

いつもご購入いただき誠にありがとうございます。

社会保険労務士法人 大槻経営労務管理事務所 メールマガジンをお送りいたします。

2014年9月号

-----*.☆

【目次】

- ▼不定期連載 所長 寺田晃のひとり言
- ▼大槻事務所だより 9月号
- ▼大槻事務所スタッフのおすすめの〇〇 (第25回目) 岡 勇人編
- ▼社労士Q&A
- ▼年金セミナーのお知らせ

-
- ▼不定期連載 所長 寺田晃のひとり言

「高校生は凄い」

全国高校野球選手権大会が、大阪桐蔭高校の優勝で幕を閉じたかと思ったら、今度は全国高校「軟式」野球選手権大会での優勝校である中京高校（東海・岐阜県）の松井大河投手が大会準決勝で延長50回の末に3対0で崇徳高校（西中国・広島県）に勝利したというニュースが飛び込んできた。因みに、「大河（タイガ）」という名前の由来は、生まれた年にNHKの大河ドラマ（秀吉）が人気を集めていたかららしい。

この松井投手は、その後2時間28分後に始まった決勝戦（対三浦学苑）でも好投し、大会を通じて1047球（通算75回3分の2）を投じたのだから圧巻だ。

「軟式」の球は、硬式球に比べて軽量な分、肩や肘の負担は少ないかもしれないが、球数1000球超えは「凄い」の一言であろう。

また、打つ方でも軟式球はゴム製のために、バットの真心で捉えても、地を這うような打球は飛びにくいし、どちらかという叩きつけたような高いバウンドのゴロが多くなるし、球が回転すると不規則にイレギュラーすることも多いだろう。

そこで、50イニングを1点もやらなかった中京高校の守備陣についても大いに評価されるべきだと考える。こちらも「凄い」の一言だ。

ところで、今週の9月6日（土）と13日（土）に「第32回東京都社会保険労務士会統括支部・支部対抗親睦野球大会」が開催される。

私が所属する「中央統括支部 Leaders」は、毎年決勝まで進出はするものの、このところ準優勝に甘んじているのである。

今年こそは中京高校のようにチームワーク良く、粘り強さを発揮して優勝を奪取して欲しいものだ。

「監督（プレーイングマネージャー）である私に優勝杯と胴上げを……。」

以上

所長 寺田 晃

▼大槻事務所だより

今月の特集は 「「固定残業代」の落とし穴」 です！

http://www.otuki.org/p_otsukidayori/pdf/vol66.pdf

厳しい残暑が続いており、屋外と室内との温度差も大きいことから、まだまだ体調管理が難しい季節です。

ひとたび体調を崩すと、なんだか気分まで落ち込んでしまいそうで、体の内面からもケアしてあげたくなりますよね。

そんなとき元気を作る源として、私から皆様にお勧めしたい休日の過ごし方は、「楽器を奏でる」です。

中学時代にギターを始めて以来、アラフォーとなった今でもバンド機材が我が家を埋め尽くし、私の半生を語るうえでは欠かせない存在となりました。

単に楽器と言えども、世界各国には数え切れないほどの種類が存在し、その演奏技術を会得するまでにはどれも一筋縄にはいかないでしょう。実のところ私も、興味本位で買ってしまったエレキサククスや中国の二胡などは難しくて長続きせず、あっという間に押入れ行きとなりました・・・

なぜかベースとドラムだけは 20 年以上続いているので、演奏する側の性格と見合った相性であったり、楽器ごとに向き不向きがあるのかもしれませんが。たとえ人前で披露できるまでに至らなくても、まずは楽器を鳴らすことで以下のような二次的な効果が得られると私は感じています。

お勧めポイントその 1 「手先が器用になる」

世の中には頭や足を使う楽器もありそうですが、その大半は手を使って音を鳴らす演奏スタイルになります。さらにその中でも、手の平を使うもの、指の腹を使うもの、指先を使うものと多種多様です。

