



(写真提供：川野真弓)

第 154 号
令和4年1月11日

編集発行者
公益社団法人 尼崎納税協会
尼崎納税貯蓄組合連合会

協 賛
尼 崎 税 務 署
西宮県税事務所
尼 崎 市

令和3年分確定申告 申告所得税・消費税及び地方消費税(個人事業者)

申告と納税は期限内に!

納税は便利で安全
な振替納税で!!
※贈与税の振替納税
制度はありません



おもな目次

近畿税理士会尼崎支部会員名簿	15
ハーティ21 カレー談義	12
納税協会・納貯組合事業だより	10
納税協会からのお知らせ	9
県税事務所からのお知らせ	8
市役所からのお知らせ	6
税務署からのお知らせ	2

尼崎税務署からのお知らせ

今年の確定申告会場は、 尼崎リサーチ・インキュベーションセンター

通称：エーリック
(アマドウのとなり)

場 所 尼崎リサーチ・インキュベーションセンター (1階 多目的ホール)
(尼崎市道意町7丁目1-3)
※ 尼崎税務署庁舎内では申告相談を行っておりません。

開設期間 令和 4 年 2 月 16 日 (水) ~ 令和 4 年 3 月 15 日 (火)
※ 2月20日(日)及び2月27日(日)以外の土日祝日は開設しておりません。

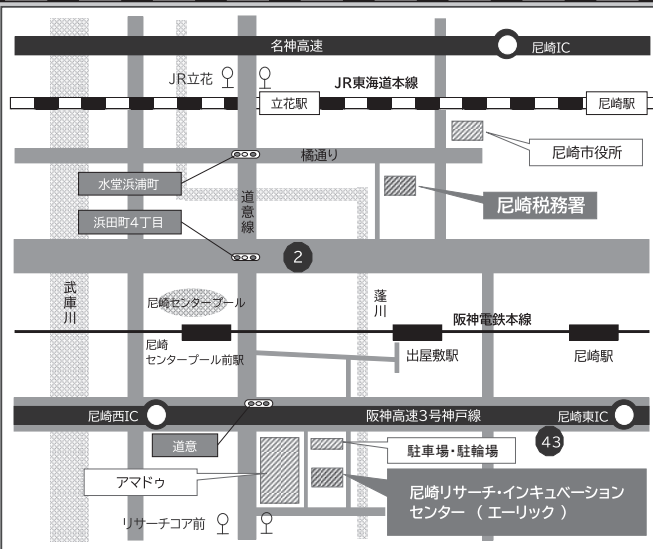
受付時間 9 時 ~ 16 時まで ※ 来場者数によっては、
早めに相談受付を終了する場合があります。

感染症対策にご協力ください

確定申告書の作成・送信は ご自宅で
「国税庁ホームページ」から
~ スマホ・パソコン e-Tax ~ **確定申告 検索**

ご来場の際は マスクの着用を

会場内に筆記用具はございません。
ボールペン等の筆記用具や計算器具をご持参ください。



確定申告は
スマホ
で完結!!

スマホ申告
↓
↓
↓
国税庁ホームページ

次頁をご覧ください

申告はしたい・・・でも、人混みはイヤ！

尼崎税務署からのお知らせ

バイトで2社から給料もらった

医療費控除で還付を受けたい

個人年金もらうようになった

副業、やってみたら儲けが出た！

ふるさと納税のワンストップの手続きを忘れた

※ワンストップの手続きをされた方で確定申告をされる方は、再度、ふるさと納税の申告が必要になります。

おうちから申告しよう！

↓ スマホがあれば START!

マイナンバーカードを持っている

市町村でマイナンバーカードを取得する

マイナポータル総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178



対応するスマホを持っている

対応端末一覧はこちら



ID・パスワードを持っている

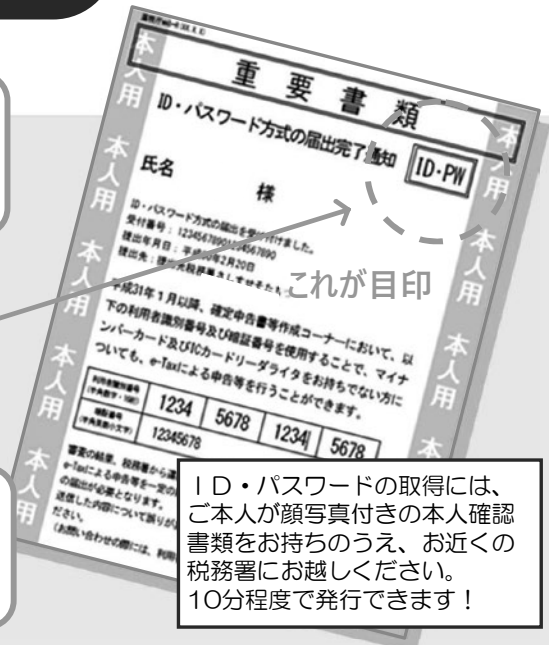
近くの税務署でID・パスワードの発行手続きをする！

スマホ申告スタンバイ OK!

こちらから →



送信はダメでも、作成コーナーで申告書がデータ(PDF)で完成。印刷して提出できます。郵便をご利用ください。



ID・パスワードの取得には、ご本人が顔写真付きの本人確認書類をお持ちのうえ、お近くの税務署にお越しください。10分程度で発行できます！

スマホ専用画面の対象は

- 給与所得
- 雑所得
- 一時所得
- 全ての所得控除
- 特定口座年間取引報告書 **(New)**
- 政党等寄附金特別控除
- (上場株式等の譲渡所得等・配当所得等)
- 災害減免額
- 上場株式等の譲渡損失額(前年繰越分) **(New)**
- 外国税額控除 **(New)**
- 本年分で差し引く繰越損失額
- 予定納税額

e-Tax・作成コーナー
ヘルプデスク
0570-01-5901

ちょっと聞きたい
電話相談センター
**税務署に電話
音声案内で1を選択**
確定申告期は「0」が追加され確定申告専用

相続税の申告相談について

確定申告期間《令和 4 年 2 月 16 日(水)～3 月 15 日(火)》は、**相談を行っていません。**

申告書の作成に当たり、記載方法や一般的な税法の取扱い等で分からない点等（個別事情の判断を要する事柄等を除きます。）がありましたら、**国税庁ホームページの「相続税の申告要否判定コーナー」**や**電話相談センター**をご利用ください（音声案内に従い「1」→「3」を選択してください。）。



※ **確定申告期間以外**に、来署による相談を希望される場合は、**事前予約制**とさせていただきます。

納付について

キャッシュレスで国税の納付ができます！

国税の納付は金融機関や税務署等の窓口に行く必要がない非対面の「キャッシュレス納付」が便利です。

【口座振替による納付】

事前に指定した納税者ご自身名義の預貯金口座から、国税庁が指定する振替日に口座引落としにより納付することが出来ます。e-Tax での申請又は、「納付書送付依頼書兼預貯金口座振替依頼書」にご記入の上、金融機関等又は、税務署に **3 月 15 日**（消費税のみのご利用は 3 月 31 日）までに提出してください。

