

ユニオンだより

2025年11月

発行 神奈川建設ユニオン相模原事務所
〒252-0239 相模原市中央区中央2-13-12-2F ☎042-750-4144

神奈川建設ユニオン 新春のつどい 2026 のご案内

日時 : 令和8年2月8日(日) 12時00分より

場所 : 相模原教育会館

会費 : 大人 男性 3,000円

女性 2,000円

中・高生 1,000円(小学生以下無料)

※参加資格 組合員・組合員の同居家族

親・パートナー(会費プラス500円) 先着150名

申込みは配布のチラシにて相模原事務所へFAXをお願いいたします。

FAX 042-750-4145 締め切り 12月18日(木)

実行委員会では、楽しい内容の企画を検討中です。

是非、多くの組合員さんのご参加をお待ちしております！



～経営対策部より～ 後期源泉勉強会のお知らせ



今年度も経営対策部中心による源泉勉強会(年末調整)を開催いたします。

日程は、令和8年1月9日(金)・1月10日(土)・1月11日(日)の3日間です。予約は相模原事務所までご連絡ください。

予約開始 12月8日(月) 締め切り 12月19日(金)

※今回も完全予約制にて実施させていただきます！

※ 税制改正による今年のおもな改正点

- ・基礎控除額 48万→58万・給与所得控除額 55万→65万へ
- ・各種控除額の引き上げ(配偶者控除、扶養控除等)
- ・特定親族特別控除創設

等

★青年部よい忘年会のお知らせ★



日時) 令和7年12月13日(土) 19:30~

会場) 町田屋 町田市森野 1-39-1 グランドールビル 5F

会費) 1人 2,000円

締め切り) 12月1日(月) ※先着20名!!

申込み方法

右のQRコードから、
青年部イベント申込み用グループLINEにて『申込み内容』
以下の2点をLINEでお送りください。



① 参加者のお名前 (フルネーム) ② 飲酒 あり・なし

✿今年5/1時点で45歳以下の組合員どなたでも参加できます✿
皆様のご参加を、心よりお待ちしております。

㊟労働問題対策部からお知らせ

建災防相模原分会で実施している講習会をお知らせします。

- ・ 1月 20~21日 職長・安全衛生責任者教育
- 22~23日 一般建築物石綿含有建材調査者講習
※石綿作業主任者技能講習終了者のみ



申込みを希望される方は相模原事務所までご連絡ください。
※先着順で定員になり次第締め切りとなります。



組合員拡大にご協力ください!!



神奈川建設ユニオン発展のため、建設業で働く仲間をご紹介します。
多くが集えば、発想も広がっていきます。
これからのユニオンをみなさんの力で大きく強くしていきましょう!

相模原事務所より 年末年始休業のお知らせ

12月27日(土)~1月4日(日)

この間は事務所閉鎖となります。ご協力をお願いいたします。

♪～イベント開催のご報告～♪

上溝支部主催

自然ふれあいウォーキング開催



10月26日（日）前日からお天気が怪しく当日は心配していましたが、影響なく、秋の空気を感じながらの約6.3キロのウォーキングを参加者10名、無事にゴールしました！

青年部主催

THE PREMIUM BarBeCue 開催

今回も青年部のBBQは盛り上がりました！飲んで食べての楽しい時間を総勢29人の参加者と過ごすことができました！

初参加、大歓迎です。是非ご参加ください！



10月26日（日）

アリオ橋本デジキュー BBQ テラスにて



相模原・県央・横浜地区協議会
合同ゴルフコンペ開催

10月29日（水）

相武カントリー倶楽部にて
青空の下で楽しくプレーが
できました。

優勝は橋本支部 越野晴彦さん
おめでとうございます☆彡



今回、初参加の組合員さんと交流を深めることができました！是非またご参加ください。

田名支部主催

横須賀久里浜花ウォーキング開催



11月9日（日）“くりはま花の国”ではコスモスが見ごろを迎え、色とりどりの花畑は日頃の疲れを癒してくれました。また、海沿いは潮風を感じながら気持ちの良いウォーキングとなりました。



池田達彦弁護士による無料法律相談 法律事務所ろはす

ユニオンの顧問弁護士池田達彦先生がご相談をお受けします。

相談日は特定していません。**都度対応させていただきます。**

相談内容は遺言・相続・不動産問題・環境行政問題等、多岐にわたりご対応くださいますので、お困りの事があれば**まずは相模原事務所へ**ご連絡ください。

ユニオンの無料税務相談会 回答；須藤基史税理士

12月19（金） / 1月16（金） / 2月20（金）

午後2時から 会場：ユニオン相模原事務所

ユニオンの顧問税理士、須藤基史先生がご相談をお受けします。予約制です。

相談会の**前々日までに**申し込んでください。申込先は、所属支部の経営対策部長または相模原事務所まで。所得税、消費税、相続税、贈与税、土地建物の売買に関する税、法人にした場合の税務など、税のことならなんでも構いません。相談を受けやすいように、関係書類をご持参ください。



今月の健康ワンポイント

季節の変わり目“だるさ”の正体

やっと夏の暑さが過ぎ去り、過ごしやすいシーズンを迎えたのに、なんだかやる気が出ない、憂鬱な気分になるなど“怠さ”を感じていませんか？

天気は健康状態を左右する重要な要因です！

秋から冬にかけて憂うつな気分になる「秋バテ」「冬季うつ」などと呼ばれる

季節性感情障害は、春頃には自然と改善するため、気づかない場合もあります。



幸福度をアップさせよう！

- ♪ 幸せホルモンと呼ばれる“セロトニン”の分泌量を増やそう ♪**
- ☆ トリプトファンを多く含む食材をとる（肉・魚・卵・大豆製品・ナッツ類など）
 - ☆ 腸内環境を整える（加工食品を控え、発酵食品や食物繊維を多く摂る）
 - ☆ ストレッチや首周りを温めるなどして血行を促進する。
 - ☆ 家族や友人との時間を大切にする
 - ☆ （感動する映画などで）涙を流す

