

12 No.475
2025年
月号

もりやま商工ジャーナル

守山商工会議所

儲かる 使える 損しない ビジネスに役立つ情報をお届け!

あすのたね

もりやま冬ホテル2025 イルミネーション

特集
P2~5

冬こそ従業員の体調管理を大切に!
冬の健康管理・職場でできる対策



守山駅前緑地公園・セブンイレブン・ハートインJR守山駅西口店前 他

点灯
期間

令和8年1月16日(金)まで 每晚17:00~22:00点灯

協力: 県立守山北高等学校みらい共創科、守山市生徒会サミット(守山市内6中学校)
協賛: 近江守山ライオンズクラブ、旭化成(株)守山製造所、JNCファイバース(株)守山工場、
グンゼ(株)プラスチックカンパニー守山工場、近江鉄道(株) cocotto MORIYAMA

相談無料です。お気軽にご利用ください。

●相談無料 ●予約制

法律相談

日 時: 12月19日(金) 10:00 ~ (30分単位)
相談員: 平柿法律事務所

事業承継 等 相談

日 時: 12月16日(火) 10:00 ~ 16:00 (1回1時間程度)
相談員: 滋賀県事業承継・引継ぎ支援センター

知的財産 等 相談

日 時: 12月10日(水)
13:30・14:30・15:30
相談員: INPIT滋賀県知財総合支援窓口

時間外労働の削減や各種助成金など働き方改革に関する相談は、滋賀働き方改革推進支援センターへ。社会保険労務士等の専門家が無料でサポート。

☎ フリーダイヤル 0120-100-227

topic

8 もりやま景況調査
令和7年7月~9月期

9 アノ人に聞け! ココだけの話
株式会社川嶋機械 川嶋栄司さん

10 健康保険の扶養
19歳以上23歳未満の方の
「年収の壁」が変わりました
特定社会保険労務士 西山香織 氏

14 もりーの守山商工会議所
サービス案内
~あすのたね広告掲載・折込サービス~

☎ 上記相談のお申し込みお問い合わせは指導課まで TEL 077-582-2425

特集

「冬こそ従業員の体調管理を大切に！」

～冬の健康管理・職場でできる対策～

冬季は空気が乾燥し、気温が低下することで、ウイルスが活発に活動しやすくなる季節です。特にノロウイルス、インフルエンザウイルス、コロナウイルス、マイコプラズマ肺炎が流行しやすく、職場においても注意が必要です。感染症の拡大は、個人の健康を損なうだけでなく、業務への支障や職場全体の生産性低下にもつながります。

そこで、今回は冬の感染症の特徴とともに、自宅や職場でできる健康管理や感染症対策について解説し、従業員の体調管理の重要性についてお伝えします。



冬季に流行する主な感染症とその特徴

ノロウイルス

ノロウイルスは、11月～3月(冬季)にかけて多く発生するウイルス性胃腸炎の原因ウイルスです。感染力が極めて強く、少量のウイルスでも発症するため、集団感染が発生しやすいという特徴があります。主な感染経路は、感染者の吐物や糞便を介した接触感染や、感染した食品取扱者を介して汚染された食品を摂取したり、汚染されていた二枚貝(カキなど)を摂取したりすることによる経口感染です。

症状としては、突然の激しい嘔吐や下痢、腹痛などが主で、通常1～2日で自然に回復しますが、高齢者や乳幼児などでは脱水症状により重症化することもあります。

インフルエンザウイルス

インフルエンザは、風邪とよく混同されがちですが、症状の進行が急激で、全身に影響を及ぼすのが特徴です。38度以上の高熱、関節痛、筋肉痛、全身のだるさなどが突然現れるため、日常生活や業務に大きな支障をきたします。感染力も非常に高く、職場や学校など集団で活動する場所では一人の感染者から急速に広がる可能性があります。

毎年変異するため、予防接種は毎年受ける必要があります。11月頃からの接種が推奨されています。予防接種を受けても100%感染を防ぐわけではありませんが、発症しても重症化を防ぐ効果があります。

新型コロナウイルス(COVID-19)

新型コロナウイルスは、2020年以降世界的な流行を見せ、現在もなお注意が必要な感染症です。症状は発熱、喉の痛み、咳、倦怠感、味覚・嗅覚障害など多岐にわたり、感染経路は主に飛沫感染および接触感染です。

最近では感染力の強い変異株が確認されており、症状が軽微な場合でも感染拡大を引き起こす可能性があります。ワクチンの接種が進んでいるものの、油断せず、基本的な感染症対策の継続が重要です。

マイコプラズマ肺炎

マイコプラズマ肺炎は、「肺炎マイコプラズマ」という細菌に感染することによって起こる呼吸器感染症です。例年、報告される患者のうち約80%は14歳以下ですが、成人の報告もみられます。1年を通じて患者の発生がみられ、秋冬に増加する傾向があります。新型コロナウイルス感染症(COVID-19)流行以前は、世界的に3～7年程度の間隔で流行することが知られており、国内においても数年毎に流行がみられています。症状は、発熱や全身の倦怠感、頭痛、咳などで、感染経路は感染者の咳やくしゃみで飛び散る飛沫を吸い込む飛沫感染、飛沫が付着した者に触れた後に口や鼻に触れることで起こる接触感染です。

感染症対策

冬の感染症対策で、すぐに実践できる具体的な対策を紹介します。

1. 手洗い・手指消毒の徹底



感染予防の基本は「手洗い」です。ウイルスは手指を介して口や鼻に入り込みます。特に外出後、トイレ使用后、食事前、咳やくしゃみをした後などには、石けんと流水で30秒程度丁寧に

手を洗うことが大切です。感染症に感染した場合は、家族間でもタオルの共用は避けましょう。

また、職場の出入口、会議室、共用スペースなどにアルコール消毒液を設置し、手指の消毒を習慣化させることも有効です。

2. マスクの着用



飛沫感染を防ぐため、特に咳やくしゃみが出る場合はマスクの着用が効果的です。コロナ禍以降、マスクの着用が一般化していますが、冬季はインフルエンザや風邪の流行にも

備えて着用をしましょう。マスクは正しく装着することが大切で、鼻と口をしっかりとおおい、隙間ができないようにします。布製のマスクではなく、不織布マスクを使うようにしましょう。不織布マスクは1日1回を目安に交換することが望ましいです。また、マスクを着用することで加湿もすることができウイルスがのどに付着しにくくなります。また、マスクの外側・内側はどちらもウイルスが付着している可能性があるため、マスクを外すときは耳ひもだけをもって外すようにし、たたまないで捨てましょう。