【ダイレクト納付】

【インターネットバンキング等による納付】

【クレジットカード納付】

納付額に応じた決済手数料がかかります（決済手数料は国の収入になるものではありません）。

※各納付方法の詳細は、国税庁ホームページにある「国税の納付手続」をご覧ください。

その質問、 チャットボットに 相談してみませんか？



税務職員ふたば

年末調整は

令和**3**年**10**月**7**日から

所得税の確定申告は

令和**4**年**1**月中旬から

※具体的な日程は、国税庁ホームページで
お知らせします。

24時間利用可能

※メンテナンス期間を除きます。

国税庁 ふたば



国税庁 法人番号7000012050002



スマホでのご利用
はこちらから！

市役所からのお知らせ

個人市民税・県民税の申告はお早めに

【受付期間】 令和4年2月16日(水)から令和4年3月15日(火)(平日のみ)

令和4年1月1日現在、住所が市内にある方(住所は市外でも、事務所、事業所または家屋敷を市内に持っている方を含む。)は、令和4年度分市民税・県民税申告書の提出が必要です。

ただし、次の①～③のいずれかに該当する方は提出が不要です。

- ① 税務署に令和3年分所得税及び復興特別所得税(以下「所得税等」という。)の確定申告書を提出される方
 - ② 令和3年中の合計所得金額が基礎控除額(43万円)以下の方
 - ③ 令和3年中の所得が給与や年金(企業年金などを含む)のみで、支払者(会社や日本年金機構など)から市役所へ支払報告書が提出される方
- ※ ①に該当しなくなった方(年金収入400万円以下で他の所得20万円以下の方)も、②または③に該当すれば、提出が不要です。
 ※ ③に該当する方のうち、個人市民税・県民税の医療費控除や生命保険料控除などを受ける場合は、市役所に提出してください。
 ※ 所得税等の還付を受ける方や損失を繰り越す方は、税務署に所得税等の確定申告書を提出してください。
 ※ 所得税等の確定申告書を提出された場合、個人市民税・県民税の申告書の提出を省略することができますが、個人市民税・県民税の申告をもって、所得税等の確定申告書の提出を省略することはできませんのでご注意ください。

提出書類

- ・ 令和4年度分市民税・県民税申告書
- ・ 令和3年中の収入金額が分かる書類(源泉徴収票、給与明細書、収支(所得)内訳書など)(コピー可)
- ・ 令和3年中の支払金額が分かる書類(医療費の領収書などに基つき作成した明細書・各保険者からの医療費通知、生命保険料・地震保険料または国民年金保険料の控除証明書など)(コピー可)

※個人市民税・県民税の申告書には、マイナンバー(個人番号)の記載が必要です。

市役所に申告書を提出する際は、マイナンバーカードなどの本人確認書類を提示するかその写しを提出してください。

(注) 控除対象配偶者及び扶養親族の方の本人確認書類の提示または写しの提出は不要です。

【本人確認書類の例】

例1 マイナンバーカード

例2 通知カード+運転免許証・パスポート・顔写真付の証明書など

(注) 通知カードは令和2年5月25日に廃止されていますが通知カードに記載された氏名、住所などが住民票に記載されている内容と一致している場合に限り、引き続き番号確認書類として利用できます。



新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、受付会場の混雑を避ける為、申告は原則郵便をご利用ください。
 ※令和4年3月15日まで

提出方法

昨年度の実績などから、提出が必要と考えられる方については、2月中旬までに申告書をご自宅へ郵送いたします。必要事項をご記入の上、必要書類を添えて、同封の返信用封筒にてご返送願います。

同封の記載例を見ても記載方法がわからない場合は、お電話などでお問い合わせいただくか、受付会場を下記のとおり設けておりますので、可能な範囲で申告書を記入していただき、直接受付会場へお越しください。

受付会場及び日程(平日のみの午前9時から午後5時30分まで) 注:確定申告書の受付は行っていません。			
市役所南館2階ロビー (尼崎市東七松町1丁目23番1号)	2月16日(水)~3月15日(火)	小田南生涯学習プラザ3階ホール (尼崎市長洲中通1丁目6番10号)	3月3日(木)
立花庁舎3階会議室 (尼崎市栗山町2丁目24番3号)	2月22日(火)	武庫西生涯学習プラザ1階ホール (尼崎市武庫の里1丁目13番29号)	3月4日(金)
大庄北生涯学習プラザ2階大会議室 (尼崎市大島3丁目9番25号)	3月2日(水)	園田東生涯学習プラザ3階ホール※ (尼崎市食満5丁目8-46)	3月11日(金)

【お問い合わせ先】 尼崎市役所 市民税課(市役所南館2階)
 TEL:(06)6489-6246~6248 FAX:(06)6489-6875

↑※園田地区については昨年度とは受付会場が異なります。

市役所からのお知らせ

償却資産（固定資産税）の申告はお早めに

＜申告をしていただく方＞

個人または法人で事業（工場や小売店、飲食店、駐車場業など）をされている方で、令和4年1月1日現在、土地・家屋以外の事業用資産を尼崎市内に所有されている方。

＜申告期限＞ 令和4年1月31日（月）

＜申告書の対象となる償却資産とは＞

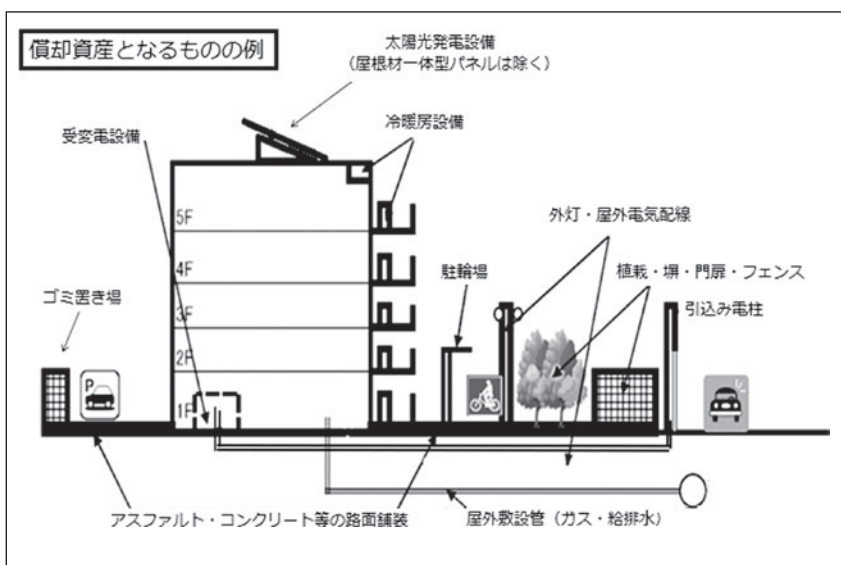
固定資産税が課税される償却資産とは、土地・家屋以外の事業の用に供することができる有形固定資産（機械・器具・備品等）で、所得税または法人税の確定申告時に減価償却の対象となる資産をいいます。

