の後には、今や恒例となった「じゃんけん大会」を開催しました。ウルトラクイズからの緊張から解放されたせいも、普段の小学生らしい姿に戻り、みんな自然体で楽しそうにしていたのが印象的でした。



局連青連協 合同勉強会



関東信越法人会連絡協議会 青年部会連絡協議会による勉強会を2月6日に栃木県総合文化センター「ギャラリー棟3F第2会議室」にて開催いたしました。

講師は、全法連青連協相談役の佐藤智樹氏をお招きし「健康経営の経緯と背景について」と題してご講演いただきました。その後には各県の「健康経営の取組と共有について」ということで各県代表による事例発表が行われ、健康経営についての理解を深めることができました。

講演会終了後は懇親会を開催し、局内の青連協役員との交流を図り、貴重な情報交換の機会にもなりました。

女性部会

新春税務研修会



阿部副署長

令和8年2月10日(火)ホテル丸治において、新春税務研修会を開催しました。会員16名が参加、宇都宮税務署からは、阿部副署長、水沼統括国税調査官、小田上席国税調査官にご出席を頂きました。

研修会では、宇都宮税務署阿部辰範副署長より、「知っておきたい税知識」と題して講演を頂きました。ミニクイズをまじえながら、私たちに身近な相続税・贈与税の概要や直近の税制改正について、わかりやすい解説でした。

相続税・贈与税では、「相続時精算課税」と「暦年課税」のそれぞれの特徴やメリット・デメリット、改正のポイントとして基礎控除や特例、加算対象期間の見直しにもなう考え方など、会員は熱心にメモを取り拝聴しました。

また、確定申告の際の医療費控除対象になる「セルフメディケーション税制」の税控除対象医薬品についても、実際の医薬品パッケージの表記や領収書の記載例などが説明されました。



(研修委員長 名村史絵)

研修後は、新年会を兼ねた昼食会で、会員同士の親睦をはかりました。新入会員も迎え、美味しいランチをいただきながら和やかなひとときとなりました。

フラワーアレンジメント研修会



講師の南木智子さん



令和7年12月17日(水)法人会会館にて、毎年恒例のフラワーアレンジメント研修会を開催しました。講師は昨年に引き続き、会員のあとりえドリームの南木智子さんにご指導いただき、年末から新年にかけて長く飾れる「スワッグ」を作成しました。

松の木をベースに、リースやドライフラワー・シルクフラワー・水



(研修委員長 名村史絵)

引などの材料を使い、飾る場所を思い浮かべアレンジしていきます。それぞれの素材をきれいにまとめるポイントを指導していただき、1時間ほどで完成しました。花材も価格が高騰している中、新春を彩る華やかで素敵な作品となりました。

警視庁交通管制センター 視察日帰り研修会



警視庁交通管制センター



令和8年3月5日(木)に日帰り視察研修会を実施しました。参加者12名。今回は、警視庁交通管制センターを見学。車両感知器や交通テレビなどから交通情報をリアルタイムで把握し信号機の調整など道路交通の円滑化と安全確保を担う施設です。施設内の床に信号機が置かれ、実際にいつも見ている信号機よりかなり大きくてビックリでした。

昼食は、東京プリンスホテル内和食処清水にて清水御膳を頂きました。

午後からの浜離宮恩賜庭園は、菜の花が満開でした。その後日本橋でお買い物等など一足早い春を満喫した東京日帰り研修会でした。

(部会長 小杉恵子)



浜離宮恩賜庭園



東京プリンスホテル内

支部合同役員会

昨年11月の理事会において、魅力向上プロジェクトチームから提言のあった事項について、組織の活性化、業務改革の取り

組みとして、これまで18支部が個々に開催していた役員会を6ブロックに分け、初めて合同で開催しました。
 合同で行うことによる課題を検証し、あらためて理事会で結果報告することとしています。



マロニエ・御幸平出・河内・上河内支部 [令和8年2月16日(月)]



陽南幕田・雀宮・上三川支部 [令和8年2月19日(木)]



細谷戸祭・北・城山支部 [令和8年2月20日(金)]



駅東・石井横田・清原支部 [令和8年2月26日(木)]



さくら・西原花房支部 [令和8年2月27日(金)]



清住埴田・馬場宮園・中央支部 [令和8年3月2日(月)]

