



きたほ Hot Line 2020.8

発行部数 **3,000部**

●令和2年8月号 第541号
●令和2年8月1日発行 ●毎月1日発行



今月の
喜宝人
喜多
2ページ

宇佐美 美由紀さん

(株)プロジェクトウサミ
(産業用・住宅用太陽光発電販売・施工)

【活動報告】3ページ

令和2年度通常社員総会

皆さまからのご協力に感謝いたします!
社会貢献活動協力企業一覧

【青年部会】3ページ

令和2年度 ビジネスネットワーク委員会紹介

【女性部会】3ページ

学校再開!小学6年生のための 『租税教室』を開催!

【税務署からのお知らせ】4ページ

年末調整手続の電子化について

【ビジネスニュース】5ページ

中古市場の有効活用

【特集記事】6・7ページ

経営者に多い疾病と対策

腸内環境を整える
～プロバイオティクス・プレバイオティクス・シンバイオティクス～
未来事業株式会社 管理栄養士 吉岡 美保氏

【活動報告 他】8ページ

退任のご挨拶

前仙台北税務署長 早坂 宏氏

会員の皆様へのお願い



仙台北法人会のホームページをご覧ください!!

インターネットセミナー 500タイトル以上のセミナー動画が見放題!!

専用コンテンツは「ID:hj1201」「パスワード:0151」でご覧になれます。
行事予定はホームページをご覧ください。

<http://www.kitaho.or.jp>

仙台北法人会

検索



今月の

喜宝人

special interview

七ツ森の町から太陽と子どもたちをつなぐ

今回は黒川郡大和町にある株式会社プロジェクトウサミさんを訪ね、代表の宇佐美美由紀さんにお話を伺いました。

幼い頃から人と話すことが大好きだった

私が生まれたのは仙台市泉区です。小さい頃はいつも兄やその友達に混じって遊んでいました。一緒になって木登りをしたり、今では考えられませんがカエルやトカゲを捕まえたり、かなりお転婆な女の子でした。また音楽が大好きで、親戚などが集まるとみんなで当時のアイドルのまねをして、ダンボールのステージで歌を歌っていたことを思い出します。

学生時代に熱中したことは高校時代に始めたバンド活動です。しかしそのうち、バンドの演奏をするよりも企画、進行などのマネジメント側に興味を持ち、次第に予算や集客の方法など運営面を考えることが楽しくなり、徐々に裏方に徹するようになり、現在の仕事にも通じています。当社では地域の方々やお客様との交流を深める様々なイベントを企画し開催しています。今考えると、イベントの集客方法や人がスムーズに効率よく流れる動線を描くことなど、高校時代のバンドの裏方で運営面を考えていたことが始まりで、現在にも通じているなと思います。

なり、そこから今に至っています。はじめは伝票整理など簡単な事務作業のみでしたが、ある時から会計に興味を持ち独学で決算書を作れるようになりなりました。

また、震災後の平成27年から当社は音楽、芸術などの文化交流事業の一環としてラジオへの協賛を行っており、現在Date FM(エフエム仙台)において、地域に根ざした活動をしている方をゲストにお招きし、地域の魅力を伝える番組を放送しています。私も企画やゲストのブックイングなど制作側に携わっていますが、時々パーソナリティとして出演することもあります。昔から人とお話しすることが大好きで、それが仕事をする上でとても役立つているのだと思います。

広告業から太陽光発電の世界へ

当社は、平成5年に主人(現会長)が看板製作などの広告代理業の会社として設立したのが始まりです。地元はもちろん、全国展開で仕事をしていました。しかし、バブル景気が崩壊し仕事量が減り会社の経営が厳しくなってきた時に、クライアントだった静岡の総合商社から、新規事業として太陽光の事業を始めるので手伝ってくれないかとの誘いをいただき、広告代理業だけでは厳しいと考えていたところだったのでお引き受けしました。それからすぐに社長以下従業員みんなで静岡に移り、メーカーの研修などを経て太陽光システムについてみっちり学び、静岡で営業を開始しました。そして1年半後、知識や経験、営業のスキルを身に付けて大和町に

戻り、再びここ大和町を拠点に太陽光の仕事を始めました。しかし当初は、認知度の低さや、地域柄冬場には雪が積もりトラブルが発生していたことなどで話すら聞いてもらえず、なかなか受け入れてもらえませんでした。そこで、戸別訪問をやめ、各地のお祭りや大型店舗の軒先をお借りしてイベントを企画し、お客様にお越しいただきながらソーラーシステムの良さを知っていただく営業スタイルに転換、地域密着を大切にしながら当社をもっと良く知っていただく営業方法に切り替えました。そこは、以前広告代理業を行っていた時のスキルやノウハウがとても役に立ちました。次第に地道な努力が実り、今では地元はもちろん、様々な地域のお客様とお付き合ひ出来るようになりました。