3. 室内の換気と加湿



寒さから窓を閉め切りがちになる冬ですが、換気不足は感染症のリスクを高めます。1時間に2回以上、数分程度の換気を行いましょう。可能

であれば窓を2か所開けて空気の入入口・出口を確保しましょう。窓が1つしかない場合はドアを開けましょう。換気扇や空気清浄機を併用すると、室内環境の改善に役立ちます。

また、冬は乾燥するため、適度な加湿をしましょう。湿度40%～60%が目安になります。加湿器を使用するときはタンクの水は毎日取り換え、部屋の中央に置くようにしましょう。

4. 共有スペースと備品の消毒

ドアノブ、エレベーターのボタン、共用パソコン、

電話機などは多くの人が触れるため、定期的な消毒が必要です。消毒用のアルコールや次亜塩素酸水を使い、1日1回以上の清掃を行うことを習慣化しましょう。消毒チェック表を設置するのも有効です。



5. 健康状態の把握と報告体制の整備



毎日の検温や体調チェックシートの活用により、従業員の体調変化を早期に察知できます。異変があれば、すぐに上司や衛生管理者に報告できる体制を整えることが重要です。また、体調不良時には無理に出勤せず、在宅勤務

や休暇を取得しましょう。周りに感染症を拡めてしまう可能性があるため休むことを我慢することは禁物です。

従業員の健康管理に対する職場の取り組み

感染症対策を徹底するためには、職場の方針やサポート体制が必要です。具体的な取り組みには以下のようなものがあります。

1. 衛生教育の実施



感染症の知識や正しい予防法を従業員に伝えることは、個人の健康意識を高め、職場全体のリスク管理につながります。定期的に社内研修を行ったり、ポスターやメールで情報を周知したりすることが効果的です。

2. ワクチン接種の推奨



インフルエンザやコロナウイルスなどのワクチン接種を企業として推奨し、接種費用の一部負担や接種時間の確保を行うことで、従業員の感染リスクを低減できます。

3. 職場環境の整備



デスクの間隔を確保したり、パーティションを設置したりすることで飛沫感染のリスクを軽減できます。また、テレワークの導入や時差出勤の活用など、柔軟な働き方を可能にすることで、通勤時や職場内の「密」を回避できます。

4. メンタルヘルスへの配慮



冬季は日照時間が短くなり、気分が落ち込みやすくなる季節でもあります。感染症の不安や体調不良が重なると、メンタル面での不調を抱える従業員も増える傾向にあります。定期的な面談やカウンセリング体制を整え、心の健康にも配慮したサポートを行うことが求められます。

食事、運動、睡眠について

免疫力を高めるために、食事、運動、睡眠が大切です。

免疫力を高める食事

体の免疫力を高め、健康を維持するためには、栄養バランスのとれた食生活が欠かせません。特に冬場は、体を内側から温め、腸内環境を整える食事が、感染症予防に効果的だとされています。毎日の食事で体に必要な栄養をしっかりと摂ることは、体の免疫機能を正常に保つために欠かせません。

冬の感染症対策として役立つ食事のポイントやおすすめの食材・メニューについてご紹介します。日々の食事を見直し、元気に冬を乗り切りましょう。

・免疫力を高める栄養素を意識しましょう

免疫力とは、体に侵入してきたウイルスや細菌などの異物を排除する力のことです。この力は、体内の免疫細胞によって支えられており、その働きを活性化させるためには、栄養バランスの取れた食事が必要です。以下のような栄養素は、特に免疫力の維持・強化に関係するとされています。

栄養素	はたらき	食材の例
ビタミンC	抗酸化作用により白血球の働きを高めて免疫力をサポート	みかんやキウイ、ブロッコリー、ピーマンなど
ビタミンD	感染症の予防	鮭やサンマなどの魚、きのこ類など
亜鉛	粘膜の健康維持や免疫細胞の働きに関わるミネラル	牡蠣や豚レバー、ナッツ類、大豆製品など
たんぱく質	免疫細胞や抗体などの材料	肉、魚、卵、大豆製品、乳製品など

これらの栄養素は、単体でとるよりも、バランスよく組み合わせることで相乗効果が得られます。普段の食事の中



で、主食・主菜・副菜をそろえる「一汁三菜」のような食事スタイルを意識すると、自然と栄養バランスも整いやすくなります。

・腸内環境を整えましょう

免疫力の約70%が腸に存在しているといわれているほど、腸内環境は免疫と深い関わりがあります。腸内には、善玉菌・悪玉菌・日和見菌というさまざまな菌が存在しており、善玉菌が優勢な状態を保つことで、ウイルスや細菌に対する防御力が高まります。

腸内環境を整えるためには、善玉菌を含む発酵食品と、それらの菌のエサになる食物繊維やオリゴ糖を積極的に取り入れることが効果的です。

発酵食品：ヨーグルト、納豆、味噌、ぬか漬け、キムチなど



食物繊維：ごぼう、さつまいも、きのこ、海藻類、玄米など



オリゴ糖：バナナ、玉ねぎ、大豆製品、はちみつなど



毎日の食事の中で、例えば「納豆ごはん」、「野菜たっぷりの味噌汁」、「海藻入りのサラダ」といったように、腸に優しいメニューを少しずつ取り入れてみましょう。

・体を温める食材を積極的にとりましょう

冬は外気温の低下により体が冷えやすくなります。体温が下がると血流が悪くなり、免疫細胞の働きも低下しがちです。そのため、体を内側から温める食事を心がけることも、感染症対策として効果があります。

体を温める食材としては、生姜、ねぎ、にんにく、根菜類（大根、ごぼう、人参など）などがあります。これらを使った温かい汁物や鍋料理は、栄養もしっかりとれ体も温まる、冬にぴったりのメニューです。

・水分補給をしっかりとしましょう

冬は喉の乾燥に気づきにくいいため、水分補給がおろそかになりがちです。乾燥した喉はウイルスが侵入しやすい状態になるため、こまめな水分補給も忘れないようにしましょう。白湯や温かいお茶、具だくさんのスープなどを取り入れると、体を冷やさずに水分を補給することができます。

