



【防災の日】8月の千葉の豪雨・震災から学ぶ！
ご自宅で今すぐできる「災害対策」3選

記憶に新しい8月の急な激しい豪雨や雷雨、そして不意に襲ってくる地震。「直撃したときは本当に焦った…」と感じた方も多いのではないのでしょうか。9月1日の「防災の日」は、そうした直近の経験を教訓にして、ご自宅の備えをサッと見直す絶好の機会です。ご自身とご家族の身を守るため、今すぐできる実用的な対策をご紹介します。

1. 【水害・ゲリラ豪雨対策】玄関・ベランダの「詰まりチェック」と「垂直避難」
8月のような局地的な大雨では、河川の氾濫だけでなく、道路や敷地に水があふれる「内水氾濫」が街中で一気に発生します。
ベランダの排水口掃除: 葉っぱやゴミが詰まっていると、一瞬でベランダに水が溜まり部屋の中に浸水してきます。ゴミを取り除いておくだけで防げます。
「垂直避難」の意識を持つ: 夜間や激しい大雨の中、外の避難所へ移動するのはかえって危険な場合があります。自宅の2階以上や、より高い場所へ移動する「垂直避難」の判断も頭に入れておきましょう。
ハザードマップの再確認: ご自宅周辺の「浸水想定深さ」をスマホで一度確認しておく、避難のタイミングが明確になります。

2. 【停電・地震対策】スマホの「モバイルバッテリー常時満充電」と「明かりの確保」
豪雨による落雷での停電や、地震発生時に最も困るのが「情報の遮断」と「暗闇」です。
モバイルバッテリーを常に1個フル充電: 大雨警報や地震注意報が出たら、まずスマホとバッテリーを充電器に挿す癖をつけましょう。
懐中電灯は「ドアノブ」か「ベッド脇」へ: 地震で部屋が暗くなった際、どこにあるか分からないと危険です。フック付きのライトなどを寝室や玄関のドアノブに掛けておくと、暗闇でも確実に手にとれます。

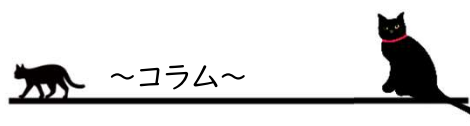
3. 【備蓄対策】「水・カセットコンロ・そのまま食べられる食料」
水害や地震でインフラがストップした際、支援物資が届くまでに最低3日分の備蓄が必要です。
飲料水は「1人1日3リットル」が目安: 2人暮らしなら3日で18リットル(2Lペットボトル9本入り1箱)が必要です。
「加熱不要」の食べ物を多めに: 停電・ガス停止時でもすぐに食べられる、缶詰、乾パン、レトルト食品、ゼリー飲料などを日常的に少し多めに買い置きし、古いものから食べて買い足す(ローリングストック)のが一番ラクで確実です。
カセットコンロとボンベの確保: 温かいものを口にできるだけ、災害時の精神的な不安や疲労は大きく和らぎます。
災害は「忘れた頃」ではなく、「いつ起きてもおかしくない」のが現実です。まずは今週末、ご自宅の懐中電灯が点くか確認したり、ペットボトルの水を1箱買い足したりすることから始めてみませんか？

フロレテ フロレス

～花よ 花開け～



コスモス
花言葉: 「調和」「謙虚」「乙女の真心」



日々のご就業お疲れ様です。
まだまだ暑い日が続いていますので、引き続き
体調管理にご注意ください。

～TABLE OF CONTENTS～

1	お知らせ
2	ビジネス/LIFE
3	今月の話題



今月のお知らせ

社会保険料について「算定基礎」

年に一度、4月～6月支給給与の平均額に応じて健康保険・厚生年金の等級の見直し(算定基礎)が実施されます。これに伴い、保険料に変更が生じている場合がありますので、給与明細書にてご確認をお願いします。

「定期健康診断」のご案内

オネスティでは定期健康診断を実施しております。対象者には案内を同封しておりますのでご確認下さい。

ご質問等はオネスティ総務へお問い合わせ下さい。

☎ 0120-145-309

✉ soumu@e-honesty.co.jp

「年末調整」の準備について

オネスティでは2026年度稼働いただきましたスタッフさん(2026年11月時点で稼働中の方)を対象に年末調整を行います。今月末頃より各ご家庭に加入中の生命保険、損害保険会社等より“控除証明”が郵送されてくると思います。年末調整の際必要な書類となりますので、お手元で大切に保管下さい。時期になりましたら「年末調整のご案内」を送付させていただきます。

Business

【そのまま使えるメール術】 文章作成が3倍早くなる 「黄金のテンプレート」&「神フレーズ」

メールを作成するたびに「文面をどうしよう…」と画面の前でフリーズしていませんか？実はビジネスメールには決まった「型」があります。型に沿って書くだけで、失礼がなく、相手にも一瞬で伝わる文章がサクサク作れます。