初めは太陽光の営業・販売だけでしたが、今は自社で施工・設置も行っています。さらに太陽光システムの設置、メンテナンスと同時に家のリフォームを依頼されることもあり、有資格者を入れて建設業許可を取得し、そちらも同時に行っております。また、自社の所有地を生かしてソーラーシステムの売電事業を県内各地で行っております。

一昨年には法人設立25周年の節目を迎え、それに伴い現在の吉岡まほろばに自宅兼新社屋を建て移転して来ました。4年前には主人(現会長)から代表権を引き継ぎ、現在は私が代表取締役に就任しています。創業者である主人の作った土台を維持し、さらに発展させていくことが課題です。これからも地域の皆さまに愛され、必要とされる会社で在り続けること、

更なる太陽光発電事業の発展のため頑張っていきたいと思っています。

かけがえのない自然エネルギーを多くの人に

私の将来の夢は、世界のまだ電気が通じていない地域、発展途上の地域にソーラーシステムの仕組みを持って行き、私がかれまで得てきた知識や経験を生かして、再生可能エネルギーを普及する活動が出来ればと思っています。世界に目を向け、未開の地に足を踏み入れ、現地の人たちと交流しながら活動が出来たらいいなと思っています。

夢を実現出来るように、自分のスキルを更に高め、人材育成にも力を入れながら、ソーラーシステムの素晴らしさを多くの人に伝えていきたい。世界中の人々に公平に降り注ぐ太陽の恵みに感謝し、そのかけがえのない自然エネルギーを生活に存分に生かせるよう、これからも前進して行きたいと思っています。



株式会社 プロジェクトウサミ 代表取締役社長 宇佐美 美由紀さん

〒981-3632 宮城県黒川郡大和町吉岡まほろば2-3-7 TEL 022-347-2207

◆この記事は、各支部長の推薦により掲載しております。

掲載を希望される方は各支部長又は事務局に申し出てください、支部長の推薦により決定いたします。

経営を取り巻く様々なリスクから企業を守る!



AIG損害保険株式会社 仙台支店 TEL.022-221-2532

政府労災の上乗せ補償
ハイパー任意労災
(業務災害総合保険)火災と地震災害に備える
プロパティガード
+ 企業地震保険
(企業財産保険 財物損害補償特約等)企業向け第三者賠償責任保険
STARs
(事業総合賠償責任保険)個人情報の漏えい事故対策
情報漏えいガード
(個人情報漏洩保険)

B-152285 2020-01

令和2年度通常社員総会

6月23日に開催を計画しておりました令和2年度通常社員総会については、新型コロナウイルス感染拡大防止を図る観点から、会員皆様にお集まりいただくことを避けるため中止とし、書面による議決権の行使をもって総会決議に代えさせていただきますので、ご報告いたします。

(決議事項) 第1号議案 令和元年度正味財産増減計算書承認の件
第2号議案 補欠理事選任承認の件

正会員1,662社に事前送付した提案事項について、令和2年6月15日までに正会員779社からの議決権行使書による議案に対する賛否(両議案とも賛成778社、反対1社)が定款で定める正会員の3分の1以上であり、更に今回は、議決権行使書の提出がない(返信のない)場合は、決議事項について同意をいただいたものとして取扱う旨を提案書に明記していることから、当該提案は承認可決され社員総会の決議があったものとみなされました。

(報告事項) 報告1 令和元年度事業報告
報告2 令和2年度事業計画報告
報告3 令和2年度正味財産増減予算書報告

報告3の令和2年度正味財産増減予算書報告について、謝金、旅費、親睦費、給料が増加し、当期計上増減額が△4,467,000円となっているが、誤りでないかとの意見が寄せられました。前年に比して当期経常増減額が大幅に減少していることから、注意を払いながら運営(支出)させていただきます。

この総会をもって、退任された松野幸悦様(税制委員長)には、永い間、会の運営と発展にご尽力いただき、誠にありがとうございました。これからもご助言をお願いいたします。

また、新理事に就任されました向山豊氏が後任の税制委員長に選任されました。どうぞ宜しくお願いいたします。

ご挨拶

(公社)仙台北法人会 会長 菅原 裕典

2020年度の年初めに、経済活動の基盤である「ヒト」と「モノ」の動きがこれほど制限されるなど、誰が想像したでしょう。七月、八月は東京オリンピックで国内が歓喜に満ち溢れ、地方経済の活気を期待していたものです。

