

鉄人 NEWS

THE TETSUJIN NEWS

株式会社東部がお届けするインフォメーション・レター

発行所 株式会社東部鉄人ニュース事務局
 神奈川県相模原市緑区下九沢 1509-4
 TEL.042-764-4128
 FAX.042-762-9593
 編集 鈴木明子
 http://www.tobu21.co.jp

Vol.33
 2013
 5月号

つねに時代の先へ新技術と新発想でお応えいたします!

だから選ばれる…最強鋼管杭基礎『e-pile』!

某駅ビル荷捌き棟 建設工事



杭の種類 φ216.3mm-(拡頭径)φ267.4mm L=13.5m Dw500mm 4set
 φ216.3mm-(拡頭径)φ267.4mm L=13.5m Dw600mm 2set
 φ267.4mm-(拡頭径)φ318.5mm L=13.5m Dw700mm 2set

本物件は繁華街に位置する鉄道商業ビルのため周辺環境の配慮と狭小施工による対応が求められ、低騒音・低振動施工と高支持力・超コンパクト施工を特徴としたe-pile工法の適用性を高く評価いただき採用となりました。

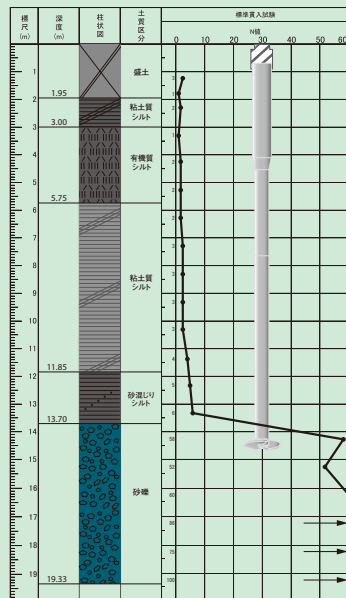
また、元請様には施工ヤードの確保等ご協力いただき安全且つ無事に工事を完了することが出来ました。

| | |
|-----|--------------|
| 工事名 | 某駅ビル荷捌き棟 建設工 |
| 施工地 | 神奈川県厚木市 |
| 用途 | 荷捌き棟 |
| 構造 | 鉄骨造(S) |
| 階数 | 地上2階 |

心より感謝いたします。



ボーリング柱状図



☆ご採用いただき、誠に有り難うございました。

環境性、経済性、革新性で選ばれる「e-pile」。

国土交通省大臣認定工法



鋼管杭基礎総合メーカー

Tobu, 株式会社 東部

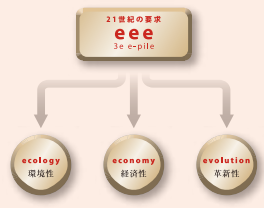
http://www.tobu21.co.jp

3e

e-pile工法は鋼管杭の特徴である長い支持力性、安全性、高品質、短工期などの優位性の他、3eをテーマとしたecology (環境性)、economy (経済性)、evolution (革新性)を兼ね備えた21世紀型の最良工法です。

エコマーク認定

e-pileはエコマーク認定商品です。「エコマーク認定」は、財団法人日本環境協会が商品の環境性能を評価し、「環境保全」に役立つものとして厳しい審査をクリアしたもののだけが与えられる称号です。



エコマーク認定番号
 第08131022号



Tobu, 株式会社 東部

http://www.tobu21.co.jp

■ 本社

〒252-0134 神奈川県相模原市緑区下九沢 1507-5
 TEL.042-762-4739 FAX.042-762-8971

■ 地盤評価センター

TEL.042-785-2811 FAX.042-785-2810

■ 施工管理センター

TEL.042-764-4122 FAX.042-762-8975

■ 相模原機材センター

〒252-0134 神奈川県相模原市緑区下九沢 1285-1
 TEL.042-785-2812 FAX.042-785-2813

■ 本店 / 経理室

〒252-0134 神奈川県相模原市緑区下九沢 1509-4
 TEL.042-764-4128 FAX.042-762-9593



「建設企業のための経営戦略アドバイザー事業」の実施について

国土交通省では、中小・中堅建設企業の新事業展開、企業再編、転業、廃業等の経営戦略の実現を支援する「建設企業のための経営戦略アドバイザー事業」を引き続き実施します。