※現実にも必ずしも所得の計算上、損金又は必要な経費に算入されていることは要しません。

種別 コード	資産の種類	主な資産例
1	構築物 (建物附属設備を含む。)	舗装路面、テナントが施工した内装・設備、フェンス、厨房設備、煙突、焼却炉、門、塀、植栽、インターネット設備、駐車（輪）場の路面舗装・賃貸マンションの外構など
2	機械及び装置	建設機械、印刷機械、ろ過機、温水器、ドライ機、脱水機、太陽光発電など
3	船	はしけ、ボート、釣舟、漁船、貨物船など
5	車両及び運搬具	運搬車、大型特殊自動車など（※ナンバープレートの有無に関わらず小型特殊自動車は、軽自動車税の課税対象であるため、償却資産ではありません。）
6	工具・器具・及び備品	エアコン、医療機械、娯楽機器、理美容機器、パソコン、コピー機、レジスター、カラオケ、冷蔵庫、応接セット、自動販売機、看板など（コンピュータのソフトは除く）

賃貸マンションを所有されている方へ

賃貸マンションは、家屋と構造上一体をなしていない外構、路面舗装、駐車（輪）場、ごみ置場、エアコン、郵便ポスト、屋外配管・配線・設備など（下図参照）は土地・家屋の評価には含まれず、「償却資産」として申告が必要です。



【お問い合わせ先】 尼崎市役所 資産税課（諸税担当） 電話：06-6489-6267 FAX：06-6489-6875

県税からのお知らせ

『個人事業税の申告について』

所得税の確定申告をした場合は、個人事業税の申告があったものとして取り扱われますので、重ねて申告する必要はありません。

ただし、次の場合は別に県税事務所に個人事業税の申告をする必要があります。これらに該当するときで申告しなかった場合は、事業税の各種控除(損失の繰越控除、事業用資産の譲渡損失の控除等)が受けられませんのでご注意ください。

- 法人設立等により、年の途中で事業を廃止した場合 → 事業廃止の日から1ヶ月以内
- 事業主の死亡により事業を廃止した場合で、所得税の準確定申告を行っていない場合 → 死亡から4ヶ月以内

◎ 「事業税に関する事項」の記載について

所得税の確定申告書には、次のような「事業税に関する事項」欄が設けられています。

この欄は個人事業税の計算上必要ですから、個人事業税が課税になる事業所得などのある人で、該当する項目がある人は必ず記載してください。なお、該当するにもかかわらず記載がない場合は、事業税の各種控除が受けられませんのでご注意ください。

(所得税の確定申告書B第二表)

○ 住民税・事業税に関する事項

住民税	非上場株式の少額配当等	非居住者の特例	配当割額控除額	株式等譲渡所得割額控除額	特定配当等・特定株式等譲渡所得の全部の申告不要	給与、公的年金等以外の所得に係る住民税の徴収方法 特別徴収 自分で納付	都道府県、市区町村への寄附 (特例控除対象)	共同募金、日赤 その他の寄附	都道府県 条例指定寄附	市区町村 条例指定寄附
	円	円	円	円	○	○	円	円	円	円

事業税	非課税所得など	番号	所得金額	円	損益通算の特例適用前の不動産所得	円	前年中の開(廃)業	開始・廃止	月日
	不動産所得から差し引いた青色申告特別控除額				事業用資産の譲渡損失など			○	

①

②

③

① 「不動産所得から差し引いた青色申告特別控除額」欄

所得税で青色申告者に認められている「青色申告特別控除」は、個人事業税では認められません。青色申告特別控除額を不動産所得から控除した場合は、その金額を記載してください。

② 「事業用資産の譲渡損失など」欄

事業税が課税される事業に使用していた機械装置、車両運搬具、工具器具備品など事業用資産を、その事業に使用しなくなってから1年以内に譲渡した場合で、譲渡損失があれば記載してください。

なお、譲渡益と譲渡損がある場合は、損益通算せず、損失額のみを記載します。ただし、土地、建物、無形の固定資産は対象になりません。また、白色申告者において、事業の所得の計算上生じた損失のうち、被災事業用資産の損失の金額がある場合は、その金額を記載してください。また、「総合課税の譲渡所得、一時所得に関する事項」欄にその内容を記載してください。この欄の記載がない場合は控除できませんので、注意してください。

③ 「前年中の開(廃)業」欄

事業主控除額は年間事業月数により算出することになっていますので、令和3年中に新たに事業を開始した場合または事業を廃止した場合は、記入欄の「開始・廃止」の該当する文字を○で囲み、その月日を記載してください。

【お問い合わせ】

西宮県税事務所 個人課税課 TEL0798-39-1512・1535

県税からのお知らせ

○自動車税種別割のグリーン化について○

地方税法により、自動車税種別割について、排出ガス及び燃費性能の優れた環境負荷の小さい自動車はその排出ガス性能に応じ税率を軽減し、新車新規登録から一定年数を経過した環境負荷の大きい自動車は税率を重くする特例措置（いわゆる「自動車税種別割のグリーン化」）が実施されています。

☆環境負荷の小さい自動車

一定の環境基準を満たした自動車を新車新規登録された場合は、登録の翌年度に限り自動車税種別割が軽減されます。ただし、翌々年度に通常の税額に戻ります。

☆一定年数を経過した自動車

新車新規登録から一定年数を経過した自動車については、経過した翌年度から通常の税率より、おおむね15%（ただし、バス・トラックはおおむね10%）高くなります。

対象自動車	令和4年度
新車新規登録から11年を超えているディーゼル車	新車新規登録が平成23年3月以前の自動車
新車新規登録から13年を超えているガソリン車・LPG車	新車新規登録が平成21年3月以前の自動車

【お問い合わせ】

西宮県税事務所 自動車税課

TEL 0798-39-6113

納税協会からのお知らせ

ご利用ください！！

納税協会の税務相談

尼崎納税協会は、「税に関する公益社団法人」として、皆様方の税に関するお悩みにお応えするため、税務相談を行っております。

日常の経理処理や税務処理の、ちょっとした疑問でも結構です。お電話やFAX、メールもしくは直接足を運んでいただくなど、ご都合に合わせてご利用ください。

税務相談日

毎週 金曜日 9:00~17:00

※ ご来所いただく際は、事前にお電話をお願いいたします。

TEL 6416-2051

FAX 6417-0828

E-mail: amagasaki@nk-net.co.jp

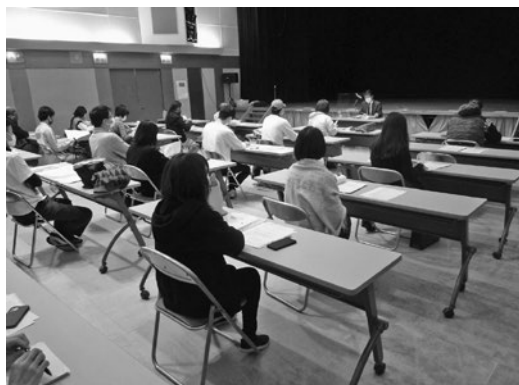
納税協会・納貯組合 事業だより



◎ 改正法人税法等説明会 【10/27】

尼崎税務署担当官から、本年度の法人税の改正事項、消費税インボイス制度及び電子帳簿保存法の改正について、解説しました。

尼崎税務署・尼崎納税協会 共催



◎ 記帳説明会 【11/10】

個人事業者を対象に、記帳の仕方、複式簿記による記帳方法、青色申告制度の概要、消費税インボイス制度、電子申告等についてわかりやすく説明しました。

尼崎税務署・尼崎納税協会 共催



◎ 源泉所得税年末調整等説明会 【11/24】

尼崎税務署担当官並びに尼崎市役所担当者から、令和 3 年度分年末調整の仕方や法定調書の作成方法などについて解説しました。

尼崎納税協会 主催



◎ パソコン会計教室 【12/1～2】

会計ソフトを利用して日常の経理処理を行いたい方を対象に、実際にパソコンを操作しながらの入力作業や日々の伝票作成、決算処理などを体験していただきました。

尼崎納税協会 主催

◎ 尼崎市内の小学校で、青年部会員による租税教室を行いました。

尼崎市租税教育推進協議会では、市内の小学 6 年生の児童を対象に、税金の大切さや使い道を学んでもらう「租税教室」を開催しており、納税協会青年部会からも講師を派遣して、この事業に協力しています。