「新型コロナウイルス感染症」の出現によりこの期待が一変、当会の「社員総会」も中止せざるを得ない現下、この危機回避に経済活動の大変革が始まろうとしています。

社会情勢の変革をリサーチし、社員を守り、地域社会への貢献を社会的使命と心に刻み、企業を存続・発展させるためにも、会員の助け合いによりこの危機を乗り越えていきたいと思います。

皆様からのご協力に感謝いたします! —— 社会貢献活動協力企業一覧 ——

下記は、令和2年3月16日～7月15日まで使用済み切手・未使用タオル・エコキャップ収集のご協力企業様等を掲載しております。(敬称略)

一人ひとりのご協力が集まれば、多くの方に健康を届けるための大きな力になります。新型コロナウイルス感染拡大防止に充分ご留意いただきながら、引き続きのご協力をお願いいたします。

- (有)朝日住宅センター / (株)阿部和工務店 / (有)伊藤耕 / 近江信雄税理士事務所 / (有)カツマタ企業 / 共同建材(株) / (株)グリーンテック松ノ木 / くらかわ商工会 / (株)ケディカ / (株)小松島ホンダ / (有)小泉プロダクション / (株)秀明 / 白ゆり商事(株) / 鈴木三郎税理士事務所 / 鈴憲味噌醤油醸造(株) / 仙台北税務署 / (有)仙台クリンネスサービス / 仙台ゆたか磨材(株) / 大和設備工業(株) / ティ・エス工商(株) / (株)テクノシステム / (株)トヨタレンタリース宮城 / (株)ニッセイ宮城 / (株)ハウステック / 東日本メディカルシステム(株) / (株)平和住宅情報センター / (有)松野会計事務所 / (有)ミカサボディー / みやぎ仙台商工会 / (株)山加加藤商店 / (株)ユアテック仙台中央営業所 / (有)ローゼバンケット



青年部会 information

『令和2年度ビジネスネットワーク委員会紹介』

令和2年度がスタートしました。今年度も青年部会では4つの委員会にわかれ、様々な活動を行って参ります。青年部会の活動を皆様にご存知いただくため、各委員長より委員会活動内容等を紹介いたします。

今回は、ビジネスネットワーク委員会の庄司恵介委員長です。

Q.どのような取り組みを行う委員会でしょうか?

A. 所属部会員の社業発展のためにビジネスネットワークを構築し、部会内外に新たなビジネスパートナーを増やすための事業活動を行って参ります。

Q.今年度はどのような活動を行いますか?

A. 当初、他団体交流会の開催を予定しておりましたが、現在のような社会情勢を鑑み、団体の内外にとらわれず、新しいビジネスの形が生まれるような交流の場を、状況に応じた様々な方法で設けていきます。また青年部会の情報をSNSを通じて発信出来る様進めて参ります。

Q.最後に一言委員会のPRをお願いします。

A. 委員会活動を通して、委員会メンバーが交流しお互いを知り刺激しあうことで新しい可能性を探し求めていけるような委員会にしていきたいと思っております。



青年部会会員大募集中! 詳しくはホームページで <http://www.yg88.com/>

女性部会 information

学校再開! 小学6年生のための『租税教室』を開催!

女性部会(尾形頼子部会長)では、去る6月26日(金)仙台市立旭丘小学校を訪れ、6年生60名のクラスごとで『租税教室』を行なってきました。税金の種類や世界の消費税率についてクイズを出題したり、税金が無くなったらどんな世界になるのか、国税庁が作製したアニメを通して考えてもらいました。

新しい生活様式に徐々に慣れてきた雰囲気の中、あまり騒がないよう黙っていた子どもたちも、1億円(レプリカ)の登場に大興奮!担任の先生は、子どもが手渡す度に消毒液で1億円ケースを拭き、ほぼ全員に税金の重みを感じてもらうことができました。

最後に、『国民の三大義務』を大きな声で発表して授業を締めたのち、「税金がなぜ必要か?税金がどこに使われているのかを知ることができたので良かった」と話してくれる児童がいて、次代を担う子供たちが頼もしく思える機会となりました。

