公益社団法人武蔵府中青色申告会

［暮らしと税を結ぶ情報紙］

青色ニュース

aoiro news

第74号（夏号）　平成24年8月11日

会員数08月10日現在	
府中支部	2,700名
調布支部	1,789名
狛江支部	573名
歯科医師部会	58名
農業部会	400名
医師部会	9名
税理士部会	41名
地区外	370名
準会員	407名
合計	6347名

発行・編集　公益社団法人武蔵府中青色申告会
編集責任者　戸井田 喜良

〒183-0027 東京都府中市本町 4-15-22
042-362-8466　http://www.aokai.or.jp

平成二十四年度通常総会報告

通常総会が開催されました

6月6日（水）午後2時30分より府中・大国魂神社結婚式場参集殿において平成24年度通常総会が開催されました。

小野武蔵府中税務署副署長、宮本東京都立川都税事務所長、長友調布市長のほか、多数のご来賓の方々にご臨席いただきました。

出席正会員109名、委任状提出正会員3124名の合計3251名と過半数を超え、定款により総会は成立、次の議案がいずれも可決承認されました。

第1号議案　平成23年度事業報告承認の件
第2号議案　平成23年度会計報告及び監査報告承認の件
第3号議案　平成24年度事業計画書承認の件
第4号議案　平成24年度収支予算書承認の件

※平成24年度事業計画の詳細は中面に記載されています。

平成24年度通常総会 会長挨拶

会長　相原　博

平成24年度通常総会は当会が平成22年11月15日より公益社団法人に移行し3期目の総会でございます。

昨年度を振り返り、三つの事柄に付いてお話をさせて頂きます。

一つ目は、当会の長年の念願であった会館建設が実現できたことでございます。9月26日に竣工式を執り行い、落成式を挙行致しました。その後、中央文化センターから事務局の移転もスムーズに行う事ができ、10月3日からは新しい会館で業務を開始いたしました。

こうして、会館建設が実現できましたのは、多くの方々の熱い思いとご尽力があったからであり、会館建設に携わった方々に深く感謝を申し上げる次第であります。

二つ目は確定申告の指導に関することでございます。新しい会館での初めての申告期であり不安もありました。指導会場において2時間3時間とお待たせしたこともございました。又、近隣に配慮し駐車場の利用制限をしたことなど、ご不便とご迷惑をお掛けしましたが、会員の皆様には、こうした状況をご理解いただき、当会の最大の事業を無事終了することができました。

本年度の確定申告期における指導体制は23年度の状況を踏まえ、待ち時間の解消、指導の充実、利便性の向上などの改善に取り組み、会員の皆様に満足して頂けるよう努力をして参る所存です。

三つ目は会員増強に関することでございます。東京青色申告会連合会に所属する48会の会員数は景気の低迷や事業主の高齢化などの理由により、平成23年度中48会全体の会員数は四千名も減少している状況にあります。こうした厳しい状況の中にあって、当会の期末会員数は前年から純増31名の六千五百七十七名となり、全国三千の青色申告会でも例を見ない平成14年から10年連続して会員数の純増を達成することができました。

本年度も11年連続を目指して会勢拡大会員増強運動を継続して参りますが、入会獲得も厳しい時代になっておりますので、本年度は会利用率のアップを図り、退会の防止に努めて参る所存であります。

以上、三つの話を申し上げましたが、本年度は当会が公益社団法人に移行して3年目の年にあたります。平成26年からは白色申告者にも記帳が義務化され青色申告制度の在り方も議論される時代を迎えています。時代が変化する中、本年度当会は公益法人としての責任と自覚のもとに、会員の方々にも会員以外の方々にも有益となる公益目的事業を積極的に推進し、会員サービスの向上と地域社会の貢献に努めて参る所存でございます。

つきましては、平成24年度の当会事業活動に対する会員の皆様のなお一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

府中散策 ～女性部～

6月20日（水）女性部主催の散策「府中郷土の森博物館とビール工場見学」が開催されました。前夜には台風4号通過で未明まで大荒れの天気でしたが、朝には好天に恵まれ、さすが女性部パワーはすごいと思いました。