おすすめの冬メニュー

実際に取り入れやすい、感染症対策におすすめの冬メニューをご紹介します。

・納豆ごはん+豚汁+みかん

→ たんぱく質、発酵食品、ビタミンCが揃ったバランスの良い和定食です。

・鮭ときのこの味噌鍋

→ ビタミンD、食物繊維、発酵食品が一度に摂れる、体も温まる鍋料理です。

・玄米ごはん+鶏団子と白菜のスープ

→ たんぱく質と野菜、腸内環境を整える食物繊維が豊富な料理です。

免疫力を高める運動の効果



感染症に負けない体づくりのためには、免疫力を高めることが重要です。中でも、適度な運動は免疫力を高めるための基本的な習慣の一つです。

運動によって血流が良くなると、体内の免疫細胞が効率よく全身を巡るようになります。これにより、ウイルスや細菌などの異物に素早く反応できるようになり、

感染リスクを下げる効果が期待されます。

特に、激しい運動よりも、ウォーキング・軽いジョギング・ストレッチ・ラジオ体操などの有酸素運動が効果的とされています。

また、運動にはストレスを軽減する効果もあります。ストレスが溜まると自律神経のバランスが崩れ、免疫機能が低下するといわれています。毎日少しでも体を動かすことで、気分がリフレッシュされ、心身の健康維持にもつながります。

職場では、長時間同じ姿勢で仕事をする人が多いため、1時間に1回程度の軽いストレッチや、昼休みに散歩をする習慣を取り入れるだけでも大きな効果があります。感染症対策として、日常的な運動を意識的に取り入れることが大切です。

良質な睡眠と免疫力の関係



免疫力を維持・強化するうえで欠かせないのが、質の良い睡眠です。睡眠中、体は休んでいるように見えて、実は免疫細胞の働きが活発になり、体内の修復や調整が行われています。

十分な睡眠がとれていないと、体内の免疫バランスが崩れ、ウイルスへの抵抗力が弱まることが知られています。反対に、しっかりと睡眠時間を確保し、深い睡眠がとれている人は、風邪やインフルエンザにかかりにくいという研究結果もあります。

睡眠時間は個人差がありますが、一般的には1日6～8時間程度の睡眠が推奨されています。ただし、長さだけでなく「質」も大切です。深い眠り（ノンレム睡眠）がしっかりと得られるようにするには、寝る前のスマホやパソコンの使用を控え、部屋を暗くして静かな環境を整えることが効果的です。

また、生活リズムが乱れていると体内時計が崩れ、睡眠の質も低下します。決まった時間に寝起きする「睡眠習慣」を身につけることで、免疫力も安定し、感染症に対する抵抗力が高まります。

仕事が忙しいと、つい睡眠を後回しにしてしまいがちですが、睡眠は「休息」ではなく「回復と防御」のための重要な時間です。体調管理の基本として、日々の睡眠を大切にしましょう。

おわりに

冬は感染症のリスクが高まる季節ですが、日々の体調管理や生活習慣の見直しによって、そのリスクを大きく減らすことができます。職場の取り組みに加え、従業員一人ひとりの健康管理の意識を高めることが、健康な職場づくりにつながります。

感染症に対して過度に恐れるのではなく、正しい知識と行動で予防をし、この冬も元気に乗り越えていきましょう。



一般財団法人 滋賀保健研究センター

健康管理部 あじろ しんご 安代 晋吾

平成16年	3月	藍野学院短期大学看護学科	卒業
平成17年	3月	藍野学院短期大学地域専攻学科	卒業
平成17年	4月	財団法人滋賀保健研究センター	入職
(平成24年4月 一般財団法人に移行)			
保健指導業務・健康診断業務に従事			

12月のスケジュール



お知らせ

MORIYAMA

1 月	
2 火	正副会頭会議 中間監査会 湖南四市経済懇話会
3 水	
4 木	
5 金	二葉会
6 土	
7 日	
8 月	
9 火	常議員会
10 水	知的財産等相談 滋賀県商工会議所連合会正副会頭会議
11 木	建設部会役員会
12 金	
13 土	工業部会大阪・関西万博絵画レポートコンクール 最終審査会並びに表彰式
14 日	
15 月	
16 火	事業承継等相談 ショート動画コンテスト2025結果発表会
17 水	
18 木	マル経協議会
19 金	法律相談
20 土	
21 日	もりやまいち
22 月	
23 火	
24 水	
25 木	
26 金	
27 土	年末年始休館（～1月4日まで）
28 日	
29 月	
30 火	
31 水	

今よみがえる
昔なつかしい 中山道守山宿

つなが、今と昔。

もりやまいち

日 時 12月21日(日)
10:00～15:00

開催場所 銀座西交差点から朝日屋セトモノ店前
までの旧中山道守山宿一帯
銀座西交差点から泉町交差点まで

内 容 かごかきレース *New*
お米すくいチャレンジ *New*
石見神楽『大蛇』（京都瓜生山舞子連中） *New*
韓国舞踊（金一志韓国伝統芸術院） *New*
もりやまあるあるカルタ大会
市内中学生による商い体験 等





▲石見神楽『大蛇』

▲韓国舞踊

詳細は守山市観光物産協会HPをご覧ください。
<https://moriyamamayamamori.jp/event/moriyamaichi2025/>



守山市駅前総合案内所からのお知らせ

やまもりいち 年末大売出し!

日 時 令和7年12月27日(土)
午前8時頃から午後2時まで

守山産の新鮮な野菜、湖魚、手造り加工品、お惣菜、お菓子など多数揃えてお待ちしております。

年末のお買い物、お正月準備にご活用ください。

詳細は守山市駅前総合案内所
TEL:077-514-3765 へお問合せください。

令和8年 ～ご案内～ 年賀交歓会

令和8年の年賀交歓会を下記の要領で開催します。

行政関係及び会員相互の新年のご挨拶を一同に行う良い機会ですので、多数のご参加をお待ちしております。

**参加者
募集中!**

と き 令和8年1月5日(月) 10:00～10:40(受付9:30～)

と ころ 守山市役所 1階多目的ホール

※駐車場には限りがございますので、公共交通機関の利用や乗り合わせでのご来場にご協力ください。お車でご来場いただく場合は、当所の駐車場を優先的にご利用ください。

参加料 無料(飲食はございません)

主 催 守山市／守山商工会議所

お申込み 本誌折込みチラシ(新春年賀交歓会)を確認いただき、12月12日(金)必着で、FAXまたはWEBフォームよりお申込みください。
<https://forms.gle/4XTrnLT1DvteH879>





守山商工会議所 第15期役員を選任

11月4日(火)の臨時議員総会において、第15期の副会頭、専務理事(詳細下記)が承認されました。

なお、会頭については、去る6月24日(火)の通常議員総会で承認されています。

※敬称略 ※任期：令和10年10月31日まで

会頭	副会頭	副会頭	副会頭	専務理事
				
大崎 裕士 大崎設備工業(株)	川嶋 栄司 (株)川嶋機械	鵜飼 重樹 うかい自動車(株)	森本 藤樹 旭オイル(株)	田中 良信

他 今日から始めるひとり広報教室 10/29(水)