2026年度 事業実施予定

※本部事業のみ掲載（開催月、内容は変更になることがあります）

開催月日	事業名	内容
4月15日	人材育成研修	新入社員・若手社員ビジネスマナー研修
4月16日	全法連女性部会	法人会全国女性フォーラム埼玉大会
5月12日	決算期別法人説明会	会社の決算、申告の留意点/改正税法、消費税、印紙税他 (宇都宮税務署法人課税部門担当官)
5月13日	フェスタmy宇都宮ブース出店	税の啓発、e-tax普及PR他
5月17日	労務管理研修	社会保険・労働保険の仕組みと実務対策
6月4日	新設法人説明会	会社の誕生と税金/改正税法、源泉所得税、印紙税他 (宇都宮税務署法人課税部門担当官)
6月11日	第15回通常総会	会場/宇都宮東武ホテルグランデ
6月11日	経理実務研修会	初級経理実務/一日でわかる経理の基本と実務
7月	労務管理セミナー	
7月	本部・支部・部会合同会議	
8月	決算期別法人説明会	会社の決算、申告の留意点/改正税法、消費税、印紙税他 (宇都宮税務署法人課税部門担当官)
9月	本部・支部・部会合同研修会	宇都宮税務署長講話
9月	時局講演会	講師未定
9月11日	局連青連協合同セミナー	会場/宇都宮東武ホテルグランデ
通年	インターネットセミナー	一般経営、法律、労務、人材育成、健康、政治経済、著名人他 セミナー数700講座以上

開催月日	事業名	内容
10月	新設法人説明会	会社の誕生と税金/改正税法、源泉所得税、印紙税他 (宇都宮税務署法人課税部門担当官)
10月8日	法人会全国大会	法人会全国大会茨城大会
10月	人材育成研修	仕事力がすぐに身につくセミナー/営業力パワーアップ研修
10月28日	チャリティゴルフ大会	
11月9日	国税局幹部講演会	関東信越国税局総務部長
11月	決算期別法人説明会	会社の決算、申告の留意点/改正税法、消費税、印紙税他 (宇都宮税務署法人課税部門担当官)
11月	秋季講演会	講師未定
11月	法人税実務セミナー	
11月	年末調整説明会	源泉所得税年末調整事務手続き (宇都宮税務署法人課税部門担当官)
11月20日	全法連青年部会	法人会全国青年の集い鳥根大会
12月	新年賀詞交歓会	
12月	税の百人一首表彰式	宇都宮税務行政協力会主催 応募作品/小・中・高・社会人
2月	新設法人説明会	会社の誕生と税金/改正税法、源泉所得税、印紙税他 (宇都宮税務署法人課税部門担当官)
2月	役員県外視察研修	税務関係施設等視察
2月	パソコンセミナー	
2月	人材育成研修	管理者・経営者の能力開発研修
2月	法律セミナー	
3月	決算期別法人説明会	会社の決算、申告の留意点/改正税法、消費税、印紙税他 (宇都宮税務署法人課税部門担当官)
随時	とちぎ未来づくり財団・うつのみや文化創造財団主催事業等 会員優待チケット販売	

税務署だより

e-Tax
を使った

キャッシュレス納付



はじめの一步を体験しよう!



令和7年3月に「源泉所得税のキャッシュレス納付体験コーナー」を開設しました。

実際の画面（e-Tax）を使って、一連の流れを体験できます。
※体験コーナーから、実際にe-Taxによる送信や納付が行われることはありません。

体験できること

- ✓ 徴収高計算書の作成
- ✓ ダイレクト納付（自動ダイレクトを含む。）
- ✓ インターネットバンキングによる納付

簡単を体験!!!

「源泉所得税のキャッシュレス納付体験コーナー」で検索



スマホでもできるよ!

パソコン操作やe-Taxに不安のある方に特におすすめです!!



「自動ダイレクト」とは?

申告書等データの送信とあわせて納付データを送信することができる機能。
手続はチェックボックスに を入れるだけですとても簡単。

実際の申告書等データの画面

自動ダイレクト

本申告は自動ダイレクトの対象です。自動ダイレクトとは
災害等により法定納期が延長されている方は、口座引落日等についてこちらを必ずご確認ください。



私(当社)は、申告した納税額について、自動ダイレクトを利用して、下記の口座からの引落しにより納付します

利用者識別番号	123412341234	
引落日	〇年〇月〇日	
納付金額		1,000円
引落口座	〇〇銀行△△支店 普通預金 1234567	

1年前から毎月納付するなど、
計画的に納付できる制度も!

それは

予納ダイレクト

予納ダイレクトって、何?