郷土の森博物館入口前に集合時間の9時20分前には皆さんお揃いで楽しみにしていてくださったんだなあとうれしくなりました。女性部員22名、一般参加19名の計41名にて早速プラネタリウム観賞へ。直径23mの大きなドームスクリーン、12000個の星の空間に包まれる分倍河原の夕暮れから、夏の星座や映像を楽しみました。

ボランティアガイドさんの案内で博物館の中を見学。大国魂神社の例大祭、青葉が萌える5月初旬の街が活気づいたその感動を思い起こしつつ、古代武蔵国の中心都市・発掘された遺跡と遺物に古代の人々の暮らしを見、近世甲州街道の宿場と周辺の村々に今につながる街の原型を探りました。

次は屋外。幾つかある建物のうち、「今の時季はあじさいがきれいなので」とガイドさんの計らいで、花をメインに数か所を廻り、その後自由見学となりました。赤・青・白と色とりどりに咲くあじさいの中、皆さん思い思いに散策されました。久しぶりに良い汗をかいたとのことでした。館内に戻り、昼食のお弁当をいただき、いよいよお目当てのビール工場です。

サントリー武蔵野ビール工場までは公園内を徒歩で移動。サントリービールは「良質な素材」、「天然水」、「職人」とその3つにとことんこだわり造っているとのことです。

工場の中では作業中の人影を見ることはあまりなく、ほとんど機械化されていることにびっくりしました。また、工場内ではごみゼロを実行しているそうです。最後にゲストルームで作りたてのビールの試飲です。今年初の真夏日とのこと。暑い中たくさん歩いたので、ビールの美味しかったこと。コップをお土産にいただき解散となりました。

計画してくださった幹事さん、参加してくださった皆さんご協力いただいた博物館やサントリーの方々、本当に楽しい1日を有難うございました。

（女性部T）

女性部より

9月11日（火）～12日（水）
「近場でゆっくり、ちょっと贅沢な一泊研修旅行」を予定しています。皆さまのご参加をお待ちしております。詳しくは同封のチラシをご覧ください。

会員特典 青色申告会 会員特典のご案内

会員証

青色申告会では、会員の皆さまに各種サービスを行っております。今回は福利厚生の一部をご紹介します、是非ご利用ください。

施設名	特典	申し込み・問合せ
（株）日本旅行	海外・国内旅行企商品 7%割引	03-5369-3960
東京ドームホテル	宿泊料 30%割引	03-5805-2222
東天紅	飲食料 10%割引（首都圏 11 施設）	03-3828-5111
目黒雅叙園	飲食料 10%割引 婚礼 5%割引（首都圏 4 施設）	03-5434-3837
日光江戸村	会員証提示にて 団体料金適用	0288-77-1777
ラフォーレ倶楽部	会員価格にてご利用可能です	03-6409-2800 会員名：東京青色申告会連合会共済会 会員ナンバー：20344

NEW!! ホリプロ制作舞台・ミュージカルご優待　15~20%off

ホリプロ制作の舞台・ミュージカル公演のチケットを定価の15～20%割引のご優待価格で購入することが出来ます。詳しい演目はホリプロのHPでご確認下さい。

http://www.horipro.co.jp/usr/ticket/kouen.cgi

電話予約の方法

1. ホリプロチケットセンターにご連絡下さい。
   03-3490-4949 平日 10 時～ 18 時土曜 10 時～ 13 時日祝休業
2. オペレーターに、必ず「青色申告会 ID：aoiro」とお伝え下さい。
3. 希望公演、日時をお伝え下さい。
4. 予約番号（13 桁）をメモしお支払いとチケットのお引き取りはお近くのセブンイレブンでお願いします。（手数料無料）
5. 観劇日、2日前までにご購入下さい。
6. ご優待販売につき席番はお選びいただけません。
7. ご購入後のキャンセル・変更は承れません。
8. 販売予定枚数終了の場合もございます。