旭丘小学校の皆さま、ありがとうございました。



1億円レプリカで税金の重みを体験

女性部会会員大募集中! 入会初年度は年会費無料です。

税務署からのお知らせ

年末調整手続の電子化について

令和2年10月以後に提出する生命保険料控除、地震保険料控除及び住宅借入金等特別控除に係る控除証明書等について、電子データによる提供が可能になります。

これらの電子データを利用し年末調整手続を簡便化するため、国税庁が「年末調整控除申告書作成用ソフトウェア」（以下「年調ソフト」といいます）を無償提供します（令和2年10月リリース予定）。



年末調整手続の電子化による手続の流れ

- 1 従業員が、保険会社等から控除証明書等を電子データで受領
- 2 従業員が、①の電子データを年調ソフトにインポート（自動入力、控除額の自動計算）
- 3 従業員が、控除額が自動計算された保険料控除申告書、住宅ローン控除申告書等（以下、「年末調整申告書」といいます）を電子データにて勤務先へ提供
- 4 勤務先において、③の電子データを給与システム等にインポートして年税額を計算

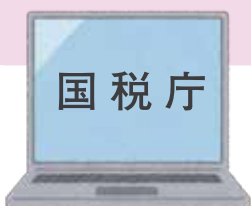
年末調整手続の電子化の準備

従業員から年末調整申告書に記載すべき事項を電子データにより提供を受けるためには、勤務先があらかじめ所轄税務署長に、「源泉徴収に関する申告書に記載すべき事項の電磁的方法による提供の承認申請書」を提出し、その承認を受ける必要があります。

また、従業員においては控除証明書等を書面（ハガキ等）ではなく電子データで取得するために、契約している保険会社等に控除証明書等のデータ発行を依頼する必要があります。



年末調整手続の電子化についての詳細



年末調整手続の電子化の詳細については、国税庁ホームページの「年末調整手続の電子化に向けた取組について」をご覧ください。

<https://www.nta.go.jp/users/gensen/nenmatsu/nencho.htm>

経営者の
情報源

ビジネスニュース



有限会社サンライズロジテム
取締役社長 瀬谷 春夫

中古市場の有効活用

◎ マンガ本の再流通

先日、取引先のAさんと打ち合わせをした際、雑談で子供の頃に読んだマンガ本の話になりました。Aさんと私は同年代のため、小学校時代は集英社の「週刊少年ジャンプ」に夢中でした。

Aさんはジャンプの発売日になると、病気でもないのに近所の病院に行き、待合室に置いてあるジャンプを毎週タダで読ませてもらっていたそうです。

そんな方法があったのかと感心しつつ、そういえば私も小学校時代は実質無料でジャンプを読んでいたことを思い出しました。その仕組みをAさんに話したところ大爆笑されました。小学校時代、仲良し三人組で実施した面白い仕組みは次の通りです。

ジャンプの発売日、本屋さんから最初に友達B君が170円で購入します。次に私がB君から読み終わったジャンプを100円で買い取ります。その後、友達C君に50円で転売していました。

当時のジャンプは1冊170円でした。B君は発売日に読めるので70円の負担、私とC君は遅れて読むので50円ずつ負担する仕組みでした。たまには買う順番を変えながら、三人で仲良く回し読みをしていたのが懐かしいです。

さて、私がジャンプ購入代の実質負担分の50円をどうやって

工面していたかですが、毎週お使いをしていた近所の肉屋さんに秘密があります。

当時はスーパーがなく、昔ながらの魚屋さんや豆腐屋さん、肉屋さんが近所にありました。母からお使いを頼まれて買い物に行くと、肉屋のおばちゃんだけが必ず惣菜を一個おまけしてくれました。小学生だけの特典でした。

当時は6人家族でしたが、必ず1個おまけしてくれるので、いつも5個注文して6個もらっていました。母からお金は6個分もらっていたので、コロッケだと40円、メンチカツの時は60円が自動的に私のお小遣いとなりました。

私が小学校時代に実質無料でジャンプが読めたのは、肉屋のおばちゃんのおまけのおかげです。

残念ながら、私が社会人になった時に肉屋さんは廃業しました。その年の年末に帰省した際、肉屋のおばちゃんのおまけ分をコソコソお小遣いにして母に話したところ、母から「もちろん知っていたし、肉屋のおばちゃんも分かっていたよ」と笑いながら言われて恥ずかしくなりました。今となっては良い思い出です。

◎ おいしい天ぷら屋さんの秘密

私が小学生の頃に友達と実践した「マンガ本の再流通」の仕組みですが、飲食業の世界でも密かに実践されている模様です。

10年以上前に読んだ本の中で「おいしい天ぷらはニューヨークでは食べられない」という話がありました。現在、マネックス証券会長の松本大さんが話した内容ですが、詳細は次の通りです。