～プレスリリースガチで学べる場所やります～

場所：守山市役所 1 階多目的ホール

講師：(株)Relays 代表取締役 田ヶ原 恵美 氏
京都新聞本社滋賀南部総局記者 石田 真由美 氏
びわ湖大津経済新聞記者 山中 輝子 氏
しがとせかい(株) 中野 龍馬 氏

小規模事業所がマスコミ等にプレスリリースをする際の注意点やポイントを学び、効果的な情報発信の仕方を学ぶことを目的としてプレスリリースセミナーを開催しました。セミナーでは、「社会性がある」「時代性がある」「地域性がある」「純粋に面白い」といった内容が取材されやすいと説明があった。

他 DXセミナー&ツール展示会 11/5(水)

場 所：守山市役所 1 階多目的ホール

登壇者：スターエンジニアリング(株)

代表取締役 和田 英幸 氏

機械保全グループ長 山本 真大 氏

(株)セラピア

代表取締役 田中 圭 氏

(同) Libra近江 地域企業デジタル化推進室

石田 恵里 氏

ファシリテーター：しがとせかい(株) 代表取締役 中野 龍馬 氏

中小企業のDX推進を目的に、昨年度守山市の官民連携事業の一環として実施されたノーコードツール「Adalo」の導入事例を紹介いただきました。発表後には、参加者同士で現場におけるDXの活用方法や課題について活発な意見交換が行われました。

また、併設されたITツール展では、セキュリティ対策や業務効率化を支援する最新ソリューションが



▲事例発表する山本氏(左)

展示され、参加者らが自社に適したツールを自由に見学するなど、DXへの理解を深める貴重な機会となりました。

工業部会 生成AI活用塾

10/6(月)・20(月)・11/10(月)

場所：ナレッジフォース・パートナーズ(同)

代表 藤原 敬行 氏

昨今、生成AIが何かと話題となっていますが、どの生成AIをどのように活用すれば生産性向上に繋がるのかを把握することはなかなか困難です。そのよ



▲各自のPC等でAIを実際に活用する課題を解決するため、しながら聴講する受講者ら

今回の講座では経営視点にたって様々な生成AIの活用方法を全3回で藤原講師に紹介をしていただきました。3回の講座を受講された参加者からは「色々な生成AIの活用方法を知ることができたので、会社でも生成AIを活用し生産性向上を図りたい」というお声をいただきました。

会員交流会 11/18(火)

場所：ライズヴィル都賀山

守山商工会議所会員が一堂に会し、会員相互の親睦と交流を図ると共に、会議所活動の理解と企業活動の活性化を図ることを目的に「会員交流会」を開催しまし








▲希望事業所によるPRタイム

た。新入会員(令和3年度以降入会)のみなさんにも多くご参加いただき、活発な交流を図ることができました。PRタイムでは、各事業所から事業内容をはじめ商品やサービスについて熱心に紹介されました。

もりやま景況調査

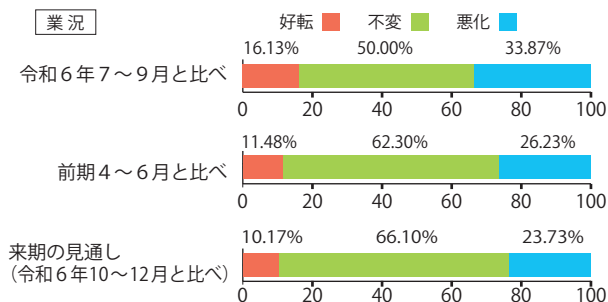
令和7年7月～9月期

※DI（Diffusion Index（景気動向指数））…「増加」「好転」企業割合から「減少」「悪化」企業割合を差し引いた数値

DI 指数	30 以上 	10 以上 30 未満 	▲ 10 以上 10 未満 	▲ 30 以上 ▲ 10 未満 	▲ 30 未満 
-------	---	--	--	--	---

業況

前回調査（令和7年4月～6月期）と比べてやや改善している。来期もやや改善の見通し。

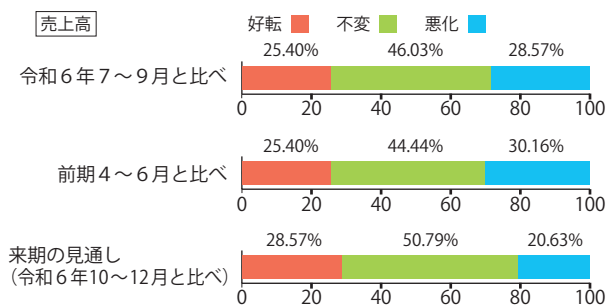


1～3月期動向 昨年同期との比較	全体	▲ 17.7	
	小売業	▲ 25.0	
	製造業	▲ 38.5	
	建設業	16.7	
	サービス業	▲ 31.3	
	卸売業	20.0	

※業況DI（好転－悪化）は今期が▲17.7で前回調査の▲20.3から2.6ポイント改善
来期の見通しDI（好転見通し－悪化見通し）は▲13.6で、今期より4.2ポイント改善の見通し

売上高

前回調査（令和7年4月～6月期）と比べてやや改善している。来期もやや改善の見通し。

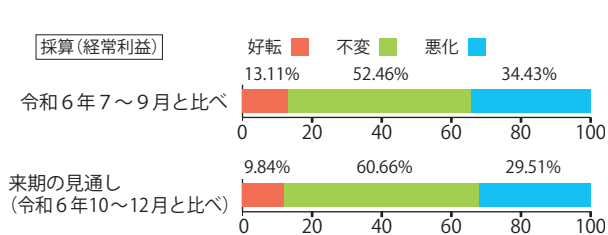


1～3月期動向 昨年同期との比較	全体	▲ 3.2	
	小売業	▲ 12.5	
	製造業	0.0	
	建設業	0.0	
	サービス業	0.0	
	卸売業	0.0	

※売上高DI（好転－悪化）は今期が▲3.2で前回調査の▲8.3から5.1ポイント改善
来期の見通しDI（好転見通し－悪化見通し）は7.9で、今期より11.1ポイント改善の見通し

採算（経常利益）

前回調査（令和7年4月～6月期）と比べてやや改善している。来期もやや改善の見通し。



1～3月期動向 昨年同期との比較	全体	▲ 21.3	
	小売業	▲ 53.3	
	製造業	▲ 38.5	
	建設業	▲ 8.3	
	サービス業	6.3	
	卸売業	0.0	