今回は、キャリア教育授業の一環として開催され、参加した児童からは、「今まで知らなかった税金のことや、学校や道路など、自分たちの生活に欠かせない税金について勉強できて良かった。」などの感想をいただきました。青年部会としては、これからも、子ども達に正しい税の使い道について、学んでもらう活動を続けていきます。

【11月15日 立花西小学校にて開催】立花西小学校での租税教室（講師：青年部会 松本部長）



納税協会 メールマガジン 毎月好評配信中！

無料

納税協会では、会員みなさまに、役立つ情報と税のトピックスなどをお届けする、「納税協会メールマガジン」を毎月1回配信しています。

1 納税協会ホームページで配信登録

- ① 納税協会ホームページへアクセス
<http://www.nouzeikyokai.or.jp/>
- ② トップページ下部
「メールマガジン好評配信中!!」
をクリック
- ③ 表示されたページの下部
「メールマガジン配信登録フォーム」
に所要事項を入力して送信

☆
登
録
は
カ
ン
タ
ン

2 電子メールで配信登録

- 件名を「メールマガジン配信希望」として
- ① お名前
 - ② 事業所名
 - ③ 役職
 - ④ ご所属の納税協会名
 - ⑤ 配信希望のアドレス
- を入力いただき、info@nouzeikyokai.or.jpに電子メールを送信

※ 登録後、翌月号からメールマガジンを配信いたします。

※ なお、登録いただいた個人情報は、メールマガジンの配信及び管理にのみ使用します。

【尼崎納税協会 新規会員募集中！！】

尼崎納税協会は、税の公益事業を実施しています。多彩なメリットがある納税協会にご入会いただき、事業経営にお役立て下さい！！

- ◇ 税理士による記帳や申告のご相談
- ◇ 税の説明会や、企業の人材育成の経理セミナー等の開催
- ◇ ビジネスチャンスが生まれる企業主交流の場を提供
- ◇ 事業経営に役立つサポートも充実

当誌でご紹介した以外に、これから実施する行事などホームページに掲載いたしておりますので、ぜひご覧下さい！！

尼崎納税協会 検索

<http://www.nk-net.co.jp/amagasaki/>

《経営者の退職金小規模企業共済制度》

国が運営する「安心」でお得な制度です。納税協会や金融機関などで加入手続き可能です。

【メリット】

- ①掛金は全額所得控除されます(月々の掛金は1,000円～70,000円で自由に設定可能)。
- ②経営者の退職金として受け取れます。

(全面広告)

近畿税理士会尼崎支部会員名簿

(令和3年12月15日現在)