1 事業の概要

中小・中堅建設企業の新事業展開、事業承継、企業再編、廃業など建設企業が抱える経営上の課題を広く受け付ける「経営戦略相談窓口」を設置し、「エリア統括マネージャー」の統括のもと、各分野の専門家から構成される「建設業経営戦略アドバイザー」によるアドバイスを実施します。特に新事業展開、企業再編、転業、廃業に関してはアドバイザーによる支援チームによる継続的な支援等を実施します。

なお、本事業は、都道府県及び金融機関とパートナー協定を締結し、連携を図りながら実施する予定です。

2 経営戦略相談窓口の設置箇所

一般財団法人建設業振興基金及び各地方整備局等

3 開設日

平成25年4月1日(月)～

4 窓口開設時間

平日 午前10時～午後5時

※詳しくは国土交通省ホームページ
 並びに一般財団法人建設業振興基金ホームページ
<http://www.yoi-kensetsu.com/> をご覧ください。

5 本事業による支援の流れ

(相談支援)

相談を希望される方は、経営戦略相談窓口にお問い合わせください。以下の手順により、相談に対応いたします。

- ①経営戦略相談窓口の職員が、建設企業から受けた相談について、「エリア統括マネージャー」に対応を依頼します。
- ②エリア統括マネージャーが相談企業に電話連絡し、相談に応じます。必要に応じて、面談の日時を調整の上、直接赴き、又は、建設業経営戦略アドバイザーを選定・派遣し、アドバイスをを行います。(1企業あたり1回目は無料で、2回目は2,700円のご負担でご利用頂けます。)

(重点支援)

相談支援を実施した建設企業の中から、モデル性の高い取組を行う企業を選定し、支援を行う予定です。重点支援として以下の二通りの支援を実施します。

- ①チームアドバイス支援
 専門家による支援チームを組成し、経営改善計画の策定等を継続的に支援します。
- ②ステップアップ支援
 建設業の持つノウハウを活かした地域の課題解決に資する事業に要する経費の一部(上限300万円)を支援します。詳細については後日改めて発表します。

健康コラム

ワンポイント

夏は、もう目前っ!! インナーマッスルを鍛えて美しい体を手に入れよう!



美しい体作りは、食事療法のダイエットや有酸素運動だけではありません。単に筋肉トレーニングといっても様々なトレーニングがあるのですが、今回は、「インナーマッスルを鍛える」をテーマにご紹介します。

インナーマッスルとは、体のどこか一つの筋肉を指す言葉ではなく、体の奥の方にある筋肉の事です。人間の筋肉は、骨に近い部分から何層にも重なって体を覆っているのですが、その深い部分にある筋肉をインナーマッスル(内部の筋肉)と呼ぶのです。深層筋と呼ばれることもあります。

インナーマッスルの逆で、アウターマッスルと呼ばれているのは三角筋、後背筋、大殿筋など、一般的な筋力トレーニングで鍛えることのできる筋肉のことです。

アウターマッスルは、運動を行う時のパワーを生み出す働きをしていますが、インナーマッスルは、**体をひねったり、手足を回転して動作の微調整を行うなど、姿勢の調整や関節の位置を正常に保つ役割を持っている大事な筋肉**なのです。

インナーマッスルは、一般的なトレーニングでは鍛えるのが難しいのですが、鍛えることによって美しい体を手に入れることができ、ダイエット効果などにメリットがある筋肉です。

たるんだお腹を引き締めるのは、インナーマッスルである大腰筋と呼ばれる筋肉で、大腰筋が衰えると、お腹がぶよぶよにたるんでしまいます。

大腰筋は、膝を高く上げる時に使う筋肉なので、膝を高く上げてウォーキングをすることで鍛えることができますが、椅子に座れば家の中でも簡単に鍛えることができます。

家での簡単なトレーニング

まず、姿勢を正して椅子に浅く腰かけ、両手で椅子の脇を軽く掴んで安定させます。

下腹部を絞るイメージで両足を浮かせ、10秒ほどキープします。

10秒は、なかなか大変ですが、頑張ってみましょう!