※採算（経常利益）DI（好転－悪化）は今期が▲21.3で前回調査の▲27.1から5.8ポイント改善
来期の見通しDI（好転見通し－悪化見通し）は▲19.7で、今期より1.6ポイント改善の見通し

トランプ関税の影響、国・県・市の経済対策、各種イベントや地域のトピック

- ・まだ、財サービスの影響は感じられない。（小売業）
- ・アメリカへの輸出、売上が少なく特に影響がない（製造業）
- ・労務費の増加、人手不足は避けられないが固定費が上がると中長期的に見て不況の際に苦しみことになる。価格転嫁は難しいが、不要コストを抑える努力が必要である。（製造業）
- ・エネルギー価格の上昇が全て悪く出ている。（建設業）
- ・荷主の荷動き低下（サービス業）

その他、調査結果の詳細については当所ホームページをご覧ください。

<https://moriyama-cci.or.jp/survey/>

アノ人に聞く! ココだけの話

vol.9

今月の
アノ人

守山商工会議所 副会頭
株式会社 川嶋機械 代表取締役社長
川嶋 栄司さん

趣味：バドミントン(年に1度、夫婦でダブルスの試合に出場)、ゴルフ、二輪車(愛車はウィリエールのロードバイク、ハーレーダビッドソンのウルトラ、ホンダのハンターカブ)

座右の銘：日々妥協せず、常々探求心を忘れず

今年度からスタートした「アノ人に聞く! ココだけの話」。当コーナーでは守山商工会議所に所属する会員の中から話題のアノ人をピックアップ。事業所紹介だけでなく、その人物像まで掘り下げて企業の魅力に迫ります。

第9回のアノ人は、守山商工会議所 副会頭の川嶋栄司さんです。

弊社は昭和35年に守山市内で創業し、今年で65周年。そもそも「川嶋機械工業所」として建設機械の販売・修理を行っていましたが、バブル経済崩壊後の平成16年にグループ会社で建設機械のリース・レンタルを専業とする「淡海リース」と合併。社名を「川嶋機械」に変更し、現在に至ります。

私が社長に就任したのは35歳の時ですが、最初はまったく家業を継ぐ気はありませんでした。中学時代は「メカニックになろう」と考えて工業高校へ進学しようとするも、「お前に整備の知識は必要ない」と父にいわれて断念。高校時代はバドミントンでインターハイと国体に出場し、「将来は体育教師をめざそう」と心に決めていたものの、「体を壊したら終わりやないか」とまたも父に阻止されました。

でも、高校時代に部活で結果を残せた経験は、私の人生の柱になるほど大きなものだったのです。

高校時代の恩師との出会い

母校の比叡山高校は、滋賀県屈指のバドミントンの強豪校。中学生の全国大会で優勝・準優勝するような逸材がクラブにひしめいていました。そんな連中ばかりの中で劣等感を覚えた私は半年で挫折。だんだん部活をさぼりがちになっていた時、顧問の藤上良信先生が私の家まで会いに来てくれました。

当時、藤上先生は名監督とうたわれたカリスマ的な指導者。そんな先生の後押しもあり、私はもう一度クラブに復帰することができたのです。それからはもう、めげることはなかったですね。チームの中には高校からバドミントンを始めた初心者もいましたが、私は彼とペアを組み、インターハイへ出場。のちに藤上先生から、「初心者のいるチームで全国を狙えたのはお前らだけや」といわれました。

どんな逆境でもあきらめない

実をいうと平成16年に弊社が行った合併は、バブルの崩壊で悪化した経営状況を立て直すための起死回生策でした。それに伴い、給与のカットやリストラも行わざるをえない状況でしたが、そんな悪条件の中でも本当に社員は頑張ってくれて会社を今日まで立て直してくれました。その当時の部門長が書いてくれた決意表明は、今も私の事務室に掲げ、当時の事を忘れないように私に喝を入れてくれています。

景気に大きく左右される建設業界ではこの30年、ずっとピンチの連続でした。しかし、学生時代に培った“めげない心”を携えて、第三創業の未来に向かってみんなで歩き出しています。これからは次の世代が事業の担い手になりますが、今にして思えば営業職と経営者を兼務して毎日奔走していたあの頃がいちばん楽しかったと感じています。



▲合併時の決意表明

インタビューのこぼれ話 裏話はnoteをチェック!

この場で紹介できなかったお話は、インターネット上のコンテンツ共有サービス『note』に掲載しております。こぼれ話や裏話、インタビューの雑感など、ユニークな話題が盛りだくさん! ぜひフォローして、ご高覧くださいませ。



インタビュー・執筆 tetra-Dune 中尾潤子

守山市在住のフリーランスライター。地元TV局の制作部を経て独立。駅裏の台湾厨房のジロー飯、また食べたいなあ…。
<https://tetra-dune.com/>



ホームページ





健康保険の扶養

19歳以上23歳未満の方の「年収の壁」が変わりました

令和7年度税制改正において、特定扶養控除の見直しや特定親族特別控除が創設されたことに伴い、健康保険においても扶養の認定要件が見直されました。令和7年10月1日より19歳以上23歳未満の方の扶養認定における年間収入要件が引き上げられましたので、ご確認ください。

① 何が変わった？変更のポイント

令和7年10月1日以降、19歳以上23歳未満の親族は、健康保険の被扶養者になるための年間収入要件が130万円未満から150万円未満に引き上げられました。この変更は、学生である必要はなく、配偶者は対象外です。背景には、若年層の就労調整対策や深刻な人手不足への対応、家計支援と若者の働き方支援の両立を図る狙いがあります。

収入要件	年間収入130万円未満 (60歳以上または障害者の場合は、年間収入180万円未満) および
	・同居の場合：収入が被保険者の収入の半分未満 ・別居の場合：収入が被保険者からの仕送り額未満



19歳以上23歳未満(配偶者を除く)

収入要件	年間収入150万円未満 (障害者の場合は、年間収入180万円未満) および ・同居の場合：収入が被保険者の収入の半分未満 ・別居の場合：収入が被保険者からの仕送り額未満
いつから	令和7年10月1日以降の扶養認定日から
年齢判定	19歳以上23歳未満の年齢の判定は、扶養認定日が属する年の12月31日時点の年齢で判定

なお、変更されたのは19歳以上23歳未満(配偶者を除く)の方の年間収入要件のみで、他に変更はなく、配偶者や19歳以上23歳未満に該当しない方の年間収入要件は130万円未満のまま今までと変わりません。