今後の主なラインナップ

●7月12～29日
「しみじみ日本・乃木大将」
作　：井上　ひさし
演出：蜷川　幸雄
出演：風間　杜夫　他
チケット発売中

●11月10日～12月2日
「日の浦姫物語」
作　：井上ひさし
演出：蜷川幸雄
出演：大竹しのぶ　藤原竜也　他
チケット発売9月9日～

☆上記特典を受けるためには会員証提示が必要となります。申込・問合せの際には会員証を忘れずにお願いします。

青色申告会は暮らしと税を結ぶ信頼のパートナーです、どなたでもご利用下さい。

平成24年度　事業計画

1. 基本方針

昨年当会は、昭和52年から34年間に亘り検討を重ねてきた念願の「青色会館」を建設することができました。そして、昨年の9月26日に会館落成記念式典を挙行し、10月3日に事務局を府中市中央文化センターから移転し業務を開始いたしました。念願の会館を建設することができたのは、「歴代の会長はじめ会を築かれた先人先達の強い思いと努力があった」「地域社会において当会の事業活動に公益性が認められた」「役員と会員の理解により建設資金を作ることができた」この三つの大きな要素がありました。今後は、多くの方のご尽力に対する感謝を忘れず、「青色会館」を会活動の拠点として、会員サービスの向上と地域における社会貢献に努めて参る所存であります。

本年は、当会が一昨年の11月15日、全国の青色申告会に先駆けて公益社団法人に移行し3年目の年を迎え、会活動に真の公益性が問われる年になります。本年当会は、地域において社会的信用を得るため、充実した公益事業活動を積極的に展開し、長期的な組織の維持発展を目指して参ります。

現在、時代の変化に伴い、税制にも大きな変化が見られます。平成23年分より適用が開始された「経済社会の構造変化に対応した税制の構築を図るための所得税法等の一部を改正する法律」により、平成26年1月1日からは、所得三百万円以下の白色申告者にも記帳の義務が課せられることになりました。青色申告会はこの改正を契機とし、記帳指導体制の充実と記帳水準の向上を図り、青色申告制度の普及育成に努めていかなければなりません。

同時に、「社会保障と税一体改革素案」には、社会保障制度の財源確保のため、消費税の税率引き上げと課税の適正化。所得税については、社会経済状況の変化に対応した税率構造や諸控除の検討。相続税と贈与税については、構造等の見直しが改革の方向性として示されています。

本年当会は、このように時代も税制も激しく変化する中、こうした変化を的確に捉え、積極的に行動し、魅力ある会活動により会員の減少を防止し、公益社団法人として自覚と責任を持ち、地域社会から信頼を得ることにより、確固たる存在基盤を確立して参ります。

以上を踏まえ、本年度は以下の施策を積極的に推進して参ります。

2. 重点施策

(1)公益社団法人としての自覚と責任の基に、地域社会の発展と地域住民の生活の安定に寄与することに努めます。

(2)誠実な納税者の団体として、我が国税制の中核を成す申告納税制度の推進を図り、青色申告制度の普及育成に取り組みます。

(3)租税の適正な申告と納付及び公平で合理的な税制の確立を目指して参ります。

(4)税制改正の周知を図るため、納税者に対する情報の提供及び説明会の開催を積極的に行います。

(5)地域住民の生活の安定と向上のため、社会保険制度の説明会及び専門家による相談会を開催いたします。

平成23年度決算（H23.4.1～H24.3.31）

1）収入・支出状況（収支計算書）	
1.収入総額	157,958,363
内会費等収入	112,877,520
事業収入	43,431,343
その他の収入	1,589,500
2.支出総額	181,124,327
内事業費	157,212,627
管理費	23,911,700
当期経常増減額	△23,165,964
正味財産期首残高	185,748,060
正味財産期末残高	162,582,096
2）資産・負債の状況（貸借対照表、正味財産増減額計算書）	
1.資産の総額	213,108,811
内流動資産	23,513,928
固定資産	189,594,883
2.負債の総額	50,526,715
内流動負債	15,135,215
固定負債	35,391,500
3.正味財産	162,582,096

平成24年度予算（H24.4.1～H25.3.31）

1.経常収益総額	166,658,000
会費等収入	116,288,000
事業収入	42,670,000
その他の収入	7,700,000
2.経常支出総額	176,492,568
事業費(公益事業費)	99,686,325
(その他の事業費)	55,460,054
管理費	21,346,189
当期経常増減額	△9,834,568
正味財産期首残高	162,582,096