「おいしい天ぷらがニューヨークで食べられない理由は、ネタでも職人の腕でもなく天ぷら油が違うから」

「東京の一番いい料亭や天ぷら屋さんでは、一日使った油はもう使わない。その油はもう一段下のランクの天ぷら屋さんに卸される。さらにその次はとんかつ屋さんに卸される」

「こうした油の二次利用マーケットがあるからこそ、一番上の天ぷら屋さんは常にすごくいい油を使える。ところがこの流れがないアメリカではいい油は使えず、結果としてニューヨークの天ぷらは東京の後塵を拝することになる」(「トーキョー金融道」藤巻健史・成毛真・松本大 著 日経BP社)

確かに、高い油を一日使っただけで毎日バンバン捨てていたら、お店はつぶれてしまうでしょう。最高の天ぷらの味を維持しながら、油のコストを抑える方法として「油の買い取り市場」があることを初めて知り、驚きました。

以前、ある会社から突然電話があり「段ボールを安く譲って欲しい」と話がありました。当社は段ボール屋さんではありません。なぜ当社にご連絡を頂いたのか理由を聞いたところ、教えて頂いた

ことは次の通りです。

「運送会社であればダンボールを大量に使用されていると思って連絡しました。もし在庫があったら、すこし分けてもらえると助かります」

なるほど、段ボール専門の販売会社ではなく、大量に使っている会社であれば「良い商品を安く仕入れているはず」であり、在庫分であれば安く譲ってくれるのではという考え方は、とても斬新で勉強になりました。

私も見習って、同業者のD社から「梱包資材の余り物」を安く購入しましたが、やはり大手企業が使うものはすこぶる品質が良く、とても助かりました。

「利は仕入れにあり」の言葉通り、良いものを安く仕入れることは永遠のテーマです。他の会社とは違った仕入れ先を開拓することは、大きな強みになります。

そして、さらに仕入金額を下げるためには「中古品・在庫品を下取りしてくれる会社」を作ることがポイントです。

「マンガ本の再流通」の仕組みは単純ですが、普遍性があり、関わる人すべてを幸せにする「三方よし」の精神があるため長続きします。

「自社と同じものを仕入れている異業種企業」を見つけたらチャンス到来です。おいしい天ぷら屋さんの話をしながら、仕入先・転売先になってもらえないか交渉してみましょう。実現すれば仕入れコストを劇的に下げることが可能です。

5

経営を取り巻く様々なリスクから企業を守る!



政府劣災の上乗せ補償
ハイパー任意劣災
(業務災害総合保険)

企業向け第三者賠償責任保険
スターズ
STARS
(事業総合賠償責任保険)

火災と地震災害に備える
フロパティガード
+ 企業地震保険
(企業財産保険、財物損害補償特約等)

個人情報の漏えい事故対策
情報漏えいガード
(個人情報漏洩保険)

AIG損害保険株式会社 仙台支店 TEL.022-221-2532

B-152285 2020-01

特集

経営者に多い疾病と対策

腸内環境を整える

プロバイオティクス・プレバイオティクス・シンバイオティクス

未来事業株式会社 管理栄養士 吉岡 美保

腸は免疫力のカギとなる。
善玉菌を増やそう！

約70%の免疫細胞が集まる腸。腸内環境を改善することは、免疫力アップにつながりますが、ビフィズス菌、食物繊維：などなど、腸内環境改善のキーワードはたくさんあつて、どれを優先したらいいか、悩みますよね。

腸には、約1,000兆個もの細菌が生息していて、様々な働きをしています。この細菌の生態系が「腸内フローラ」と呼ばれるもの。善玉菌が増えると、腸内フローラのバランスがよくなり、免疫力も高まります。腸内フローラとは、細菌の生態系を顕微鏡で見ると花畑のように見えることから、命名されたといわれています。

腸内フローラのバランスを整える 2つのバイオティクス

腸内フローラのバランスを整えるには、2つの「バイオティクス」の存在が欠かせません。

ヨーグルトや乳酸菌飲料のパッケージでも目にしたことがある方が多いのではないのでしょうか。

1つは「プロバイオティクス」

「腸内フローラ(腸内菌叢)のバランスを改善することにより、人に有益な作用をもたらす生きた微生物」(英国の微生物学者Fullerによる1989年の定義)のことです。つまり、お腹の腸内細菌のバランスを整え、腸内の異常状態を改善し、健康に良い影響を与えてくれる生きた微生物(善玉菌)のことです。ヨーグルトに含まれる乳酸菌や、ぬか漬けに含まれるビフィズス菌、納豆菌、キムチなど人にとつて有用な善玉菌で、腸に直接届きます。食べて取り入れた善玉菌は体内に留まらないので、毎日食べ続けることが大切です。善玉菌のほとんどは加熱で死滅していますので、そのままの摂取の方が良いでしょう。

