



# magazine

## VOL.2の内容

---

各事業所から報告

---

特集:年末調整の疑問？

---

生活リズムを崩さないようにしましょう！

---

---





ジョブロジック

# 月間 REPORT

①定員に対する利用率  
86.72% (32.09名)

②現在の登録者数  
36名

③登録解除者数  
0名

④登録者に対する利用率  
89.13%

⑤新規登録者数  
0名

⑥一般就労者数  
0名

⑦年代別割合

10代：1名 20代：7名 30代：7名 40代：11名 50代：7名 60代：3名

⑧障がい別割合

身体：5名 知的：7名 精神：18名 発達：6名

⑨月間コメント

11月上旬ですが、雪が降り始め体調に気を付ける時期になりました。  
服装も車の運転も気持ちも冬仕様に変えて、気を引き締めていきましょう。



ジョブロジック新さっぽろ

# 月間 REPORT

①定員に対する利用率  
95.65% (19.13名)

②現在の登録者数  
23名

③登録解除者数  
0名

④登録者に対する利用率  
83.18%

⑤新規登録者数  
0名

⑥一般就労者数  
0名

⑦年代別割合

10代：0名 20代：7名 30代：6名 40代：5名 50代：4名 60代：1名

⑧障がい別割合

身体：3名 知的：14名 精神：5名 発達：1名

⑨月間コメント

11月より、堀田職員が加わり、新さっぽろ職員一同、より一層仕事に励んでいきます。また、今年の9月から施設外就労先として行かせていただいております、大塚ファームさんで、切り干し大根の封入作業が始まりました。新しい作業なので慣れないことも多いですが試行錯誤しながら作業に取り組んでいます。



ジョブロジックファクトリー

# 月間 REPORT

- ①定員に対する利用率  
118.13% (23.63名)
- ②現在の登録者数  
28名
- ③登録解除者数  
0名
- ④登録者に対する利用率  
87.50%
- ⑤新規登録者数  
1名
- ⑥一般就労者数  
0名
- ⑦年代別割合  
10代：4名 20代：9名 30代：6名 40代：3名 50代：3名 60代：3名
- ⑧障がい別割合  
身体：4名 知的：13名 精神：7名 発達：3名 その他：1名
- ⑨月間コメント  
ブログにドライフルーツ製造についての記事をアップしました。  
今後も随時更新予定ですので注目してみてください。



ジョブブロック環状通り東

# 月間 REPORT

①定員に対する利用率  
88.48% (17.70名)

②現在の登録者数  
21名

③登録解除者数  
0名

④登録者に対する利用率  
84.27%

⑤新規登録者数  
0名

⑥一般就労者数  
0名

⑦年代別割合

10代：0名 20代：5名 30代：7名 40代：6名 50代：2名 60代：1名

⑧障がい別割合

身体：3名 知的：3名 精神：8名 発達：5名 その他：2名

⑨月間コメント

もう肌寒い季節になってきましたが、皆さん体調管理に気を付けながら、施設外就労先の繁忙期に適応しています。

また、繁忙期に入り新しい作業も増えてきています。

## 特集：「年末調整の疑問？」

「年末調整」ってなぜ行う必要があるのか知っていますか？

毎年行うものですが意識しないと、ただ書類を書いて終わりという人が多いと思います。

今回は「年末調整の仕組み」と「疑問」をまとめたので、ご紹介します。

### ○どうして年末調整が必要なの？

会社が給与や賞与を支払う時に、給与から所得税を天引きします。

これを「源泉徴収」といいます。

この源泉徴収を行う際は、概算で計算をするため、その年（1/1～12/31）の終わりに控除等を確認して、所得税の過不足の計算が必要となります。それが年末調整です。

### ○収入と所得って何が違うの？

「収入」と「所得」は同じ意味だと思っている方は要注意です。

税金の計算には難しい専門用語がたくさんあります。「収入」と「所得」もその中の1つです。

- ・「収入」とは給与や賞与などの年間の合計収入のことです。
- ・「所得」とは収入から経費を引いたものです。

※経費とは仕事を行う上で必要なお金のことです。

会社から給与をもらっている人は給与所得控除といって収入から計算式にあてはめて所得で決定します。

<例>      **収入**      -      **経費**      =      **所得**  
             300万円      -      98万円      =      202万円      となります。

<収入と所得表>

収入金額(給与、給与所得の源泉徴収票の支払金額)	給与所得控除額の計算式
～162万5000円	55万
162万5,001円～180万円	収入金額×40%－10万円
180万0,001円～360万円	収入金額×30%＋8万円
360万0,001円～660万円	収入金額×20%＋44万円
660万0,001円～850万円	収入金額×10%＋110万円
850万0,001円～	195万円（上限）

# 生活リズムを崩さないようにしましょう！

年末・年始はとても忙しく、コロナ禍ではありますが忘年会やクリスマス、新年会と食べたり飲んだりする機会が多くなり、今までできていた生活リズムがついおろそかになってしまいます。

今回は健康管理のポイントを3つご紹介したいと思います。

## ○栄養のバランス良く1日3食の食事

休日は朝寝坊で食事のペースが不規則になりがちですが日常の3食のリズムを乱さないように心がけましょう。

とくに朝ごはんは集中力アップ、仕事の能率アップ、美容力アップが期待できます。

## ○少し歩くだけでも効果ある運動

1日中家でテレビの前で座ったり、ゴロゴロして過ごすのは太るもとです。

30分以上の運動をするだけでも生活習慣病のリスクを下げる効果が高まります。

## ○夜更かしは控えて規則正しく質の良い睡眠

睡眠不足は、集中力や作業効率を低下させ事故等の危険性を高めます。

～睡眠12箇条～ご存じですか？

1. 良い睡眠で、からだもこころも健康に。
2. 適度な運動、しっかり朝食、ねむりとめざまめのメリハリを。
3. 良い睡眠は、生活習慣病予防につながります。
4. 睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。
5. 年齢や季節に応じて、ひるまの眠気で困らない程度の睡眠を。
6. 良い睡眠のためには、環境づくりも重要です。
7. 若年世代は夜更かし避けて、体内時計のリズムを保つ。
8. 勤労世代の疲労回復・能率アップに、毎日十分な睡眠を。
9. 熟年世代は朝晩メリハリ、ひるまに適度な運動で良い睡眠。
10. 眠くなってから寝床に入り、起きる時間は遅らせない。
11. いつもと違う睡眠には、要注意。
12. 眠れない、その苦しみをかかえずに、専門家に相談を。



以上のことに気をつけて楽しい休日や年末・年始を過ごしてみてください。