着任のごあいさつ

武蔵府中税務署長　北澤　哲

公益社団法人武蔵府中青色申告会の皆様方には、益々御清栄のこととお慶び申し上げます。

この度の人事異動により、東京国税局税務相談室主任相談官から武蔵府中税務署長を拝命しました北澤でございます。前任の出口署長同様、よろしくお願い申し上げます。

皆様方には、平素から税務行政の円滑な運営につきまして、深い御理解と多大なる御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

貴会は、相原会長を中心に、青色申告の普及・育成をはじめ、公益社団法人として活発な事業活動を展開されております。

昨年は新しい会館が落成し、会活動の拠点として、会員サービスの向上と地域における社会貢献に努められております。

ところで、税務行政を取り巻く環境は、国際化、高度情報化などの社会経済状況の変化に伴う複雑・困難化や質・量共に厳しさを増す一方、国民の皆様の税に関する関心も、税制面のみならず執行面、さらには税金の使途にまで広がっております。

行政分野へのＩＣＴ活用により国民の利便性の向上と行政運営の簡素化、効率化、高度化及び透明性の向上を図ることを目的とし、現在、国税庁ではインターネットによる所得税や個人事業者の消費税等の国税に関する様々な申告や申請、納税ができる国税電子申告・納税システム（e-Tax）の一層の普及及び定着化に積極的に取り組んでいるところでございます。会員の皆様方には是非、継続的に御利用いただくとともに、e-Taxの普及にも御協力をお願い申し上げます。

申告納税制度の下、税務行政の円滑な運営を図っていくためには、税務の良き理解者であり、地域に密着して活動される皆様方の御理解と御協力が必要不可欠であります。

どうぞ引き続き、御支援と御協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、公益社団法人武蔵府中青色申告会の益々の御発展並びに会員と御家族の皆様方の御健勝、事業の御繁栄を心から祈念いたしまして、着任の挨拶とさせていただきます。

通常総会におきまして ご祝辞を賜りました

調布市長　長友 貴樹 氏

武蔵府中税務署副署長　小野 和之 氏

調布市商工会長　原島 芳一 氏

東京税理士会武蔵府中支部長　石山 健一 氏

東京都立川都税事務所長　宮本 明 氏

平成24年　武蔵府中税務署幹部及び指導関係職員異動者名簿

平成24年7月10日（敬称略）

区分 / 官職	新 氏名	新 前任部署	旧 氏名	旧 転任部署
署長	北澤　哲	国税局・税務相談室・主任相談官	出口　悟	立川・署長
総務担当副署長	佐野　文彦	芝・管運１統括官	小野　和之	国税局・査察33・統括官
法人担当副署長	條々　正史	（留任）	條々　正史	
所得特別調査官	澤舘　節雄	東村山・総務課長	山﨑　由記子	国税局・税務相談室・相談官
資産特別調査官			藤巻　一也	大和・資産・特官
法人特別調査官	舛巴　啓二	国税局・調査44・総括主査	舟久保　準	相模原・副署長
総務課長	齋藤　浩明	（留任）	齋藤　浩明	（留任）
課長補佐	木村　尊子	青梅・管運３・上席	渋谷　智明	国税局・調一・広域・連調官
所得特別調査官	阿部　正祐	立川・情技専門官	都梅　一成	横浜中・徴収・特官
個人１統括官	菊池　弘	大和・個人１統括官	菅野　隆	目黒・資産・特官
個人２統括官	朝妻　昌生	武蔵府中・個人４統括官	都築　達夫	退職
個人３統括官	桜井　博幸	（留任）	桜井　博幸	
個人４統括官	濱　俊彦	横浜審判所・審判官	朝妻　昌生	武蔵府中・個人２統括官
個人５統括官	湯田　哲矢	（留任）	湯田　哲矢	
個人連絡調官	大嶽　伸	東村山・個人記帳推進官	海江田　信保	緑・個人５統括官
指導上席	入江　誠一	神田・個人上席調査官	石川　陽子	荏原・個人上席調査官

おおむね55歳からの
人材確保はお任せください！「いきいきワーク府中」

◆求人のご相談から募集までスピード対応◆
●求人条件の設定と紹介●高年齢者の雇用及び助成金・奨励金等の相談

東京都と府中市からの助成と支援、無料で安心！

無料職業紹介所「いきいきワーク府中」
☎042-336-4871
府中市府中町２-25-１中央文化センター５階
利用日　毎週月～金曜日（祝日、年末年始、休館日を除く）
時間：午前９時～午後５時