将来に納付が見込まれる国税を、
e-Taxに登録した預貯金口座からの引き落としにより、
指定した期日に、予(あらかじめ)め納付できる手続です。

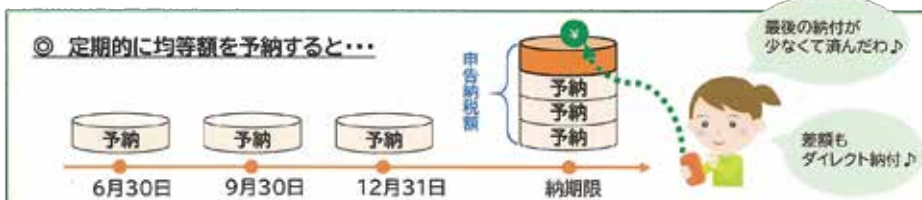
メリットは?

- 申告時に(一括で)納税資金を準備する負担を軽減
- 延滞税等、納付が遅れた場合のペナルティを回避
- 予納する国税の課税期間内となります。

予納できる期間は?

例えば、令和5年分の確定申告分については、
⇒ 令和5年1月1日～12月31日となり、期間内において、
任意の引き落とし日の指定が可能です。

(注) 利用可能な税目は、申告所得税及復興特別所得税、贈与税、法人税(地方法人税)及び消費税及地方消費税です。



詳しくはコチラ↓

予納ダイレクト 検索





非課税通勤手当等に係る 税制改正について

1 はじめに

令和7年12月19日に与党より発表された令和8年度税制改正大綱では、近年の物価高が国民生活に重大な影響を及ぼしていることに配慮し、個人の可処分所得を引き上げるべく、インフレを加味した税制改正案が示されました。本号が発行される4月は新入社員の入社や人事異動等の時季と重なることから、今回は非課税通勤手当の改正を中心に解説していきます。また、物価高に対応し従業員の可処分所得を拡大するという観点から関連のある、従業員に食事を支給する場合の非課税限度額や深夜勤務食事代の非課税限度額の改正についても取り上げてまいります。なお、執筆時点では改正法案等は未成立であることから、実際の改正内容とは異なってくる可能性があることを予めお断りしておきます。

2 非課税通勤手当の改正

(1) 非課税通勤手当の趣旨

そもそも、雇用契約に基づき従業員に毎月支給される給与は、全額従業員の給与所得として所得税の課税対象となるのが原則です。しかし、従業員の通勤費負担緩和を目的に雇

用主から支給される通勤手当についても課税対象としてしまうと、通勤費の実費負担に費消されてしまうにもかかわらず税負担を負うため、通勤手当支給の意図にそぐわないこととなります。そこで、従業員の通勤に要する一定の費用を補填する目的で雇用主たる事業者から支給される給与については、一定の範囲内で所得税を非課税とすることとされています。

(2) 改正内容

非課税通勤手当に関する今回の改正点は大きく分けて2点となります。

① マイカー通勤費の上限引き上げ

令和7年に一度改正が行われましたが、さらなる改正として、通勤距離が片道65km以上の従業員に対する非課税通勤費が、従来の38,700円から通勤距離に応じて45,700円〜66,400円と大幅に拡大されました。

② 通勤に要する駐車料相当額を支給した場合の非課税枠の創設

また、従来の交通機関利用やマイカー通勤に対する通勤手当等の非課税枠に加え、通勤に際し駐車場を常用する従業員に駐車料相当額を支給する場合に、1か月当たり5,000円まで非課税とする新たな措置が創設されました。

これらを表にすると【図表】のとおりとなります。遠方からの通勤に日々苦労されている従業員の方々の費用面の負担を緩和しようとする意図が窺われます。

3 食事の支給や残業食事代にかかる 非課税措置の改正

従業員に対し食事を支給した場合、雇用主が負担した金額は経済的利益の供与にあたることから、原則として当該従業員の給与所得として課税対象となります。ただし、福利厚生の一環としての提供である点に鑑み、従業員の負担割合が半分以上であり、かつ雇用主の負担金額が1か月当たり3,500円以下である場合には、非課税とされてきました。この点についても、物価高への対応として、非課税とされる雇用主の負担額の上限を月額7,500円まで引き上げることとされました。