氏名	事務所	電話	氏名	事務所	電話
赤井 真一郎	尼崎市食満6丁目20番1号 クレールコート園田302	090-8826-5998	河村 孝	尼崎市開明町2-11 神鋼建設ビル5階507号室	(06)6430-5563
秋原 静江	尼崎市塚口町3-26-22	(06)6480-7023	河本 彰	尼崎市塚口町1-14-13 森山恭太税理士事務所	(06)6427-2272
浅井 初江	尼崎市南武庫之荘4-10-1-705号	090-7496-8490	岸野 正信	尼崎市南塚口町2-15-1	(06)6427-6491
東 博美	尼崎市小中島1-18-1	(06)6491-4943	岸原 宏明	尼崎市武庫町1-32-16 2F 税理士法人銀河岸原会計	(06)6431-0455
荒巻 政文	尼崎市昭和通3-90-1 尼崎K.Rビルディング5F 荒巻税理士法人	(06)6413-2040	岸本 慶一	尼崎市武庫之荘4-13-7	(06)6439-0100
入口 克彦	尼崎市南竹谷町3-6-79	(06)7506-4839	北野 利明	尼崎市昭和通2-6-23-1301号	(06)6430-9113
生橋 徹	尼崎市長洲本通2-9-13	(06)4980-0889	木村 年宏	尼崎市武庫町1-32-16 2F 税理士法人銀河岸原会計	(06)6431-0455
池田 敏幸	尼崎市七松町2-4-5	(06)6416-4361	清田 真保	尼崎市七松町3-3-21 ロイヤルメゾン塚口南Ⅱ201	090-3866-1408
池西 寿昭	尼崎市立花町4-2-9 鳥佐一郎税理士事務所	(06)4962-3899	金 永哲	尼崎市西御園町119-3 第一寺町ビル502号	(06)6439-6955
石垣 光堂	尼崎市西難波町4-6-30 朝日プラザアベックスコート西難波208号	(06)6423-8105	金 龍寿	尼崎市開明町2-11 神鋼建設ビル605 税理士法人エスジーエフ	(06)6415-7641
石巻 正和	尼崎市南塚口町3-2-18 グライダーメゾン塚口Ⅱ104号	090-9611-9558	國宗 美雪	尼崎市塚口町3-31-7 シティハイツ塚口103号	(06)7172-5883
磯貝 慎一郎	尼崎市塚口町1-33-26	(06)6421-6559	車谷 隆雄	尼崎市東難波町5-16-35	(06)4868-8305
井上 紀子	尼崎市南塚口町2-12-18 塚口若松ビル5階 ひょうご税理士法人 塚口支店	(06)6940-6421	高 仁寛	尼崎市昭和通2-5-3	(06)6481-8001
井上 尚信	尼崎市武庫之荘1-2-3 カサベラ武庫之荘201	(06)6431-2308	高下 淳子	尼崎市潮江1-11-1-2204	(06)6495-3281
井上 義孝	尼崎市東園田町2-5-7 シュヴァリエ園田301号	(06)6493-9998	郷田 祐司	尼崎市南武庫之荘1-15-7 松栄ビル3F	(06)4962-5311
今井 智恵	尼崎市七松町1-2-1-402 山花寛和税理士事務所	(06)4869-4005	河野 克宣	尼崎市宮内町3-134-2	(06)7494-1799
岩井 正一	尼崎市御園町21 MG尼崎駅前ビル701号	(06)6413-2088	河野 勉	尼崎市塚口本町1-5-6-201号	(06)6423-1771
岩下 寛	尼崎市水堂町3-6-20 ヘリテージ武庫之荘608号	(06)6432-8002	河野 益典	尼崎市塚口本町1-5-6-201号 河野勉税理士事務所	(06)6423-1771
岩橋 宏幸	尼崎市大庄北5-6-1	080-5364-8345	五島 元	尼崎市塚口町6丁目33-5 グランフロラⅡ201号	090-1155-7810
岩泉 周治	尼崎市東難波町2-9-20	(06)6401-6309	小早川 典子	尼崎市南塚口町5-13-1 セントラル塚口みなみ通り502号	(06)6423-2389
岩泉 恒屋	尼崎市東難波町2-9-20	(06)6401-0232	小松 絵理	尼崎市武庫元町2-2-18	(06)6180-7979
植木 靖	尼崎市東園田町5-46-8 井上ビル2F	(06)7173-1840	斎藤 良実	尼崎市武庫之荘本町1-11-30	(06)6435-8458
上田 健志	尼崎市杭瀬南新町4-1-28	(06)6483-3005	榊 健司	尼崎市南塚口町2-6-27 ひょうご税理士法人	(06)6429-1301
上西 孝治	尼崎市塚口本町1-16-5-205	(06)4961-6120	坂田 清	尼崎市立花町1-19-11	(06)6426-2793
上野 敬	尼崎市西難波町6-3-5 山陰雅史事務所	(06)6481-8141	坂根 弘一	尼崎市塚口町3-22-3	(06)6423-9588
植村 和弘	尼崎市武庫之荘西2-44-22	(06)7501-3348	坂本 麻生	尼崎市南武庫之荘3-20-12-102	(06)6436-7407
鶴狩 盛隆	尼崎市西昆陽2-8-1-302 藤原輝明税理士事務所	(06)6431-8588	作 徳久	尼崎市梶ヶ島6-15-3F	(06)6488-6833
宇佐美 謙二	尼崎市杭瀬北新町4-1-5 三和ビル3階	(06)6489-0352	定本 学	尼崎市御園町5 尼崎土井ビルディング7階 K&P税理士法人	(06)6415-6015
榎園 剛	尼崎市塚口町2-12-1	(06)6421-6656	佐藤 肇	尼崎市七松町1-20-24	(06)6417-2321
近江 裕司	尼崎市西立花町2-7-6-101 早草茂税理士事務所	(06)6414-2755	佐藤 寛	尼崎市武庫元町1-29-3	(06)6432-7447
大内 美香	尼崎市上坂部2-13-18 グレイサムール103号	090-9613-1630	佐藤 有	尼崎市道意町7-1-3 尼崎リサーチ・インキュベーションセンター644C号	(06)6420-4415
大神 正晴	尼崎市武庫之荘8-12-33	(06)6431-3895	佐茂 省治	尼崎市杭瀬南新町4-7-30	(06)6488-1103
太田 幸子	尼崎市東園田町3-84-14	(06)6493-1959	澤井 朋子	尼崎市武庫元町3-5-14-403号	(06)6431-4560
大橋 春水	尼崎市塚口町1-7-1	(06)6421-0264	塩崎 誠	尼崎市富松町1-22-15	(06)6423-7245
大橋 優一	尼崎市塚口町1-7-1	090-9705-4461	塩田 恵	尼崎市久々知西町2-5-5	(06)4950-0195
岡 桂子	尼崎市南塚口町2-12-18 塚口若松ビル5階 ひょうご税理士法人 塚口支店	(06)6940-6421	塩見 貞代	尼崎市塚口町1-9-7 サ・パークハウス塚口町1丁目502	(06)6421-2407
小川 忠行	尼崎市尾浜町1-32-1-116	(06)6428-0817	芝崎 晃	尼崎市西難波町4-11-32	(06)7493-1926
奥村 耕治	尼崎市塚口本町3-8-10	(06)6423-2104	渋谷 隆	尼崎市東園田町4-101-7 ナイトービル302号 山根博税理士事務所	(06)6492-3678
奥村 俊直	尼崎市昭和通4-117 税理士法人CDA 尼崎事務所	(06)6435-8317	島 佐一郎	尼崎市立花町4-2-9	(06)4962-3899
尾立 豊隆	尼崎市杭瀬南新町4-1-25-401	(06)6488-0207	島 洋一	尼崎市立花町4-2-9 鳥佐一郎税理士事務所	(06)4962-3899
小谷 英之	尼崎市神田北通4-101 ベレッツァ尼崎1303号	(06)6439-7560	島 嵩静代	尼崎市水堂町2-19-17	(06)6438-1516
小野 剛司	尼崎市南塚口町1-18-10	080-6399-5793	清水 幹子	尼崎市塚口町1-18-18 塚口T&Tビル4F東号室 税理士法人希水会 清水事務所	(06)6424-0086
小幡 恵	尼崎市塚口本町1-4-6	(06)6421-1593	白壁 信昭	尼崎市東園田町4-96-6Sビルディング2F	(06)6415-6901
香川 晋平	尼崎市御園町5 尼崎土井ビルディング7階 K&P税理士法人	(06)6415-6015	砂原 健太	尼崎市御園町24 尼崎第一ビル5F	(06)6480-5155
笠原 伸哉	尼崎市武庫町3-25-22	(06)6438-5450	徐 禧源	尼崎市昭和通2-5-3	(06)6481-8025
鍛治 伸哉	尼崎市昭和通3-96 尼崎商工会議所4階	(06)6110-5780	備 順子	尼崎市西難波町4-2-5	(06)6480-8585
金子 潤生	尼崎市尾浜町2-20-12-402	(06)6435-8184	高島 康徳	尼崎市潮江5-2-15-806号	080-1401-5758
亀田 智	尼崎市南武庫之荘3-20-12-102号 坂本麻生税理士事務所	(06)6436-7407	高谷 和光	尼崎市塚口本町2-17-20	(06)6424-3026
加茂川 正伸	尼崎市大西町1-10-4	(06)6427-3038	田川 善弘	尼崎市東園田町4-101-7 ナイトービル303号	(06)6491-5517
加茂川 悠介	尼崎市潮江1-9-1-803	090-3620-2656	田口 勇	尼崎市常吉1-15-13	(06)6432-5115
唐澤 真一郎	尼崎市南塚口町7-28-5-306号	(06)6421-7513	田口 千里	尼崎市御園町5 尼崎土井ビルディング7階 K&P税理士法人	(06)6415-6015
唐澤 康雄	尼崎市南塚口町7-28-5-306号	(06)6421-7133	竹内 綱敏	尼崎市武庫之荘1-19-1 中村ビル	(06)6431-3377
刈谷 敏彦	尼崎市武庫豊町3-12-6 シティパーク武庫之荘402号	(06)6438-9137	竹内 安正	尼崎市杭瀬北新町3-3-1	(06)6401-3167
川合 由樹子	尼崎市南武庫之荘1-13-7-303	(06)6434-3016	武田 清明	尼崎市武庫之荘6-14-36	(06)6432-2893
川上 厚紀	尼崎市東七松町1-13-17 竹尾ビル2階	(06)6401-8461	多田 実	尼崎市七松町2-5-3	(06)6413-2548
河北 裕明	尼崎市塚口町1-18-18 塚口T&Tビル4F東号室 税理士法人希水会 清水事務所	(06)6424-0086	橋 映莉子	尼崎市御園町24-402 中村清誉税理士事務所	(06)6412-0671


(全面広告)