ドラムを例に挙げれば、右手・左手のみならず、加えて右足・左足と 4 つすべてをバラバラに動かす作業ですから、きっと脳から発信されている指令たるや複雑極まりないものでしょう。

練習を始めた最初の頃こそ手足が思うように動かさず苛立ちましたが、プロミュージシャンや軽音楽部の先輩方のフォームを研究するように目で盗み、ライブのステージで上手に叩けてる自分をイメージして、ひたすら反復した基礎トレーニングを積み重ねました。

ある時期から自分の叩き方には無駄な力が入っていることに気付き、全身の筋肉バランスとしては脱力することを心がけつつも、スティックが打面に当たる瞬間だけギュッと親指と人差し指で握る奏法に変えてみたのです。

それ以来、30分を超えるライブでも最後までスタミナが持続するようになり、さらには指単位で力の強弱を加減する繊細なスティックワークを取り入れ、表現の幅が広がるほどの成長を遂げられました。手先が器用になってくると、よく言われるのが「脳の活性化」ですが、私はそれに加えて「アプローチの多様性」が得られるものと確信しています。

仕事面においても何かにつまづきそうな予感がしたときは、あたかも指の握りやスティックの角度を変えるように、私が表現したいことが受け取る側にとっても一番心地よく、かつ分かりやすい響きとなるよう工夫を凝らしていきたいです。

お勧めポイントその2「カラオケの上達が早い」

職場や友人との付き合いもあってか、飲み会からの流れでカラオケに出向く機会は今もあるかと思います。

学生時代から歌うことに苦手意識がある人にとっては、もしかすると避けて通りたくなるようなひとときかもしれませんね。

おそらくカラオケを不得意と感じる人の多くは、流れるBGMに対して歌うべきメロディーを見失うか、あるいはリズムに乗れないかのどちらかだと思います。

楽器の演奏においても、歌と同じようにメロディーとリズムを掛け合わせていく作業であることから、練習していくうちに不思議と両者が体内に染み込んでいく感覚が養われてきます。

まずはフフ〜♪と鼻歌で音程の高い低いをなぞりながら、このフレーズはどのくらい伸ばして、逆にどのくらいの短さでタタタンと刻むかなど手足を動かしながら楽器を奏でるイメージを持っていれば、あの「オタマジャクシ」の配列パターンを効率的に吸収できるかもしれませんね。

またカラオケとは、耳から入ってくる情報と口から出る情報をシンクロさせる娯楽の一つですから、それはまるで社労士が行う業務とも相通ずるものと言えるでしょう。

せっかく耳から入った法改正のニュースが口から出るまでに時間がかかったり、歌詞の解釈をまるで

誤って発信してしまうことを防ぐためにも、センスを磨く予行練習のようにメロディー&リズムトレーニングを心がけていきたいです。

お勧めポイントその3「シンフォニーが生まれる」

最近の私は不思議な縁あって、大学生たちにベースやジャンベといった楽器を教える休日を送っています。

これは元々、友人から紹介してもらった知的障がい児の一時預かりサービスを提供してる施設から、秋に行われるお祭りのステージで「岡さんも何か出し物をやってみませんか？」と誘われたことに端を発します。一人で独奏したり、ましてや昭和に流行ったような弾き語りを披露しても子供たちにウケるはずがないので、まずは一緒にやってくれるメンバー集めから始めてみました。

かつてのアウトドア仲間に声をかけてみたり、ボランティア先で知り合った初対面の方にも興味はないかとコツコツ尋ねて廻りました。その甲斐あってか、現在では20名を超えるほどの賛同メンバーが集まり、せっかくなので1年限りの音楽チームを結成する運びとなりました。

もし私が楽器経験者ではなかったとしたら、当然ながらこのような発想も出てこなかったのではと考えると、中学時代にギターを始める後押しをしてくれた恩師には感謝の気持ちが絶えません。