また、深夜勤務を行う従業員に食事代として金銭を支給する場合の非課税限度額も、1回あたり3,000円以下から6,500円以下に引き上げることとされました。

4 適用開始時期

これらの改正は、令和8年4月1日以後に支払われる通勤手当や食事の支給、残業食事代に適用される予定です。

5 おわりに

上記の通り、物価高に対応し、税制上

の非課税措置が今回の改正案では大幅に見直されることとなりました。これらの非課税措置の改正の他にも、基礎控除や給与所得控除の見直しなど、物価高に対応し、給与所得者の手取りを増やすことを意図した改正が随所に垣間見られます。税制改正の趣旨と内容を適切に理解し、必要に応じて賃金規定を見直すなどの処置を検討してみたいかがでしょうか。人手不足が社会的な問題となっている昨今ですが、従業員の士気を高め、安定した労働環境を整備することが会社経営上いっそう重要となってくると思われます。

【図表】 1か月当たりの非課税限度額

出所：令和7年11月 国税庁「通勤手当の非課税限度額の改正について」及び
令和7年12月19日 自由民主党・日本維新の会「令和8年度税制改正大綱」を元に筆者作成。

区分	課税されない金額		
	片道の通勤距離	現行	改正案 (令和8年4月1日以後適用予定)
①交通機関等で通勤している人に支給する通勤手当や定期券代	—	1か月当たりの合理的な運賃等の額(最高限度150,000円)	同左
	95km以上	38,700円	66,400円
85km以上95km未満	59,600円		
75km以上85km未満	52,700円		
65km以上75km未満	45,700円		
55km以上65km未満	38,700円		
②自家用車等で通勤している人に対する通勤手当	45km以上55km未満	32,300円	同左
	35km以上45km未満	25,900円	同左
	25km以上35km未満	19,700円	同左
	15km以上25km未満	13,500円	同左
	10km以上15km未満	7,300円	同左
	2km以上10km未満	4,200円	同左
	2km未満	(全額課税)	同左
	③通勤に要する駐車場代	—	—

心臓突然死

1 「突然」に備える

いま目の前でいきなり人が倒れたら、皆さんはどうしますか？ 日本では1年間で8万人以上が心臓突然死（心臓が原因で突然心停止する）で亡くなっています（日本AED財団）。「突然死」とは症状が出てから24時間以内に亡くなることであり、そのうち心疾患に起因した心臓突然死は全体の約7割を占めています。心臓突然死の主な原因は心筋梗塞や狭心症などの冠動脈疾患ですが、40歳以下では遺伝性不整脈や心筋症の割合が高く、直接死因である重篤な不整脈の80%は心室細動によるものです。地震や集中豪雨など近年増加している自然災害に備えることは現代日本人のマストですが、周囲の人の急変を想定して準備しておくことも、現代の私たちには求められています。

2 スポーツと心臓突然死

「心臓病＝高齢者」というイメージが強いかもしれませんが、スポーツ関連の突然死は若年者にも多く、18歳以下の突然死の約4割はスポーツ関連です。アスリートの突然死の発生率は性別、年齢、スポーツの種類により大きく異なり、性別では男性アスリートは女性の5～6倍リス

クが高く、年齢では35歳以上で心臓突然死の発生率が高くなります。スポーツの種類では、持久系スポーツ（マラソンなど）や瞬発力を要するコンタクト・スポーツ（アメリカンフットボール、ラグビー、サッカー、バスケなど）でリスクが高くなります。また若年者は胸の骨や筋肉が大人より柔らかいため、ボールや相手の体が胸に強く当たること（野球や空手、ソフトボールなどで多く発生しています。スポーツの現場では健康な人や若年者であっても心臓突然死のリスクは安静時の17倍高いとの報告があり（米国）、原因の多くを占める心室細動を止めるには自動体外式除細動器（AED）による電気ショックが有効です。



日本AED財団

心停止が起こっても3分以内に電気ショックを行えば約7割の人の命を救うことが出来ますが、1分遅れる毎に救命率は1割ずつ低下してしまい、10分を過ぎると救命は困難となります。東京マラソンでは過去16回（2007～2023年）の開催で16名のランナーが心停止しましたが、すべて救命されました（救命率100%）。この結果は主催者の周到な準備や救護スタッフ・市民ボランティアなどの迅速な処置によるものであり、世界のマラソン界から高く評価されています。

3 心肺蘇生とAED

2011年9月、さいたま市の小学5年生だった明日香さんが駅伝の練習中に突然倒れて死亡するという大変悲しい事故がありました。学校にはAEDが設置されており、教員たちも心肺蘇生講習会を受けていたのですが、心停止とは判断できず心肺蘇生やAEDによる電気ショックが行われなかったのです。さいたま市はこの経験に基づき心臓突然死を防ぐための緊急時対応を徹底的に見直し、「判断に迷った場合にはすぐに胸骨圧迫とAEDを使用する」とことになりました（ASUKAモデル）。