今回の要件変更で大きく影響があるのは、親の扶養に入っている大学生のアルバイトさんなどです。昨年までは税法上の扶養は103万円以下、健康保険法上の扶養は130万円未満と年収の壁の金額が異なりました。親の扶養控除を維持するために、103万円以下で働くために働き控えが起こり、人手不足が一層深刻になっていました。今年からは税法上と健康保険法上の扶養で年収の上限が150万円に統一され、壁が大幅に引き上げられたことで就業調整・人手不足への対策に効果を発揮するものと思われます。

② 税と健康保険扶養の違い

年収の上限が150万円に統一されたとはいえ、税法と健康保険法は全く別の法制度であり、細かい部分や考え方が異なります。税法上のルールで年収の計算をしていると健康保険の収入要件をオーバーしていたということにもなり兼ねませんので、ご注意ください。

	税	健康保険
年間収入基準	150万円以下 (150万円超188万円以下の控除額は段階的減)	150万円未満
対象収入	通勤手当(非課税)は非課税のため 対象外	通勤手当(非課税)も収入に 含む 課税・非課税関係なし

③ 結局どのくらいまで働ける？

Q1 20歳の大学生アルバイト(親の扶養に入っている)は月どのくらい働けますか？(時給1,100円)

A 年間収入150万円未満に収める必要があり、以下のとおりとなります。

・年間上限	1,499,999円
・月平均上限	124,999円
・月労働時間	約113時間
※通勤手当も収入に含まれます 月3,000円の場合→月110時間程度	

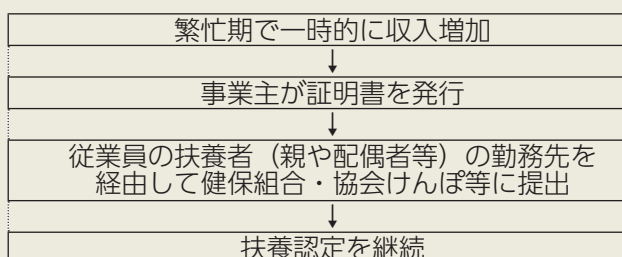
Q2 パート従業員(夫の扶養に入っている)は月どのくらい働けますか？(時給1,100円)

A 年間収入130万円未満に収める必要があり、以下のとおりとなります。

・年間上限	1,299,999円
・月平均上限	108,333円
・月労働時間	約98時間
※通勤手当も収入に含まれます 月3,000円の場合→月95時間程度	

Q3 一時的に超えてしまった場合は？

A 「年収の壁・支援強化パッケージ」を活用できます。



条件：臨時の業務増加など、一時的な事情であること(連続2回まで) **扶養認定を継続するか**

どうかを判断するのは、扶養者(親や配偶者等)が加入する健保組合や協会けんぽ等です。130万円の壁に限らず、150万円の壁についても対象となりますが、**必ず事前に扶養者が加入する健保組合や協会けんぽ等に詳細を確認の上**、活用いただくようお願いします。

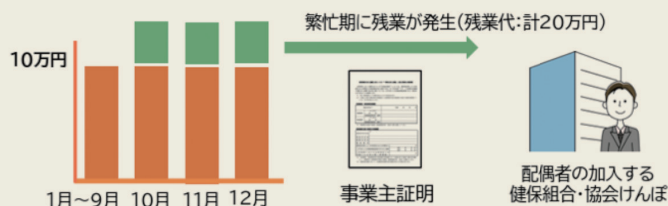
いわゆる「130万円の壁」



私の場合、年収130万円を超えると扶養から外れてしまうから働く時間を調整しないといけない・・・
※被扶養者の認定は、年間収入(残業代も含む全ての収入)に基づいて行われます

大丈夫です！収入が一時的に上がったとしても、事業主がその旨を証明(事業主証明)することで、**連続2回まで引き続き被扶養者認定が可能です**

例：毎月10万円(年収120万円)で働くパートの方が残業により一時的に収入増になった場合



④ 特定適用事業所の場合は？

社会保険の適用拡大となっている特定適用事業所(企業規模：厚生年金保険の被保険者数51人以上)で、19歳以上23歳未満のフリーターや休学中の学生さん等が親の扶養の範囲内で働いていた場合、今回の変更で年間収入要件が150万円未満に引き上げられたとしても、自身が被保険者となる106万円の壁が存在します。大学生などの学生の場合は、社会保険の適用拡大の対象となりませんので、150万円未満で考えていただければ良いですが、学生でない方についてはご注意ください。(※休学中の学生、通信制の学生、夜間学生等は社会保険の適用拡大での「学生」には該当しません)

今回は、大学生などのアルバイトを多く雇用する企業にとって重要な変更です。従業員が安心して働ける環境を整えるため、正確な情報提供と適切な労務管理を行いましょう。



アニカ社労士事務所 特定社会保険労務士 西山 香織

✉ anicca.sroffice@gmail.com

2023年11月1日 アニカ社労士事務所 開業

事業主・労働者・行政と様々な立場の視点を持ち、バランス型の社会保険労務士として企業様の人事労務分野におけるトータルコンサルティングを行っています。また、電子化・ペーパーレス化・システム連携に特化した事務所運営をしており、システム導入のサポートも行っています。労務に関する課題やご相談事項がございましたら、どうぞお気軽にお問い合わせください。

気象予報士 × 税理士

藤富郷のクラウドな話

会社防災のすすめ

今年も大雨特別警報が発表になるなど、被害の大きい自然災害が頻発しました。会社の災害対策はできていますでしょうか？ 企業にとって、突然やって来る災害は経営に大きなダメージを与えます。主要な事業が被災すると売り上げがぐっと下がるため、企業の継続が困難になることもあります。

私は気象キャスター・防災士と税理士という、それぞれ関係のないような仕事をしていますが、お互いをつなげられたら面白いなと感じておりました。その中で見つけたのが、防災を企業経営に結び付けることです。

近年は災害への対策として、BCP（事業継続計画）が注目されています。すでに導入している企業もあるかと思いますが、ただ、BCPを策定するには、さまざまなリスクを想定するため、作業が煩雑でなかなか大変です。特に、中小企業にとっては負担が大きくなります。帝国データバンクの調査でも、BCPを策定している中小企業は17%ほどと、大体数の企業では取り組まれていないことが実情です。さらに、BCPは災害発生"後"に事業を短期間で復旧させる経営計画であり、災害発生"直前"での対応は苦手です。

そこで、私が新しく考案したのが、「会社防災タイムライン」というコンセプトです。これは、災害発生に備え、発生前は「自然災害の会社への影響を数値化」、直前は「気象情報を活用し被害を軽減」、被災後は「早期の復旧」という時系列の流れで会社の人と資産を守る取り組みです。想定される災害を自然災害に限定し、とりわけ予測が可能な気象災害に注目することで、作成作業の負担が少なくなり、リスク評価もしやすくなります。