〈腸内細菌の種類〉

この腸内に存在する細菌たちは、外部から病原菌などの有害な菌が簡単に体内に入らないよう守ってくれる必要不可欠の存在です。腸内細菌は、「善玉菌」「悪玉菌」「日和見菌」の3種類に分類することができます。

●善玉菌

人にとつて良い働きをする菌のことです。働きは、

- ①糖分・食物繊維で増える。
- ②腸内を弱酸性にして、悪玉菌や病原菌の活動を抑える。
- ③免疫力を高める
- ④下痢や便秘を防ぐ
- ⑤ビタミンB群の合成
- ⑥発がん性物質を無害化する

●悪玉菌

人にとつて有害な働きをする菌のことです。働きは、

- ①タンパク質やアミノ酸で増える
- ②腸内をアルカリ性にして、腸内で腐敗を起す
- ③細菌毒素や発がん性物質など有毒物質を生産
- ④ガスを生産

●日和見菌(ひよりみきん)

日和見菌とは、腸内で一番多く存在しますが、普段はあまり人の健康に影響を与えません。ただし、腸内のバランスが善玉菌・悪玉菌のどちらかが優勢になると、優勢な方に加担します。例えば、善玉菌が優勢な場合は、必要なビタミンを合成したり、病原菌感染を防ぐなど善玉菌の味方になり、悪玉菌が

優勢な場合は発ガン物質の生産、腐敗ガスの生成など悪玉菌のように働きます。

通常、健康な人においては、善玉菌が優勢で、悪玉菌が劣勢ですが、偏った食生活(たんぱく質や脂肪が多く、食物繊維の少ない食事・暴飲暴食)やストレス(過労・睡眠不足・急激な温度や気候の変化)、病気の抗生物質の使用などによつて、そのバランスが崩れると悪玉菌が優勢になり、腸内環境が悪くなります。

乳酸菌のプロバイオティクスに期待されること

乳酸菌の種類によつては、感染に対する抵抗力が増したり、抗がん作用、アトピー性皮膚炎の抑制、ピロリ菌の抑制などにも効果があるものもいるとされています。

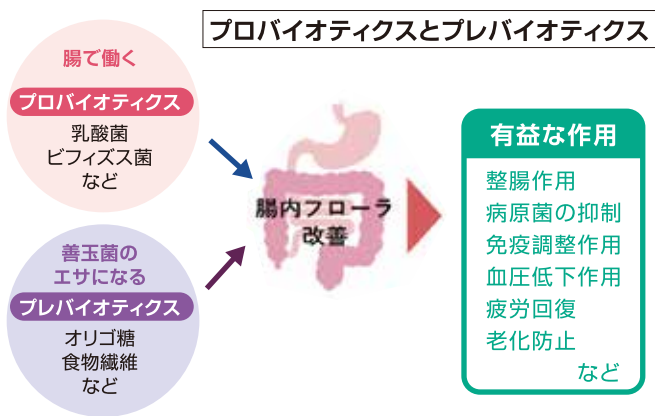
「花粉症にヨーグルトがいい」と話題になったことがあります。これも乳酸菌によるプロバイオティクスのひとつ、抗アレルギー作用によるものです。アレルギー患者には、善玉菌の一種であるラクトバチルス菌が少ないことや、抗生物質を服用することで腸内フローラが乱れ

がちな子どもにアレルギー患者の出現率が高いという報告などから、乳酸菌のプロバイオティクスの研究の進展が期待されています。

腸内にもともといる善玉菌を増やす作用がある食品のこと。

オリゴ糖や食物繊維などを含む食品で、野菜や果物、豆類、きのこ類などが挙げられます。オリゴ糖は大豆、ブロッコリーに含まれる食物繊維や、キャベツなどに含まれるオリゴ糖など、善玉菌のエサとなつて善玉菌を育てる役割をしています。