※ご注意ください　青色申告会事務局は、新しい会館に移転しております。（１ページ右上の地図をご参照下さい）

いつでもご利用ください！ 青色申告個別記帳指導会

当会では記帳に関する個別指導をいたします。
専任の職員がわかりやすくご説明いたしますので是非ご利用ください。

月　日	会　　場	住　所
8月21日(火)	調布市文化会館たづくり6階「602会議室」	調布市小島町2-33-1
8月27日(月)	JAマインズ 狛江支店3階「大会議室」	狛江市東和泉1-2-19
9月　7日(金)	調布市文化会館たづくり6階「601会議室」	調布市小島町2-33-1
9月13日(木)	JAマインズ 狛江支店3階「大会議室」	狛江市東和泉1-2-19
9月18日(火)	JAマインズ 神代支店経済センター 倉庫2階「会議室」	調布市西つつじヶ丘3-8-2
9月20日(木)	調布市文化会館たづくり6階「601会議室」	調布市小島町2-33-1
9月27日(木)	JAマインズ 狛江支店3階「大会議室」	狛江市東和泉1-2-19

会場を利用される際のご注意！
- 各会場とも午前10時～午後4時(12時～1時 昼休み)、受付は午後3時30分迄です。
- 会員の方が当会及び指導会場を利用の際は、「会員証」をご持参ください。
- 駐車場が手狭なため、お車でのご来場はご遠慮ください。

会員のための記帳確認運動を行っております！
- 記帳確認を受けられた方には、記帳確認シールを発行します。
- 記帳確認運動は年末にも開催します。年末に記帳確認を受けると確定申告期予約制指導の優先予約を受けられます。
- 記帳確認は記帳レベルの向上を目的としていますので、何度お受けいただいても結構です。

記帳確認をうける際にご持参ください！
- 現在記帳されている帳簿(現金出納帳など)
- 事業に関連のある預金通帳(売上や経費の入出金のあるもの)
- 平成23年度確定申告書・決算書の控え(やよいを利用の方は入力データ)

※上記の日程に都合の付かない場合は、いつでも事務局をご利用ください。
事務局業務時間…月曜日～金曜日 午前9:00～午後5:00(12時～1時 昼休) 土・日祭日 休み
※会員:無料　一般:40分2000円

都税事務所からのお知らせ

個人事業税の第1期の納付期限は8月31日です！

個人事業税は、都内に事務所や事業所を設けて事業（法定業種に限ります）を営んでいる個人の方に対してかかる税金です。

課税対象となる業種

- **第1種事業**　物品販売業、製造業、請負業、運送業など（37業種）
- **第2種事業**　畜産業、水産業、薪炭製造業（3業種）
- **第3種事業**　医業、弁護士業、税理士業、理容業など（30業種）

※業種等の区分により税率は異なります。

納税の取り扱い

都税事務所・支庁からお送りする納税通知書により8月31日（金）までにお近くの金融機関・郵便局または都税事務所・都税支所・支庁にてお納めください。

また、個人事業税は便利な口座振替による納税制度もご利用いただけます。

詳しくは　**☎03-5912-7520口座振替係（主税局徴収部推進課）**まで。

個人事業税のお問い合わせは…
立川都税事務所 個人事業税係042-523-3171(代)

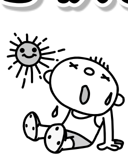
今年も8月は夜間・出張指導！

①ご都合で事務局や相談会場に行けない方のために予約にてご自宅や事業所に職員が出張して指導をいたします。
②また、5時までにお仕事の都合でお越しになれない方のために夜間8時まで予約にて指導をいたします。(8時が終了時間です)

※どちらも
8月31日まで(土・日を除く)
ご希望の方は
☎042－362－8466まで
指導時間は40分です

子供と高齢者の熱中症に注意！

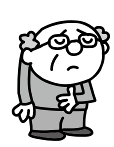
子供の特徴
★地面の照り返しにより、高い温度にさらされる
★汗腺などが未熟



体温調節機能が未熟なため、熱中症にかかりやすい

保護者の方へ
- お子さんの様子を十分に観察しましょう！
- 遊びの最中には、水分補給や 休憩を！
- 外出時の服装に注意し、帽子も忘れずに！
- 日頃から栄養バランスのとれた 食事や運動、遊びを通して 暑さに負けない体づくりを実践 しましょう！

