



I 熱中症予防のために

◆暑さを避ける

室内では
・扇風機やエアコンで温度を調節
・遮光カーテン、簾、水打ちを利用
・室温などをこまめに確認
・WBGT値を参考にする（WBGT→気温、湿度、放射熱から算出される暑さを表す指数のこと）

外出時には

・日傘や帽子の着用
・日陰の利用、こまめな休憩
・天気の良い日は日中の外出を控える

体の蓄熱を避ける為に

・通気性の良い、吸湿性、速乾性のある衣服を着用する
・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす

◆こまめに水分を補給する

室内でも、喉の渇きを感じなくても、こまめに水分、塩分、経口補水液などを補給することを心がけましょう。

◆熱中症が疑われる場合の対処法

・エアコンが効いている室内など涼しい所へ移動させる
・衣服を緩め、体を冷やす
・水分・塩分・経口補水液などを補給する

熱中症は屋外だけではなく、室内で何もしていない際にも発症します。めまい、立ちくらみ、足のこむら返り、頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、などが見られた場合、上記の対処をしましょう。自分で水分が取れない、意識消失が見られた場合は救急車を呼ぶことも必要です。

また、気温や湿度の高い日は無理な節電はせずに、エアコンや扇風機を利用しましょう。

熱中症についての情報はこちら・・・

環境省→<http://www.wbgt.env.go.jp/>

厚生労働省

→http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/nettyuu/index.html

II 押さえておくべき「マイナンバー対策」のポイント

◆小規模事業者向けの資料が公開

通知カードの送付が10月に迫り、先日、特定個人情報保護委員会から、小規模事業者向けのマイナンバー関連資料「小規模事業者必見！マイナンバーガイドラインのかんどころ～入社から退職まで～（平成27年4月版）」が公開されました。

以下では、小規模事業者が最低限押さえておくべき、場面ごとのポイントと留意点をご紹介します。

(1) 入社

・社員からマイナンバーが記載された書類を取得する際は、「源泉徴収票作成事務」「健康保険・厚生年金保険届出事務」「雇用保険届出事務」で利用することを知らせる。

・社員からマイナンバーを取得したら、本人確認を行う
・マイナンバーが記載されている書類は、カギのかかるところに大切に保管する

・マイナンバーが保存されているパソコンをインターネットに接続する場合は、最新のウイルス対策ソフトを入れておく

(2) 源泉徴収票などの作成

・マイナンバーを扱う社員を決めておく
・マイナンバーの記載や書類の提出をしたら、業務日誌等に記録する
・源泉徴収票の控えなど、マイナンバーの記載されている書類を外部の人に見られないよう、管理する

(3) 退職

・退職の際にマイナンバーを取得した場合の本人確認は、マイナンバーが間違っていないか過去の書類を確認することで対応する
・保存期間が過ぎたもの等、必要なくなったマイナンバーは廃棄する
・マイナンバーを書いた書類は、そのままゴミ箱に捨てない

(4) 支払調書の作成

・税理士や大家・地主等からマイナンバーを取得する際は、何に利用するかを知らせ、本人確認も忘れずにを行う

III 「詐欺メール」、京都府警サイバー捜査官

有料サイト利用料未払金名目の「架空請求詐欺」が急増中です。昨年度中の京都府内の被害金額は前年比1,900万円増の約3,800万円となりました。

◆こんなメールには要注意

携帯電話やパソコンに「サイト利用料金未納」「退会手続きがされていない」「訴訟手続き開始」等の不安にさせる内容のメールが届き、文中の連絡先に電話すると「本日であれば間に合う」「払わないと裁判になる」等と言われ、多額の料金を請求される詐欺行為です。

◆被害に遭わないために

・身に覚えのない請求メールは無視する
・相手に連絡したりせず、住所・氏名・連絡先等の個人情報を絶対に教えない
・不安なときは一人で判断せず、すぐに家族や警察に相談する

相談先? 京都府警本部サイバー犯罪対策課 ネットセキュリティ・サポートセンター 075-451-9111 (代表)
又は最寄りの警察署へ

太陽エネルギーの偉大さを感じます。

情報漏洩にご注意ください。

変なメールは無視しましょう。

事務所だより7月

2015(H27)

平成27年(2015)7月

1	水	京都府社会保険労務士会 無料相談
2	木	
3	金	
4	土	高台寺 七夕会・夜間特別拝観 高台寺 075-561-9966
5	日	1級土木施工管理技術検定試験 学科試験 2級建築士試験 学科試験
6	月	
7	火	御手洗祭・七夕祭 北野天満宮 075-461-0005 貴船の水まつり 貴船神社 075-741-2016 精大明神例祭「七夕祭」 白峯神宮 075-441-3810
8	水	京都府社会保険労務士会 無料相談 京都府行政書士会 無料相談 行政書士会館
9	木	京都府行政書士会 無料相談 下京区役所
10	金	2級建築施工管理技術検定 申し込み受付締切 2級電気工事施工管理技術検定 申し込み受付締切 6月分源泉所得税・住民税の特別徴収税額の納付 健康保険・厚生年金保険の月額算定基礎届の提出 労働保険料の概算確定申告書の提出
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	京都府行政書士会 無料相談 左京区役所・中京区役所
15	水	祇園祭 2015 前祭 宵々山 075-561-6155 (八坂神社) 京都府社会保険労務士会 無料相談 障害者・高齢者の雇用状況報告 所得税の予定納税額の減額申請
16	木	祇園祭 2015・前祭宵山 075-561-6155 (八坂神社) 京都府行政書士会 無料相談 上京区役所
17	金	祇園祭 2015・前祭山鉦巡行 075-561-6155 (八坂神社)
18	土	
19	日	みたらし祭(御手洗祭) 下鴨神社 075-781-0010 7/19~7/26
20	月	海の日
21	火	京都府行政書士会 無料相談 西京区役所・山科区役所
22	水	京都府社会保険労務士会 無料相談 京都府行政書士会 無料相談 行政書士会館
23	木	京都府行政書士会 無料相談 伏見区役所・北区役所
24	金	祇園祭 2015・花傘巡行 075-561-6155 (八坂神社) 祇園祭 2015・後祭山鉦巡行 075-561-6155 (八坂神社) 1級建築施工管理技術検定 学科試験合格発表 1級電気工事施工管理技術検定 学科試験合格発表
25	土	寺宝虫協会 真如堂 075-771-0915
26	日	1級建築士試験 学科試験 木造建築士試験 学科試験
27	月	
28	火	狸谷山火渡り祭 狸谷山不動院 075-722-0025
29	水	京都府社会保険労務士会 無料相談
30	木	建築設備士試験 学科試験合格発表
31	金	茅の輪神事 御香宮神社 075-611-0559 5月決算法人の確定申告 11月決算法人の中間申告