氏名	事務所	電話	氏名	事務所	電話
田中 彰	尼崎市神田中通5-182 クレセントビル4F	(06)6412-0674	林 裕温	尼崎市昭和通3-90-1 尼崎K.Rビルディング5F 荒巻税理士法人	(06)6413-2040
田村 幸督	尼崎市立花町1-9-23 ソシエ立花601号	090-7104-9501	林 欣志	尼崎市塚口本町2-5-24	(06)7503-2767
長久 和義	尼崎市西難波町4-6-30-212号 朝日プラザ・アベックスコート西難波	(06)6401-0380	早瀬 福	尼崎市御園町5 土井ビル4階	080-1488-1817
佃 隆志	尼崎市西立花町2-1-8 デュオ立花201 税理士法人蒼水 尼崎事務所	(06)6419-1207	原田 充啓	尼崎市昭和通9-331	(06)6411-8641
辻子 房子	尼崎市西難波町3-21-3	(06)6416-7667	東本 武司	尼崎市稲葉荘1-7-21 2F 南	(06)6418-5266
辻本 博	尼崎市塚口町6-17-3	(06)6421-2310	久津 靖弘	尼崎市潮江1-22-1-121	(06)6499-0150
堤 仁	尼崎市富松町1-37-15 エクセルコートⅢ302号	(06)4961-3373	平田 恵	尼崎市東園田町9-21-18	(06)6494-8149
坪内 祐二	尼崎市七松町2-15-8	(06)6411-8860	廣内 昌隆	尼崎市塚口町5-29-2	(06)6422-2626
津吉 美喜子	尼崎市上ノ島町1-32-10	(06)6429-2904	廣川 圭司	尼崎市杭瀬本町3-3-38 廣川博邦方	(06)6488-2205
寺澤 隆	尼崎市武庫元町2-13-1	(06)6432-3866	廣瀬 敏樹	尼崎市東塚口町1-4-13-211	050-7125-6954
寺西 大武	尼崎市南武庫之荘1-9-1 パークビル102号	(06)6415-8481	福井 謙介	尼崎市武庫之荘2-30-13	(06)6433-2112
傳寶 弘司	尼崎市東園田町9-33-7	(06)4960-2021	福田 耕三	尼崎市小中島3-13-15	(06)6491-0182
敏森 賢史	尼崎市上坂部1-8-2-622	090-3845-3607	福田 晋也	尼崎市武庫之荘西2-36-35	(06)6432-1960
富田 雅裕	尼崎市武庫の里1-14-11	(06)6432-2449	福田 時政	尼崎市富松町1-37-15エクセルコートⅢ202	(06)6428-4012
鳥養 哲司	尼崎市武庫之荘1-4-4	(06)6432-0053	福富 健夫	尼崎市塚口本町5-5-1-602	(06)6431-8183
鳥養 容子	尼崎市武庫之荘1-4-4	(06)6432-0053	福原 知幸	尼崎市御園町5 土井ビル4階 税理士法人あすなろ尼崎事務所	(06)6412-7070
永井 敏夫	尼崎市西難波町5-12-10-2	(06)6482-1101	藤原 清孝	尼崎市昭和通4-117 エステイ 尼崎ビル501号	(06)6155-7590
長江 卓哉	尼崎市塚口本町1-21-11	(06)6421-2687	藤原 輝明	尼崎市西昆陽2-8-1-302	(06)6431-8588
中川 勲	尼崎市東難波町5-29-66 PBS尼崎ビル3階	(06)6489-2728	古林 將史	尼崎市長洲中通1-12-65	(06)6488-8512
中川 秀明	尼崎市武庫之荘1-3-6	(06)6433-5854	古林 睦伸	尼崎市長洲中通1-12-65	(06)6488-8511
中谷 智香	尼崎市昭和通3-90-1 尼崎K.Rビルディング5F 荒巻税理士法人	(06)6413-2040	細川 美保	尼崎市南城内116-9 アルトビノ城内201号 森川幸敏税理士事務所	(06)6401-3191
中西 さゆり	尼崎市立花町1-18-28	(06)7492-6824	堀 由加里	尼崎市上坂部1-7-19 泉様方	090-6913-6164
中西 優一郎	尼崎市御園町5 尼崎土井ビルディング6階D	(06)6435-8309	堀 部沙織	尼崎市塚口本町1-18-21	(06)7504-2012
中野 健太郎	尼崎市武庫豊町2-12-12-2号	(06)7508-5171	牧野 亮一	尼崎市南塚口町2-12-18 塚口若松ビル5階 ひょうご税理士法人 塚口支店	(06)6940-6421
永見 浩美	尼崎市東塚口町1-12-2-206号	(06)6427-3850	増田 真二	尼崎市富松町1-12-10 エーベル武庫之荘番番館503号	(06)6428-5224
中村 和行	尼崎市武庫元町3-5-4-1104	(06)6431-0926	松井 一良	尼崎市南武庫之荘1-20-25-409	(06)6435-3410
中村 清誉	尼崎市御園町24番地402	(06)6412-0671	松川 弘巳	尼崎市大西町3-9-3 タニビル103号	(06)6428-8019
中村 悟	尼崎市御園町24番地402 中村清誉税理士事務所	(06)6412-0671	松野 茂	尼崎市御園町24 尼崎第一ビル7F	(06)6419-5140
中村 匡宏	尼崎市武庫之荘5-14-14	(06)6434-1855	松本 明	尼崎市南塚口町1-5-22 グレイス91 209号	(06)6429-6495
永安 武	尼崎市武庫之荘西2-42-11 税理士法人プロスト神戸事務所	(06)6423-9321	松本 五郎	尼崎市塚口町1-9-6	(06)6421-9508
鍋島 正徳	尼崎市潮江1-3-12-1808 税理士法人エスキューブ 兵庫事務所	(06)6482-1265	丸橋 多希子	尼崎市昭和通3-90-1 尼崎K.Rビルディング5F 荒巻税理士法人	(06)6413-2040
西浦 文彦	尼崎市東難波町4-14-16	(06)6482-1265	丸山 友幸	尼崎市南塚口町2-19-2-301	050-5374-3397
西風 里恵	尼崎市南武庫之荘2-25-23 ミ・ピアーチェ武庫之荘501	090-8937-1062	馬渡 利博	尼崎市名神町1-10-3	(06)6426-4686
西田 千恵子	尼崎市若王寺3-24-15	(06)6494-5253	満浦 健裕	尼崎市南塚口町2-6-27 ひょうご税理士法人	(06)6429-1301
西田 通文	尼崎市武庫之荘本町2-5-23	(06)6432-8422	光川 慎一	尼崎市東難波町2-1-3	(06)6482-8600
西之園 隆文	尼崎市西難波町1-20-2 ハイツオータム101号	(06)6414-3215	満塩 秀春	尼崎市塚口町3-29-39	(06)6421-3201
西村 庫治	尼崎市西難波町4-6-35 西難波MATSUIビル5F	(06)6482-0349	源 建太郎	尼崎市南武庫之荘1-11-21 エクセル武庫之荘105号室	(06)6439-6975
西村 近司	尼崎市昭和通3-90-1 尼崎K.Rビルディング302	(06)6412-0780	三原 信幸	尼崎市南武庫之荘1-20-25-214号	(06)6433-6866
能勢 ときわ	尼崎市東難波町5-28-29 宝満会館1階	(06)6482-3750	三宅 強	尼崎市武庫之荘2-5-4	(06)6437-8651
野田 貞男	尼崎市昭和通4-117 エステイ 尼崎ビル402号	(06)4950-0536	宮崎 辰哉	尼崎市南武庫之荘1-14-8 リーストラクチャー南武庫之荘201	(06)6435-9706
野村 勝	尼崎市七松町3-16-12	(06)6430-1330	宮本 信一	尼崎市南塚口町2-29-1 宮本ビル3F 中央税理士法人 阪神事務所	(06)6421-7214
野村 佳生	尼崎市七松町3-16-12 野村勝税理士事務所	(06)6430-1330	宮本 典子	尼崎市水堂町2-35-11	(06)6439-7551
橋本 大造	尼崎市南武庫之荘1-8-1 ヴァンテージ武庫之荘306	(06)6438-8221	宮本 泰博	尼崎市立花町1-28-4 グレストハイツ102	090-5468-1420
橋本 裕美	尼崎市樵堂1-30-1	(06)6491-8483	武藤 孝一	尼崎市元浜町1-12 シティーマンション304	(06)6419-7684
橋本 康輝	尼崎市大庄中通1-7 2階	(06)6416-6322	森川 幸敏	尼崎市南城内116-9 アルトビノ城内201号	(06)6401-3191
橋本 和花恵	尼崎市塚口町3-1-8	(06)6424-3108	森本 隆博	尼崎市南塚口町2-20-26 2階	(06)6429-6350
長谷川 雅行	尼崎市常吉1-13-1	(06)6431-1537	森山 恭太	尼崎市塚口町1-14-13	(06)6427-2272
花城 清榮	尼崎市武庫元町1-28-2-901	(06)6438-3223	保居 鉄也	尼崎市塚口町5-20-24	(06)7505-7973
花田 園子	尼崎市御園町35-7C	(06)6409-4331	柳原 大樹	尼崎市東難波町4-14-16 西浦文彦税理士事務所	(06)6482-1265
花光 昇	尼崎市南塚口町2-29-28 FLATS塚口206号	(06)4980-6691	矢野 貴子	尼崎市武庫之荘1-11-2	(06)6436-1961
波野 雄一	尼崎市崇徳院2-42-2 パークサイドハイツ403号	(06)7777-4161	矢野 洋子	尼崎市塚口町3-38-2	(06)6415-7101
濱田 善彦	尼崎市武庫之荘東2丁目8-16	(06)6415-9030	山陰 雅史	尼崎市西難波町6-3-5	(06)6481-8141
濱本 順一郎	尼崎市尾浜町2-34-10	(06)6426-2886	山口 昇	尼崎市神田中通5-182-6 KT-1ビル5階501号室	(06)6412-0688
早草 茂	尼崎市西立花町2-7-6 シャトー泉101	(06)6414-2755	山口 真弘	尼崎市上坂部3-33-1	(06)6498-1364
林 明	尼崎市南塚口町1-6-20	(06)4961-4555	山根 博	尼崎市東園田町4-101-7 ナイトービル302号	(06)6492-3678
林 祥良	尼崎市武庫之荘2-3-6 M STYLE MUKONOSO 1 305号	(06)7171-8291	山花 寛和	尼崎市七松町1-2-1-402号	(06)4869-4005