高齢者の特徴
★汗をかきにくい
★暑さを感じにくい



体温を下げるための体の反応が弱くなっており、自覚がないのに熱中症になる危険がある

熱中症にならないために
- 室温をこまめにチェックし、エアコンや扇風機等を活用！
- のどが渇かなくても水分補給！
- 調子が悪いと感じたら、家族や近くの人にそばにいてもらいましょう！

熱中症とは？

熱中症とは、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。

家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

今後の行事予定

月	日時	行事
8月	1日(水)　14:00	理事会（青色会館2階）
	3～4日(金～土)	青色21ネットワーク研究会（京都）
	3～5日(金～日)	府中市商工まつり（租税ＰＲコーナー出店）
	7～10日(火～金)	複式簿記勉強会（青色会館2階）
	20日(月)　14:00	小学生経済ゲーム大会（青色会館2階）
	22日(水)　18:30	事業委員会（マロウドイン）
	23日(木)　10:00	会長会計会議（青色会館2階）
	24日(金)　10:00	なんでも相談会（青色会館2階）
	27日(月)　14:00	組織委員会（青色会館2階）
	29日(水)　13:30	青年部・女性部租税教育模擬教室(ホテルコンチネンタル)
	15:30	夏季役員研修会・会勢拡大出陣式(ホテルコンチネンタル)
9月	3日(月)　13:30	女性部定例役員会（青色会館2階）
	5日(水)	府中支部会員レクリエーション（横浜）
	11～12日(火～水)	女性部一泊研修旅行（山梨）
	19日(水)　18:00	指導税制委員会（青色会館2階）
	21日(金)　10:00	なんでも相談会（青色会館2階）
	14:30	小学生経済ゲーム（新町小）
	24日(月)　10:00	会長会計会議（青色会館2階）
	26～27日(水～木)	調布支部一泊研修旅行（焼津）
10月	1日(月)	女性部勧奨月間協力ティッシュ配布
	7～8日(日～月)	調布市商工まつり（たづくり）
	17・18・22日(水・木・月)	日帰り会員レクリエーション（日光）
	24日(水)　10:00	会長会計会議（青色会館2階）
	26日(金)　10:00	なんでも相談会（青色会館2階）
	31日(水)　13:30	女性部定例役員会（青色会館2階）