特に重視したいのが、災害発生直前の対応です。災害が迫っている中で適切に対応することで、事前の対策が最大限の効果を発揮し、想定された復旧費

用の減少や復旧期間の短縮につながります。

ここで役立つのが、気象情報です。気象キャスターをしていると、災害発生の予測精度が高くなっていることを実感します。住民の避難に向けての情報である気象情報を企業向けに読み替えることで、発表される情報のタイミングに合わせた対応が可能になります。タイムライン形式で取り組みを設定することで、災害発生直前でも何をすべきかが分かりやすくなります。

災害において、一番大切なのは人の命です。ただ、災害で会社がなくなると、被災後の生活に大きな影響が出てきます。会社を災害から守ることも考えてみてはいかがでしょうか。



気象予報士兼税理士

藤富 郷

ふじとみ ごう



気象予報士、税理士。埼玉県三郷市生まれ。早稲田大学大学院理工学研究科修了。大学院在学中に気象予報士に登録。日本テレビ「スッキリ」に気象キャスターとして出演しながら税理士試験に合格し、2016年に開業。21年に越谷税務署長表彰受賞。趣味の鉄道では、鉄道イベント出演や時刻表、鉄道模型雑誌にコラムを寄稿。プログラミングやガムにも造詣が深く、「複業」として得意を組み合わせて幅広く活躍中。地元の「三郷市PR大使」を務めるなど、地域との関わりも深めている。

必ずやってくる 『未来のトレンド』をイメージする方法

8月5日に観測史上最高となる41.8度を群馬県伊勢崎市で記録するなど、今年の夏はこれまでで最も暑い夏でした。この数年、毎年のように暑さが増して最高気温だけでなく、猛暑日や真夏日の日数も過去最高を更新することが常態化しています。地球温暖化の原因については諸説ありますが、温室効果ガスの排出規制の効果が地球規模で期待されない現状においては、当面この傾向は続くと考えられます。

以前このコラムで、地方の中小企業の経営者は未来に起こることを予測して、その先にビジネス視点で網を張ることが大切だとお伝えしました。今回は、どのようにして未来を予測すればいいのか、その変化をビジネスの世界にどう落とし込めばいいのか、その方法について考えてみます。

温暖化も一つの例ですが、この先10年、20年を考えたときに、どの時点でどこまで行くかは正確に読めないけれど、確実に一定の方向に向かっていくような事柄はいくつもあります。例えば、テクノロジーの進化はこの先も後戻りすることなく、進んでいくでしょう。それは、例えば情報処理速度や通信速度の向上という形で表れて、その結果、自動運転や自動翻訳などは確実に手の届くところに降りてくると予想されます。日本国内における高齢化や少子化もそうです。また、数値では捉えにくいですが、利便性を求める人間の性質や生活スタイルの変化から見て、例えば家事はますます手抜きできるようになるでしょうし、冠婚葬祭といった家族単位のイベントもますます簡略化されるでしょう。

こうしたトレンドを、自分のビジネスとどう関連付けるのか。消費トレンドの変化を具体的に予測していくために、私自身は次のような方法を取っています。まず、例えば「温暖化」や「自動運転の普及」といったトレンド軸について、それがどのような影響をもたらすかを五つの視点から見るようにしてい

ます。それは「衣食住」と「働く」「遊ぶ」です。そしてそこから生まれる疑問をA Iに投げかけてみるのです。

例えば、「食」の視点で「温暖化」によってはどんな影響が出るかを考えてみます。すでに熱中症対策で水分や塩分摂取について気を付けるようになっています。この先、今の猛暑日（最高気温35度以上、東京では今年29日）と同じくらいの頻度で40度以上の日が出現するとしたら、食生活はどう変わるのでしょうか。A Iに聞いてみたら、面白い視点を提示してきました。「水分を多く取るため、胃腸の調子を崩す人が増え、梅干しや発酵食品など食欲を刺激したり胃腸の調子を整えたりするような食品がはやると考えられ、さらに冷たいものを避ける人が増えるため『ぬるい』調理法による食品が数多く登場するでしょう」とのことでした。実際その通りになるかどうかは分かりませんが、新しいビジネスが生まれる可能性を感じさせます。こんな方法でさまざまなトレンドを分析しつつ、A Iを使って具体的なイメージを広げてみてはいかがでしょう。



地域経済アナリスト
コンサルタント

渡辺 和博

わたなべ かずひろ



合同会社ヒナニモ代表。1986年筑波大学大学院理工学研究科修士課程修了。同年日本経済新聞社入社。IT分野、経営分野、コンシューマ分野の専門誌の編集を担当。その後、日経BP総合研究所 上席研究員を経て、2025年4月から現職。全国の自治体・商工会議所などで地域活性化や名産品開発のコンサルティング、講演を実施。消費者起点をテーマにヒット商品育成を支援している。著書に『地方発ヒットを生む 逆算発想のものづくり』（日経BP社）。



もーりーの

守山商工会議所

サービス案内

会員
限定

あすのたね広告掲載・折込サービス

本誌「あすのたね」では、会員事業所様の広告の誌面への掲載や、チラシ折込サービスをご用意しています。

BtoBの事業を効率良くPR

守山商工会議所会報誌「あすのたね」は、現在約1,400の会員事業所並びに関係団体宛にお送りしています。一般の新聞やフリーペーパー等への掲載や折込・ポスティングとは異なり、企業や団体へダイレクトに届くので、特にBtoBの事業などは効率よくPRできます。

コスト削減に

仮にDMを普通郵便（定形）で送ると、@110円×1,400通＝154,000円かかりますが、あすのたね折込サービスであれば16,500円（税込）で、チラシ1,400枚を持ちこむだけで封入作業も当所で行います。広告掲載の場合は印刷費が不要な上、1,400の会員事業所以外に守山駅や守山市役所、公民館等の公共施設でも配布しているためより多くの方へPRが可能です。