(全面広告)

氏 名	事 務 所	電 話
山 本 正	尼崎市御園町5 尼崎土井ビルディング7階 K&P税理士法人	(06)6415-6015
山 本 由 佳	尼崎市御園町24 尼崎第一ビル7F 松野茂税理士事務所	(06)6419-5140
矢 村 秀 樹	尼崎市武庫町4-7-27	(06)6436-4225
百合草 裕 康	尼崎市大物町1-8-1 百合草陽子税理士事務所	(06)6488-6461
百合草 陽 子	尼崎市大物町1-8-1	(06)6488-6461
吉 川 壽 一	尼崎市東園田町6-120-5	(06)6498-7228
吉 川 暢 輝	尼崎市東園田町6-120-5 吉川壽一税理士事務所	(06)6498-7228
吉 田 節 子	尼崎市七松町1-2-1-402号 山花寛和税理士事務所	(06)4869-4005
吉 田 嘉 久	尼崎市大島3-14-10	(06)6412-5220
吉 本 篤 子	尼崎市塚口町6-8-6 吉本ハイツ103号	(06)6423-7871
吉 本 千 恵 子	尼崎市南塚口町2-6-27 ひょうご税理士法人	(06)6429-1301
余 田 未 生	尼崎市南武庫之荘1-23-26-503	(06)7174-4560
米 倉 啓 浩	尼崎市南塚口町1-26-28 南塚口ビル本館603号	(06)6429-1911
若 原 昭	尼崎市立花町2-22-1	(06)6426-3311
若 原 健 志	尼崎市立花町2-22-1	(06)6426-3317
渡 邊 直 樹	尼崎市東園田町5-59-4 ㈱高木建設第2ビル2階A号室	(06)6498-7666
渡 部 喜 晴	尼崎市杭瀬本町1-18-6	(06)6401-5300
法人会員		
K&P税理士法人	尼崎市御園町5 尼崎土井ビルディング7階	(06)6415-6015
荒巻税理士法人	尼崎市昭和町3-90-1 尼崎K.Rビルディング5F	(06)6413-2040
税理士法人蒼水 尼崎事務所	尼崎市西立花町2-1-8 デュオ立花201	(06)6419-1207
税理士法人あすなろ 尼崎事務所	尼崎市御園町5 土井ビル4階	(06)6412-7070

氏 名	事 務 所	電 話
税理士法人エスキューブ 兵庫事務所	尼崎市潮江1-3-12-1808	(06)6423-9321
税理士法人エスジーエフ	尼崎市開明町2-11 神鋼建設ビル605	(06)6415-7641
税理士法人赤水会清水事務所	尼崎市塚口町1-18-18 塚口T&Tビル4階東号室	(06)6424-0086
税理士法人銀河岸原会計	尼崎市武庫町1-32-16 2F	(06)6431-0455
税理士法人CDA 尼崎事務所	尼崎市昭和通4-117	(06)6435-8317
税理士法人プロスト 神戸事務所	尼崎市武庫之荘西2-42-11	(06)6434-1855
中央税理士法人阪神事務所	尼崎市南塚口町2-29-1 宮本ビル 3 階	(06)6421-7214
ひょうご税理士法人	尼崎市南塚口町2-6-27	(06)6429-1301
ひょうご税理士法人 塚口支店	尼崎市南塚口町2-12-18 塚口若松ビル5階	(06)6940-6421
事務所が尼崎市外にある会員		
今 本 和 明	大阪市北区西天満5-8-15 八千代ビル別館6階A号室	(06)6809-4867
大 西 史 浩	大阪市中央区内淡路町1-3-6 片岡ビル405号	(06)6809-1331
兼 重 良 樹	大阪市中央区谷町1-3-5 アンフィニイ天満橋801 北山嘉一税理士事務所	(06)6585-0979
熊 木 豊	大阪市中央区東平2-3-15 大実ビル506号室	(06)6768-3666
兒 玉 良 夫	大阪市天王寺区寺田町2-3-6	(06)7896-9011
坂 野 豊	大阪市中央区南船場1-11-9 長堀安田ビル5F	(06)6265-5255
十 萬 大 靖	大阪市中央区北浜東2-12 天満八軒家ビル2階2EF号室	(06)6355-4918
杉 村 節 夫	大阪府八尾市山本高安町2-5-17	(072)929-9038
鈴 鹿 良 夫	大阪市中央区大手前1-7-31 大阪マーチャンダイズ・マートビル8階MI	(06)6232-8858
田 原 範 明	神戸市中央区中町通3-1-16 サンビル 4 階	(078)371-5411
松 原 綾 子	大阪市北区大深町3-40 グランフロント大阪オーナズタワー1403号	(06)6147-4137
山 本 武	大阪市中央区石町2-1-7 天満橋グリーンコーポラス507号	(06)6945-7447