青色国内旅行　行ってきました! 函館、下北

6月26日から28日までの3日間、恒例の会員親睦旅行が開催されました。

本年は函館と下北半島をめぐる旅でしたが、35名の晴れ女、晴れ男が揃った甲斐があり、連日好天に恵まれました。

名曲「千の風になって」で知られる大沼公園、函館山百万ドルの夜景、そして下北半島の秘境「仏が浦めぐり」素晴らしい景色を堪能する旅となりました。

※この度、大沼は水鳥などの生息地として国際的に重要な湿地の保全を目的とするラムサール条約に新たに登録されることとなりました。

青色申… 無… 相談… 要…

税理士… 税務の… 10時～ 8月24… 9月21… 10月26… 予約362…

弁護士… 法律の… 10時～ 8月24… 9月21… 10月26… 予約362…

公庫担当… 融資の… 10時～ 8月24… 9月21… 10月26… 予約362…

なります。まずはお電話ください。

公益社団法人 武蔵府中青色申告会
〒183-0027 府中市本町4-15-22

下半… 税のカレ… 納期… 守りまし… 口座振… 利用しま…

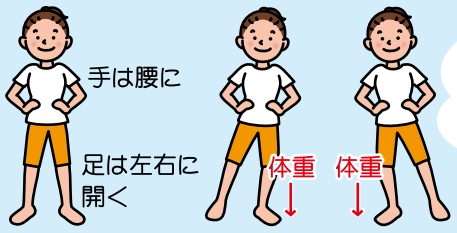
地方… 8… ●個人住民… ●個人事業… 10… ●個人住民…

足腰体操 （中級編）ゆっくり健康体操

日常生活の中に無理のない程度の軽い運動を取り入れ、
足腰の筋力アップを心掛けましょう。

片足体重かけ

両足裏を床に付けたまま､片足に体重をかけます（10～15 秒保持）
※ふとももにより負荷をかけるには、伸ばした足の踵をあげます

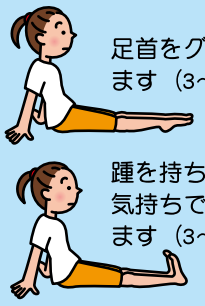


膝に負担がかかるので
無理をせず
できる範囲で！

左右交互に 5～10 回繰り返します

足首の伸展・屈曲

両足を揃えて膝を伸ばし座り、
両手は後ろにして軽くつけ上体を支え背中は伸ばします



足首をグーッと伸ばします（3～5 秒保持）

踵を持ち上げるような気持ちでゆっくり曲げます（3～5 秒保持）

5～10 回繰り返します

片足上げ

両手を後ろにし背中を伸ばして座り膝を曲げます

片足を伸ばしながら持ち上げます（3～5 秒保持）

ゆっくりと元に戻します

片足ずつ 5～10 回繰り返します

調布 布多天 骨董 てんこもり

毎月第２日曜日朝６：00～15：00　http://www.fudaten.com

布多天神社は、延長５年 (927) の『延喜式神名帳』に載る古社で、式内多摩八座のひとつです。調布駅北口ロータリーを出て５分ほど歩き、甲州街道を越えると鳥居が見えてきます。決して規模が大きいわけではありませんが、ケヤキの木立に囲まれたなんとも落ち着く空間は、地域の方々の憩いの場として親しまれています。

布多天神社では、毎月第１日曜日には手作り市（布多天神社つくる市）、第２日曜日には骨董市など、様々な行事が開催されています。本来、神社というのは、信仰の場であるのはもちろんのことですが、地域における情報の中心であり､人々が集う場でした。

上：素敵なアンティークのタイルがいっぱい。下：掘り出し物を探してにぎわう境内、高級品から手頃なものまで和洋骨董との出会いが楽しい。

aoiro sanpo-michi 青色散歩路

夏の暑い時期こそ涼しげな場所を探し求めて出かけてみませんか？
駅近のスポットをご紹介です。

Vol.4 調布駅～布多天満宮 骨董市

そんなあるべき姿としての機能を果たすことが地域の活性化につながるのであればとの思いが、場所を提供するきっかけとなったそうです。

骨董市は今年で１１年目を迎え、現在は約６０軒ほどのお店が所狭しと並んでいます。珍しいもの、かわいいもの、普段使いにもってこいの日用骨董品など多種多様な品々が揃っていて、眺めているだけで楽しくなります。「骨董市のよさは、品物との出会いでしょう。お店と違って同じ物が同じ場所に同じ値段で手に入るということはまずないですから。欲しいと思ったときに買わないともう巡り会えないかもしれません。そんな掘り出し物を求めて訪れる人もいれば、昔の商店街のようなふれあいを求めていらっしゃる方も多いですよ。商品を売るということだけでなく、そういう方達と世間話をするのも楽しみのひとつです」と代表の山下さん。古い蔵や古民家などから買い付けた初めて人の目に触れる骨董品の事を「うぶだし」というそうなのですが、そんなうぶだし品を狙って荷下ろしをしている段階から狙いを定めているマニアの方も多いそうです。

また、毎月２５日には月例祭が開催され、神楽が奉納されます。境内では江戸時代から続く天神市が開かれ、屋台が立ち並びます。ここ布多天神社には、常に人と人のつながりを感じさせる何かがあります。宮司さんがおっしゃるように、これが本来の神社のあるべき姿なのでしょうね。

布多天満宮　縁日

ケヤキの木立に囲まれた境内でのびのびと行われる縁日。
ご祭神の菅原道真公の生没日がともに二十五日なので毎月その日が縁日として長く親しまれています。
御神楽（おかぐら）が演じられ、参道には市や屋台がたち並びます。

ラーメンハウス 中華　おはら

縁日の帰りにお腹が空いたら、甲州街道沿いの「ラーメンハウス　中華おはら」さんで、一休み。明るいマスターが手早く料理を出してくれます。昔ながらのラーメン、チャーハンはとてもシンプルなんですけど、そのシンプルさがたまらない逸品です。お財布にも優しい街の中華料理屋さんは、地元の方々でいつもにぎわっています。（会員のＴ様よりご紹介）

（営）11:00～16:00　（休）毎週日曜日
調布市布田 1-1-1　　電話 042-486-5316

添乗員同行で安心!!