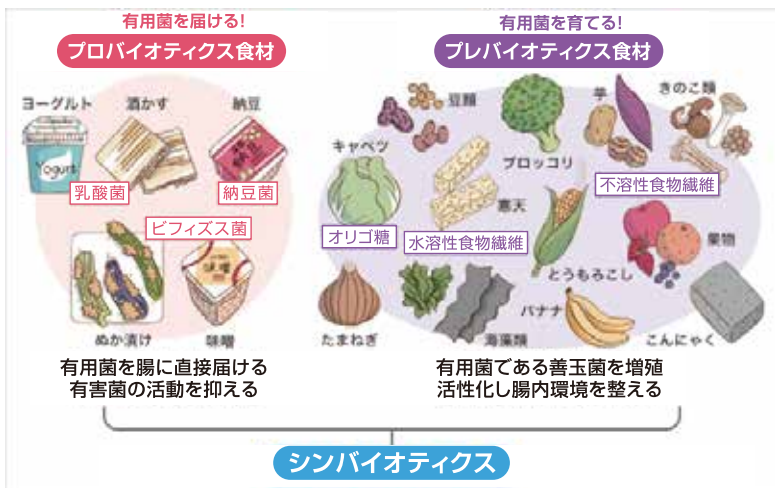
善玉菌を届けるのがプロバイオティクス、善玉菌を育てるのがプレバイオティクスとなります。



「プロとプレのコンビネーションが「シンバイオティクス」という考え方」

この両方を組み合わせさせて、腸の働きを最大限に高めるといふ考え方が「シンバイオティクス」です。

日本では、1917年にすでに最初のプロバイオティクス医薬品の製造販売が始まり、下痢や便秘に対してプロバイオティクスが日常的に用いられ、同時に多くの発酵食品やヨーグルトが販売されている。プロバイオティクスに加えて、その増殖因子であるプレバイオティクスを併用するシンバイオティクスは、より腸内環境を整える治療として注目されている。引用元：プロバイオティクス・プレバイオティクス—日本静脈経腸栄養学会雑誌



私たちの食生活においても、シンバイオティクスを意識して食材を選ぶことで、腸内環境の改善が期待できます。食べるとは、毎日の積み重ね。善玉菌を「届ける」育てるの相乗効果で、より効果的な腸活を始めましょう。

シンバイオティクスを意識して食事をする

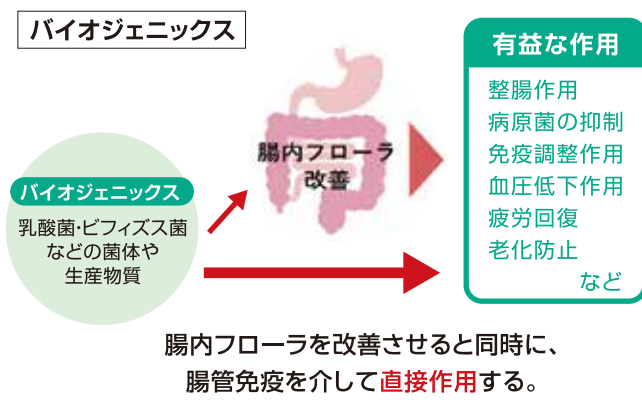
例えば、朝食なら、ヨーグルトにリンゴを加えてみたり、キノコとかめの味噌汁と納豆など、食材の分類を覚えて献立を考えてみるとよいです。

乳酸菌の新たな期待

バイオジェニックスとは、腸内細菌学の第一人者である東京大学名誉教授の光岡知足先生によって近年提唱された用語で、「腸内フローラを介することなく、直接生体に作用し、免疫賦活、コレステロール低下作用、血圧降下作用、整腸作用、抗腫瘍効果、抗血栓、造血作用などの生体調節、生体防御、疾病予防・回復、老化制御などに働く食品成分で、乳酸菌体、ペプチド、乳酸菌生産生理活性ペプチド、植物フラボノイド、DHA、EPA、ビタミンA・C・E、β-カロチン、CPPなどの食品成分と定義されています。

プロバイオティクスやプレバイオティクスが、「腸内フローラのバランスを改善して人に有益な作用をもたらす」のに対して、バイオジェニックスは「直接、あるいは腸内フ

ローラを介することなく人に有益な作用をもたらす」という違いがあります。



バイオジェニックスとは、菌が生きているか死んでいるかはあまり重要ではなく、死んだ菌も含めて乳酸菌の作り出す物質(乳酸菌生産物質)が、体全体に直接作用することで、腸内の免疫機能を活性化したり、コレステロールや血糖や血圧を安定させたり、活性酸素を減らしたりする可能性が研究・解明されつつあります。