突然の心停止を救命するには、救急現場に居合わせた人（バイスタンダー）による119番通報と1次救命処置（胸骨圧迫とAED使用）が何より必要です。胸骨圧迫すると救命率は約2倍となり、さらに電気ショックをすれば約半数の人を救うことができます。つまり救急隊が到

日本AED財団



着するまでのバイスタンダーによる救急処置が、心停止の救命率や社会復帰率を大きく向上させるのです。日本ではAEDの普及率は高いもの、一般市民によるその使用率は低く、学校や職場などでの心肺蘇生やAED使用のトレーニングや啓発が大変

重要です。

「心停止かどうかわからない」ときこそ、完璧でなくてもいいので胸骨圧迫とAED使用をぜひ実行して下さい。



沼尾 利郎

ぬまおとしお

日光市生まれ。宇都宮高校、獨協医科大学卒業、米国留学を経た後、同病院長として宇都宮セントラルクリニック等で診療。専門は呼吸器、アレルギー、スポーツ医学など。

塩谷総合病院副院長、国立病院機構宇都宮病院院長を歴任。現在は同病院名誉院長として

会員の声

サッカーW杯に学ぶ チームビルディング

いよいよ来る6月、北中米三ヶ国共催のサッカーW杯が開幕します。前回大会で日本代表が見せてくれた「新しい景色」は、選手個々の力だけでなく、役割の徹底と信頼関係が生んだ成果だったと感じました。そして今回は、さらに上の「最高の景色」を目指して戦います。目標が高いほど、チームづくりの質が問われます。

現代サッカーは、全員が走り、声を掛け合い、状況に応じて修正するスポーツです。スター選手が一人いるだけでは勝てません。攻守の切り替え一つ取っても、合図が遅れば一瞬で失点につながる。だからこそ、普段から同じビジョンを共有し、迷いなく連動できる集団が強いのだと思います。勝った試合ほど振り返り、次の一手を磨く姿勢が差になります。

これは私たち電気設備業界にもそのまま当てはまります。工事の品質と安全は、段取りと連携で決まります。着工前の現調、図面の最新版共有、停電・

復電手順の確認、危険箇所の洗い出し。危険予知と指差呼称、保護具の徹底。さらに元請・協力会社・現場・事務が同じ情報を見て動けるよう、写真や正内容を当日中に共有し、変更点は一枚にまとめる。こうした小さな約束事が、手戻りを減らし事故を防ぎます。

チームづくりは、結局のところ日々の小さな積み重ねだと感じます。良かった点は言葉にして称え、ヒヤリとした点は責めずに仕組みに落とし込む。ベテランの勘所はチェックリストにして若手へ渡す。誰かの「できる」に頼らず、誰でも同じ品質を出せる形に整えることが、現場を強くします。最後はリーダーが「安全と品質を最優先にする」と腹を決め、判断基準をぶらさないこと。迷いが減り、動きが揃います。

W杯の熱気に背中を押されながら、私たちも日々の現場でチーム力を磨いていきたいと思っています。仲間や協力会社の皆さまと声を掛け合い、段取りと安全を積み重ねる。その積み重ねが、仕事での「最高の景色」につながるはず。観戦で生活リズムが崩れがちな時期こそ、体調管理と安全第一を徹底したいと思います。

河内支部 副支部長 間島良二

午年だから馬に乗ろう！ 乗馬試乗会ご招待！

乗馬は  Crane

乗馬クラブクレイン栃木は馬が約100頭在籍する**県内最大級**の乗馬クラブ。そこで行われる**乗馬試乗会**にご参加いただけます！マンツーマンレッスンなので、**初めての方も安心**。国指定重要文化財の「ホフマン窯」を望める緑豊かな環境で癒しの乗馬をお楽しみください！

乗馬試乗会 ※ご予約が必要です。

対象：小学校1年生から70歳代までの方。
1名もしくはご家族様2名まで騎乗可能です。
※未成年者及び高校生は親権者同伴で越してください。

所要時間：約90分(騎乗・触れ合い・システム説明等)
騎乗時間約20分。

ご料金：レッスン料無料。
※当日、装具レンタル料・保険料として1,860円必要。

受講期限：2026年5月31日(日)

 乗馬クラブクレイン栃木

営業時間 10:00~16:30 定休日 火曜日

TEL : 0280-54-5588

〒329-0114 栃木県下都賀郡野木町野木3324

クレイン栃木

ご予約は電話番号かQRコードにてお願いします