青色会員親睦旅行　　株式会社日本旅行ふれあいセンター

毎年、大勢の会員の皆様が参加され、好評を頂いております。
皆様お誘い合わせの上、是非ご参加下さい。

アメリカ東海岸

ボストン・ニューヨーク（ワシントン）満喫の旅

10月11日～17日 7日間

ツアーのポイント

★日本航空の直行便 JAL787 を利用します。
★ホテルはセキュリティー面でも安心できるデラックスクラス！
★Ｂコースの「ワシントン日帰り観光」ではアムトラック（列車）とバスを利用します。
★ボストンでは「名物ロブスター料理お一人１尾」
★ニューヨークでは、ホテル最上階の回転展望レストランにて本場のステーキをお召し上がり下さい。
★最終日のディナークルーズではマンハッタンの夜景やライトアップされた自由の女神像をご鑑賞下さい。

ゆとりのある旅

1日目 クインシーマーケット
ボストンで有名なショッピング＆グルメゾーン３棟の建物からなりあらゆるお店でにぎわっています。

2日目 ボストン美術館
アメリカ建国 100 周年を記念して 1876 年にオープンした美術館で、ボストン市民の寄付により運営されています。

3日目 メトロポリタン美術館
ロンドンの大英博物館、パリのルーブル美術館、サンクトペテルブルクのエルミタージュ美術館と並んで世界４大美術館のひとつです。

4日目 ワシントン市内
世界の政治の中枢でもある合衆国大統領官邸。B コースでの観光になります。

5日目 五番街
ニューヨークを象徴する通り高級ブランド、高級ブティックに混ざり庶民的なお店や教会の大聖堂、ニューヨークの魅力が凝縮。
自由の女神
右手に持ったたいまつを高々と掲げ独立記念日の 1776 年７月４日が刻まれています。

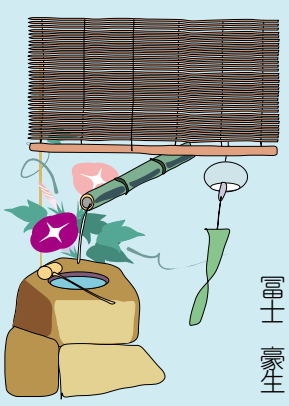
ホテル １～２泊マリオットコプレイプレシスホテル
３～５泊マリオットマーキーズタイムズスクエア

Aコース（4日目 / 自由行動）	Bコース（4日目 / ワシントン日帰り観光）
ご旅行代金（大人一人あたり /2 名一室利用）	ご旅行代金（大人一人あたり /2 名一室利用）
398,000 円　独り部屋追加代金 100,000 円	435,000 円　独り部屋追加代金 100,000 円
※燃料サーチャージは含まれていません。別途お支払い下さい。おおよその目安は 52,000 円（4/25 現在）	※燃料サーチャージは含まれていません。別途お支払い下さい。おおよその目安は 52,000 円（4/25 現在）

●詳細はチラシ又は武蔵府中青色申告会までお問い合わせください。

◆編集後記◆

暑中お見舞い申し上げます。
私事ですが、先日娘と一緒に漢字検定を受けて参りました。結果はさておき、受験を通して気づいた事がありました。
試験に備え問題集に取り組んでみたのですが、漢字の「読み」は良いものの「書き取り」となると筆が止まり、考える時間が長くなり、解答を見るまで思い出せない始末でした。如何に常日頃から「変換」で漢字を呼び出すことに慣れてしまっているかを思い知らされました。
文明の利器に頼り切った日頃の行動を戒めるべく、この編集後記を書くにあたり一旦手書きでしたためたものを原稿用に打ち直しております。弛緩した頭の思考回路を鍛え直すには、しばらく手間をかける必要がありそうです。
節電、オリンピックと話題の多い今夏ですが、熱中症に気をつけて皆様にとって有意義な2012年の夏となることを祈念いたします。



冨士　豪生

お越しの際は「会員証」を必ずご持参下さい。