しかしながら集まったメンバーの過半数が楽器未経験だったもので、今は急ピッチで音楽の「いろは」を教えているというわけです。今はまだ合奏してるとは到底言えないレベルですが、私の教え方次第で彼らはめきめきと上達を果たすでしょうし、なんとかギリギリ発表本番で観客を魅了するほどの生演奏をお届けできるように祈るばかりです。

もちろんお話を引き受けてしまったからには焦りもありますが、進歩の遅いメンバーがいてもそこは寛大な対応にあたり、どこで行き詰まっているかを一緒になって追求していこうと考えています。

自分だけがそのフレーズを弾ける音楽、叩ける音楽というのは、うまく形になっていたとしても案外つまらない作品かもしれません。

それよりも、いくつもの楽器と楽器を共鳴させて、二重三重と深みのある響きが指先や耳から伝わってきたときが、格段の喜びへと変わっていくものなのでしょう。

社労士たるもの、いかほど知識や経験を築き上げたとしても、相談を受けた相手方にうまく伝わって

理解と共感を得られてこそその成熟であると考えます。

クライアントの皆様にはただ専門用語を並べたり押し付けるばかりではなく、同じテンポ感を持って課題の解決へと向けたディスカッションを行い、最終的には胸を撫で下ろすような安堵のエンディングとなるよう、私自身が任された担当パートを全うしていきたいです。

以上、私が楽器を取り組んできたからこそ得られた経験談を紹介させて頂きました。

「〇〇の秋」と呼ばれる季節もすぐそこですので、涼しくなってきた頃を見計らって、生活に彩りを与えてくれる楽器デビュー（またはリベンジ）などはいかがでしょうか？

岡 勇人編 プロフィール
第1室所属。2012年入所。

▼社労士Q&A

Q. 過去に国民年金保険料の未納期間があります。今から過去分を納付することはできるのでしょうか？

A. 過去10年まで納めることができます。

国民年金保険料は納付期限より2年を経過した場合、時効によって納付することができませんが、平成24年10月から平成27年9月までの3年間については、「後納制度」により過去10年まで納めることができます。（遡る年数によっては加算額が発生します）

この後納制度を利用することで、将来受け取る年金額を増やしたり、納付期間不足により年金の受給ができなかった方が受給資格を得られる可能性があります。

ただし、老齢基礎年金を受給中の方は後納制度を利用できませんのでご注意ください。

年金プロジェクト

▼年金セミナーのお知らせ（開催日決定！）

～人事にかわって年金の説明します～

昨年、好評いただきました年金セミナー開催いたします。

定年前の社員の皆様へ社会保険労務士が年金の説明を致します。

少人数制の実務的な説明になります。

【主 催】 株式会社オオツキ M

【協 力】 社会保険労務士法人 大槻経営労務管理事務所

【日 時】 2014年11月6日（木）14時00分（受付13:30）～16時00分

【開催場所】 社会保険労務士法人 大槻経営労務管理事務所 [銀座事務所]

東京都中央区銀座 1-16-7 銀座大栄ビル 8F <http://goo.gl/maps/4Q6FW>

【対 象】 定年前の社員の皆様（58歳～を対象としています）

【講 師】

社会保険労務士法人 大槻経営労務管理事務所 年金プロジェクトリーダー 平岡 隆行 氏

2004年10月に社会保険労務士法人大槻経営労務管理事務所に入所。

2009年12月に年金プロジェクトのプロジェクトリーダーに就任。

大槻事務所内の莫大な相談事例を取りまとめ、研究し、ライフプランセミナーや雑誌の監修なども数多く行っている。

【定 員】

先着24名（定員になり次第締め切らせていただきます）

【受講料】

無 料

※本セミナーはオオツキ M クラブ会員企業様のみ対象としています。

【申込方法】

下記 URL からお申込みいただけます。

<http://goo.gl/qt8Bz>

◆こちらのメールマガジンは、当所お取引のお客様、当所主催・共催セミナーにお申し込みいただいたお客様、当所職員がお会いして名刺交換させていただいたお客様、