バイオジェニックスこそが、生活習慣病や老化の防止に有望だといふ考え方が広まりつつあり、乳酸菌の新たな期待として注目されています。



退任のご挨拶

前仙台北税務署長 **早坂 宏**

この度の人事異動で、仙台北税務署長を最後に退官することとなりました。

菅原裕典会長様をはじめ仙台北法人会の皆様方には、在任中、税務行政全般にわたりまして、深いご理解と多大なるご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

この一年を振り返ってみますと、東日本台風や新型コロナウイルスの感染拡大への対応など、例年と異なる対応が求められる中、消費税率の引き上げと軽減税率制度の実施やe-Taxの利用拡大などの重要課題に全力で取り組んでまいりました。

そして、私どもの横にはいつも法人会の皆様の姿がありました。会場が大いに盛り上がった税を考える週間の「税の絵はがき展」、租税教育アワードで見事優勝を果たした青年部会の租税教室、毎年応募が増えている女性部会の「税に関する絵はがきコンクール」など、納税意識の向上と企業・社会の健全な発展に貢献するとの基本方針の下、これらの税の啓発活動を積極的に展開さ

れるとともに、募金活動などの社会貢献事業にも尽力されました。

私どもにとりまして大変に心強い存在であり、皆様方の献身的な活動に對しまして、心から敬意を表する次第でございます。

また、軽減税率制度の説明会の開催にもご協力をいただいたほか、時期を捉えた税務に関する記事を、会報誌「きたほHot Line」に掲載していただくなど、広報面におきましてもご協力をいただき、あわせて感謝申し上げます。

今後とも、税のオピニオンリーダーとして、税務行政に対する更なるご支援をよろしくお願い申し上げます。

最後になりますが、新型コロナウイルスの影響により依然として不透明な状況が続いておりますが、会員企業の皆様がこの危機を乗り越えられますこと、そして、公益社団法人仙台北法人会の益々のご発展と会員企業のご繁栄、並びに会員の皆様方のご健勝を祈念いたしまして退任の挨拶とさせていただきます。ありがとうございます。

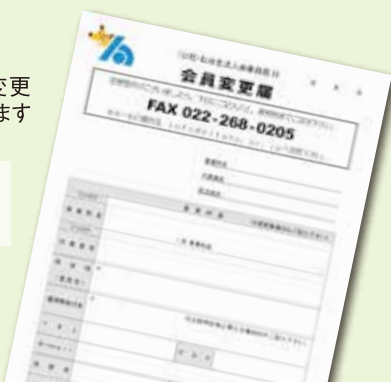
会員の皆様へのお願い

移転、法人名・代表者、その他の登録情報に変更等が生じましたら、同封の「会員変更届」に変更点をご記入の上、事務局 (FAX:268-0205またはE-Mail:info@kitaho.or.jp) までご提出くださいますようお願いいたします。

- 組織変更 ●代表者の変更 ●所在地の移転・変更 ●電話・FAX・E-Mailの変更
- 決算期の変更 ●資本金・出資金等の変更 など

なお、年会費の引き落とし口座の変更については、別途ご連絡下さい。

※ご提出いただいた個人情報、研修会・諸会議等の開催通知、広報誌等の送付並びに福利厚生制度のご案内など本会の事業活動のために利用し、それ以外の目的で利用することは一切ございません。



編集後記

やはりコロナ関連の話になってしまう。ストレスをためない、免疫力を上げる、体力をつける、等で重症化は避けられるといわれている。

山に行き渓流釣り(ここで仕事のことを思いながら行動すると必ず怪我する)をしながら、魚と色々な山菜を採り無添加の食糧を確保し食べれば免疫力、体力がアップし、ストレスが解消される。

何よりもいろんな緑を見て、きれいな空気を一杯吸って、すばらしい滝の流れを見てオゾンをいただく。夜は満天の星を見る、手足の体力、五感にも、脳の老化防止にもいい。これでコロナに負けずに生活できるのである。

公益事業推進委員(広報小委員)・税制委員
丸子 敏治(榊宮城衛生環境公社)

仙台北法人会では 新規会員を 募集しています!

税を味方に、強い経営を。
～人脈ひろがる 社会につながる～

仙台北法人会は、法人会の原点である「税」に関する活動(税の大切さや役割について正しい理解を身につけていただけるような活動や研修)に軸足を置きながら、役員・会員・職員が一体となった組織運営に努めております。

企業の繁栄と社会への貢献。経営者の皆様に支援する全国組織、それが法人会です。法人会の仲間を増やすため会員増強活動に努めております。

お知り合いの企業様がありましたら、是非ともご紹介下さいますよう、お願いいたします。



連絡先 (公社) 仙台北法人会事務局 TEL 022-263-0151