…税理士はあらゆる税の専門家…

信頼のマーク

税 の こと なら 地 元 の 税 理 士 に

各種税金についての無料相談を行っていますのでお気軽にお越し下さい。

【無料税務相談】

- ・場所 近畿税理士会尼崎支部ホームページにてご確認ください。
- ・日時 原則 第1・2・3火曜日 時間 午後1時30分から4時30分

なお、年末年始及び2月16日から3月15日までは休みます。

※詳しい日程は近畿税理士会尼崎支部ホームページで確認して下さい。

近畿税理士会

尼崎支部

尼崎市昭和通2-6-68
(尼崎市中小企業センター内)
電話(06)6482-6061

豊かな地域づくりのお手伝い。

<あましん>

地域の文化・教育・環境など、
元気な地域づくりに貢献します。



尼崎信用金庫

AMASHIN

<https://www.amashin.co.jp>

法人・個人事業主の皆様へ

消費税納付専用積立

あましんが計画的な消費税納付をお手伝い！

消費税納付には計画的なご準備がいちばんです！

詳しくは、尼崎信用金庫店頭窓口にお問い合わせください。

ハーティ21 健康ノート

市民健康開発センター
ハーティ21 監修

カレー談義

レッドチリペッパー コリアンダー クミン マスタード ブラックペッパー フェンネル ジンジャー ターメリック シナモンと並べてみて何の事かお分かりですか。実はカレーを作るときの材料となるスパイス、日本式に言えば香辛料の名前です。カレー料理の原点はインドですが、不思議な事にほとんどすべてが漢代の中国では薬でした。この中の幾つかは古代のエジプトやインドでも薬用として使われ、病気の治療や疲労回復、ある時にはミイラの防腐剤としても使用されました。

レッドチリペッパーとはトウガラシのこと、食欲や消化機能の亢進と共に代謝を高めて肥満を解消します。コリアンダーは中国で胡菜（コサイ）とも呼ばれ、消炎鎮痛作用があってアレルギー性鼻炎や風邪の時の頭痛に、フェンネルは漢方では茴香（ウイキョウ）という名で去痰剤と健胃剤に、クミンはエジプト時代の薬用植物ですが、インド医学では興奮剤や解毒剤として使われます。

カレーの作り方には現在大きく分けて、インド式とヨーロッパ式の二つがあります。材料となるスパイスに大きな差は無いのですが、両者の基本的な違いはカレーパウダーの製造法にあり、スパイスをパウダーにしてすぐ使うのがインド式カレー、ヨーロッパ式は混ぜてから使用するまでねかせて十分熟成させます。その間に色々のスパイスが影響しあって味はまろやかとなり、マイルドな味が好みの日本人にはヨーロッパ式が好まれます。インド式は辛いと言って敬遠されがちですが、各々スパイスの味を舌でストレートに感じるからです。

カレー料理法が英国で改良されたもう一点は、小麦粉を加えてルーを作るという西洋料理のテクニックを

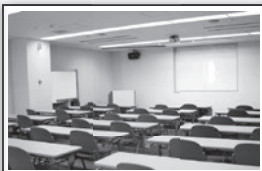
加えた事です。とろみが出ることで一段と舌触りがよくなり、料理法の簡便さと刺激の強さから特に英国の若者層の間で愛好されました。

英国のC&Bという会社が作ったカレーパウダーがその後世界を支配し、日本でも大正時代まで独占的に販売されていました。C&B社のカレーパウダーが高価だったことから、それを真似て国産のパウダーを作るべく日本では多くの人が苦労を続けました。すでに述べたように、カレーはいろいろの香辛料の混合物です。現在の或る大手カレー食品会社の前身が薬種香辛料問屋だという事実からも、日本でのカレーパウダー開発の歴史の一部を、窺い知る事が出来ます。

カレー料理は中に具を入れるのが普通ですが、インドでは宗教上の理由で牛や豚の肉が使えないことから、専ら鶏肉や羊肉が使用されました。英国でも牛肉は結構高価なので、チキンカレーが主流となりました。肉類の高価なネパールでは豆や野菜が具に使われ、海の有るシンガポールでは貝などの海産物がよく使用されます。日本ではビーフカレーも人気がありますが、健康食としてカレーを考える場合には、入れる具を何国方式にするかを考えるのも重要なことではないでしょうか。

カレー料理を食べる回数は家庭内と外食を含めて、日本人は月2～3回程度と言われています。カレー料理は原料が多種類の薬ですから、食欲亢進、代謝亢進、抗菌作用、神経興奮作用、時には神経沈静作用などを発揮します。しかし胃腸を元気にするスパイスが含まれているといっても、食べ過ぎてしまえば胃腸が荒れる原因にもなります。薬も過ぎれば毒と言うように、回数も量もほどほどが適当でしょう。

— 施設利用のご案内 —



ハーティ21ホームページ

- ・新型コロナウイルス感染防止対策としてご利用人数に制限をかけさせていただく場合がございます。
- ・3密対策として、感染防止対策を実施しております。詳細はハーティ21ホームページをご確認ください。

ハーティホール 定員132席

(テーブル使用の場合)

料金：9-12時 16,450円、13-17時 21,340円、18-21時 32,850円
いす席のみの使用の場合 320名まで収容可能！

視聴覚室

定員63席

料金：9-12時 9,630円、13-17時 12,520円、18-21時 19,180円
プロジェクター、スクリーンなどを使用した小規模な勉強会や講演会などに最適！

会議室

定員20席

料金：9-12時 3,250円、13-17時 4,330円、18-21時 6,540円
リーズナブルな価格で社内会議などに最適！

〒661-0012 尼崎市南塚口町4丁目4-8

会議室利用等 TEL. 06-6426-6121 (代表)

市民健康開発センター

ハーティ 21

検索



人間ドック TEL.0800-300-6124 (フリーコール)

スポーツ施設 TEL. 06-6426-6102

ハーティ21

中小企業調査 「大同生命サーベイ」

大同生命では景況感や企業経営の課題など
全国の中小企業の経営者の「生の声」を
毎月調査し、その結果を公開しています。

人材確保に向けた対策は？

事業承継の課題は？

「大同生命サーベイ」では、中小企業の景況感調査（地域別・業種別）に加え、「販路開拓の実態」「成長投資への取組み」「災害への備え」など、経営者のお役立ちとなる情報を毎月テーマ設定し、全国で調査しています。

スマホの場合、下記QRコードを読み取りますと中小企業調査「大同生命サーベイ」に接続いただけます。パソコンの場合は以下のアドレスより閲覧ください。



（アドレス）<https://www.daido-life.co.jp/knowledge/survey/>

◎サイトの閲覧は無料ですが、閲覧にかかる通信料金はかかります。
◎リンク先のサイトは予告なく削除、または変更することがあります。



大同生命保険株式会社

神戸支社 西宮営業所/兵庫県西宮市高松町5-39 なでしこビル3F
TEL 0798-65-2331