そして、ゆっくりと元に戻し、同じ動作を3~5回繰り返します。



ポイント!!

- この時、足を高く持ち上げると強度がアップします。腰が反らないように注意して行いましょう。
- 大腰筋トレーニングは、お腹周りをすべて同時に刺激するので、毎日トレーニングをするのがオススメです。

インナーマッスルのトレーニングは、慣れないとなかなか大変なトレーニングですが、毎日コツコツとトレーニングすることで体の内側から引き締められるので、美しい体を手に入れることができるのです。

この記事を読んで頂きましたら、まずは、歩く時にいつもよりちょっと膝を高く上げて歩いてみましょう!!

さあ!インナーマッスルトレーニングの始まりです!!



経理マンが行く



桜も散り、ゴールデンウィークも近づいてきたというのに、気温のバラツキで中々春を満喫できませんね。このまま梅雨に入らなければいいなあなんて思うこの頃です。

さて、今回は宝くじに当選した場合の税金申告のお話をしようと思います。5月の中旬にはドリームジャンボ宝くじが発売予定となっており、何と1億円が161本、1等1億円の当せん確率が、ドリームジャンボ宝くじ史上最高だそうです。10万円の当せん本数は40,000本で、1,000枚に1本の割合なんですね。まさに夢を買うとはこの事です。でも、**この宝くじに当せんした場合、税金(所得税・住民税)はかかるのでしょうか?**

答えはNO!です。

個人が受け取る宝くじの当せん金は非課税となっていますので、**例えば宝くじで1億円が当たった場合でも、税金は一切かかりません。**確定申告も必要ありません。ではなぜ宝くじの当せん金は非課税なのかというと、例えばジャンボ宝くじの場合、約40%(1枚300円のジャンボ宝くじの場合は約120円分)は収益金として発売元の各自治体の収益となっているんです。私たちは宝くじが当たろうと、外れようと、宝くじを購入した時点で、既に税金を支払っていると同じことなので、当せん金からさらに税金を取られることはないのです。**ただ、もしも当せん金を家族、友人、知人などに分配してしまうと、当然贈与税(1人に対して年間110万円以下の贈与であれば贈与税はかかりません)」の対象となりますし、仮に宝くじをグループで購入していた場合でも、当せん金を1人で受け取って、後にグループのメンバーに分配した場合も同様に贈与税の対象となりますので、当せん金を分配したい場合は、必ず銀行で受け取る際に、分配したい人全員の名義で受け取るようにしなければいけません(受取人の署名・捺印された委任状があれば大丈夫です)。贈与税の税率は高いので、もしも宝くじで高額当せんし、後に分配する場合は、必ず受け取る際に分配したい人全員の名義で受け取るようにしなければ、かなり高額な贈与税を納付するはめになりますので注意しましょう。**

さて、その当せんした宝くじですが、高額当せんした場合の使い道として、マイホームを買ったり、車を買ったり、事業を始めることもあるかもしれませんね。その場合、税務署からそのお金の出所について問い合わせられることがあります。しかし、「当選証明書」があれば、宝くじで当選したことを証明することができます。

当選証明書は当選者からの申し出があれば銀行で発行してもらえますので、不要だと思っても後に必要になる場合がありますから、当選金を受け取る際に忘れないように発行してもらいましょう。

いずれにしても宝くじを購入しなければこのような夢の話もありませんので少し買ってみようかな...なんて思っている経理マンでした。