発行日

毎月1日
（1月号を除く）

発行
部数

1,700部

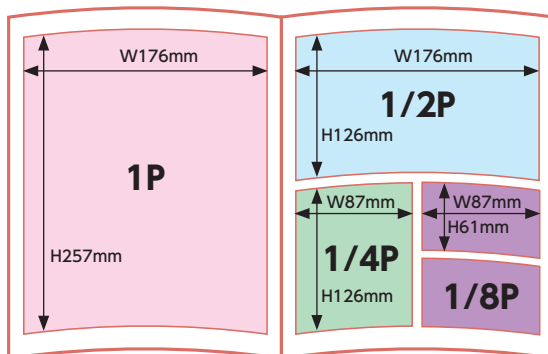
配布先

当所会員事業所・守山駅・守山市役所・
公民館・全国主要商工会議所 他

掲載
料金

カラー	(mm)	料 金 (10%税込)	
		裏表紙	中 面
A4 1P	(H257×W176)	55,000円	44,000円
A4 1/2P	(H126×W176)	33,000円	27,500円
A4 1/4P①	(H126×W87)	22,000円	16,500円
A4 1/4P②	(H61×W176)	22,000円	16,500円
A4 1/8P	(H61×W87)		11,000円

※所定の掲載枠が埋まり次第、締め切ることがあります。



注意

※ご利用は当所の会員に限ります

※内容によっては、お断りする場合がありますので、予めご了承ください

※掲載・折込希望月の前月10日（土・日・祝日の場合は直前の平日）頃までにお申し込みください



会社のPRやイメージアップ、新たに会員事業所
同士を結ぶ手段として、ぜひご利用ください。

<https://moriyama-cci.or.jp/guide/ja/>



新入会員紹介コーナー

新しい会員さんです。共に、がんばりましょう！（敬称略）



事業所名	代表者名	所在地	営業内容
守山駅前よねくら内科・胃腸内視鏡クリニック	米 倉 伸 彦	梅田町6-2 フレンドタウン守山2階	内科、消化器内科、内視鏡、肝臓内科、肛門内科
合同会社ナカイ	中 飯 千 尋	吉身7丁目 4-9-50	英語教室、ハンドメイド販売
PIECE	西 村 拓 哉	浮気町	飲食店
フィールドデザイン 合同会社	西 川 裕 哉	二町町 30-105	就労継続支援 B 型事業所、日中一時支援事業所、 福祉タクシー事業
株式会社 RBC	三 津 屋 健 志	石田町 687-11	レンタカー業、自動車販売業
想武商事株式会社	星 野 翔 太	守山6丁目 8-9	不動産仲介、不動産売買、不動産コンサルティング
JUDO ガイドサービス	白 岩 従 道	播磨田町 1402-2 ヴィラナリー守山Ⅱ 305	琵琶湖バスフィッシングガイドサービス
はる整骨院・ Halu 美容整体サロン	白 石 泰 治	焰魔堂町 124-3	整骨院、整体院
HUNGRY MANS BURGER	苗 村 健 二	服部町 350-3	ハンバーガーの販売、キッチンカー
株式会社 ニンジャドローン	三 峰 詳 晴	野洲市小篠原 2113-7	無人航空機操縦士資格登録講習機関、 ドローンスクール、ドローン販売
株式会社オール真庭 真庭市場守山店	和 田 章	播磨田町 185-1	真庭地域の野菜や特産品の販売
岡田建設	岡 田 実	金森町 437-1	道路改良工事、舗装工事他

事業主の
皆様へ守山市国保加入者の職場健診結果提供の
お声かけにご協力をお願いいたします。

守山市では、生活習慣病の早期発見や重症化予防を目的に、特定健康診査を実施しています。貴事業所の従業員様で、守山市国民健康保険に加入され、守山商工会議所において実施された健診を受診された方に対して、市への健診結果の提出についてお声かけのご協力をお願いいたします。

なお、健診結果の提供方法等につきましては、守山市国保加入者に送付させていただきました特定健診受診券に同封の黄緑色のチラシ「職場で事業主健診を受診される方へ」をご覧ください。

問い合わせ 守山市健康福祉部すこやか生活課（市役所2階）

TEL：581-0201 FAX：582-1138

健診結果を
市に提供市より
健診結果に応じた
保健サービスの
案内特定保健指導等を
通じて
生活習慣を改善生活習慣病の
発症予防・
重症化予防仕事の生産性が
向上
Ⅱ
健康に働く
従業員の増加



本のがんこ堂がオススメ！ビジネススキルアップ本 ビジネスに役立つ書籍を月替わりで紹介！



書名 **覚悟の磨き方** 超訳 吉田松陰

著者名：池田貴将
ISBN：9784861139925 出版社：サンクチュアリ出版
版 型：B6・248ページ 発売日：2013/5/23 価格：1650円(税込)

内容紹介：

一流アスリートや経営者などから絶大に支持を受けて発売以来ロングセラー。時代の常識をことごとく破り、幕末の英雄たちに大きな影響を与えた思想家・吉田松陰から学ぶ自分と仲間の魂に火をつける方法とはなにか？彼が残した言葉を現代人にもわかりやすく理解しやすい超訳版で紹介する本書を読んで現状を打破する勇気をもらってみてください。



発見はいつもここから

本のがんこ堂

上記書籍のお買い求めは、「本のがんこ堂」へ！



本のがんこ堂 守山店
守山市古高町福田393-19
営業 9:00～21:00
TEL 077-582-7560 FAX 077-581-2723

年中
無休

本のがんこ堂 守山駅前店
守山市勝部一丁目1-21-101
営業 10:00～21:00(日曜祝日10:00～18:00)
TEL 077-584-5460 FAX 077-585-9855

本の森のちいさなカフェ Gankodo
守山市守山五丁目3-17 守山市立図書館内
営業 10:00～18:00 休 図書館定休日に準ずる
TEL 077-514-8225

12月4日から12月10日は「人権週間」です。
法務省・人権擁護機関では、様々な人権問題について
相談を受け付けています。

〈相談窓口〉

ナビダイヤル **みんなの人権110番**

※最寄りの法務局・地方法務局につながります。

TEL: **0570-003-110**



<https://www.jinken.go.jp/>



中小企業倒産防止共済制度

経営セーフティ共済



経営セーフティ共済は、取引先事業者が倒産し、売掛金債権等が回収困難になった場合に、貸付けが受けられる共済制度です。「もしも」のときの資金調達手段として当面の資金繰りをバックアップします。

中小企業倒産防止共済制度の特長

- 1 掛金の10倍の範囲内で **最高8,000万円**まで貸付け
- 2 貸付条件は **無担保・無保証人**
- 3 掛金は税法上 **損金(法人)**または**必要経費(個人事業)**に

加入や加入後の一部手続きがオンラインで可能

加入後の**オンライン手続き**、掛金月額の増額減額、掛金の前納、事業所所在地・電話番号・資本金・従業員数の変更 など

制度の詳細内容は 右記の2次元コード又はホームページからご確認ください。

経営セーフティ共済

検索



2024.9

Be a Great Small.
中小機構

共済相談室 TEL. 050-5541-7171
[受付時間] 平日 9:00～17:00