1. 文章作成が迷わなくなる「メールの基本フォーマット」

どんなメールも、以下の4ステップの順番通りに当てはめるだけで完成します！

【件名】：件名を見ただけで「内容」と「要件」がわかるようにする

×「お疲れ様です」「先日の件」

○「【ご相談】9月度シフトの変更について(〇〇)」

○「【要確認】〇〇作業の手順書改訂のお知らせ」

【宛名+挨拶】：〇〇様(〇〇さん)、お疲れ様です。〇〇です。

【結論・要件】：一番伝えたいこと(どうしてほしいか)を最初を書く

【詳細・締め】：日程や場所などの補足 +「よろしく願いいたします。」

2. メール作成の時間が半減する!「コピーで使える神フレーズ」

①【確認・返信】メールを見たことを伝えるとき

「ご連絡いただきありがとうございます。内容拝見いたしました。」

「取り急ぎ、確認いたしました旨お伝えいたします。」

(※詳細な回答に時間がかかるときも、「確認しました」と一言まず返すと好印象です)

②【確認依頼】相手に確認や対応をお願いするとき

「お手数をおかけしますが、ご確認のほどよろしくお願いいたします。」

「恐れ入りますが、〇月〇日(木)までにご回答いただけますと幸いです。」

(※「〇日までに」と期限を添えることで、返信忘れを防げます)

③【お詫び・変更】急な予定変更やミス伝えるとき

「ご迷惑をおかけして大変申し訳ございません。」

「急なご連絡となり大変恐縮ですが、〇〇に変更させていただきたく存じます。」

3. メール作成が一気に早くなる「文字入力のコツ」

日時は「曜日」まで必ず書く

×「9月15日に集まります」

○「9月15日(火)10:00～」

(※曜日を書くことで、日付の読み間違いや認識のズレを完璧に防げます)

箇条書きをフル活用する

日時や場所、複数の質問がある場合は、文章の中に埋め込まずに箇条書きにします。

【日時】9月15日(火)10:00～

【場所】第2会議室

【持ち物】筆記用具、メモ帳

パターンやフレーズをいくつか覚えておくだけで、メール作成のストレスは激減します。日々の連絡や報告に、ぜひ活用してみてくださいね!

Life

【早めの準備が安心!】 今から知っておきたい 「年末調整」基本とチェックポイント

毎年秋から冬にかけて行われる「年末調整」。「手続きが難しそう」「提出書類が多くて面倒…」と感じる方も多いかもしれませんが、ポイントを押さえて早めに準備しておけば、決して難しいものではありません。払いすぎた所得税が戻ってくる大切な手続きですので、しっかり確認して準備を進めましょう!

1. そもそも年末調整ってなに?

毎月の給与から天引き(源泉徴収)されている所得税は、あくまで「概算の金額」です。1年間の正しい所得額と、生命保険料や配偶者控除などの個人の事情(控除)を反映させて、「正しい税金の額」を再計算し、差額を精算する手続きが年末調整です。払いすぎた場合:12月や1月の給与と一緒に差額が戻ってきます(還付)。不足していた場合:差額が追加で徴収されます。

2. 事前に手元へ準備しておくべき「証明書」

控除を受けるためには、10月～11月頃に自宅へ届く各種証明書が必要です。中身を確認して大切に保管しておきましょう。

生命保険料控除証明書:生命保険、個人年金保険、介護医療保険など(保険会社からハガキ等で届きます)

地震保険料控除証明書:ご自宅の火災・地震保険(保険会社から届きます)

社会保険料控除証明書:自分で国民健康保険や国民年金を支払った場合(日本年金機構などから届きます)

住宅ローン控除関係書類:住宅ローン控除を適用する2年目以降の方(税務署や金融機関から届きます)

前職の源泉徴収票:今年度に転職・入社された方で、前職の給与がある場合

3. 提出時に直前で慌てないための3つのコツ

①「控除証明書」専用のクリアファイルを作っておく10月頃から保険会社などから届くハガキは、届いた瞬間に専用ファイルへ放り込んでおきましょう。提出直前に「どこに置いたっけ!？」と探す手間がゼロになります。

②「前職の源泉徴収票」を早めに手配2026年1月以降に受け取った給与のすべてが年末調整の計算対象です。年内に受け取った給与すべての源泉徴収票を取り寄せておく必要があります。お手元に準備してください。

③期限に余裕を持って提出する提出期限ギリギリになると、書類の不備や添付漏れがあった際に修正が大変になります。10月下旬にオネスティから年末調整の書類が届いたらすぐに確認・記入して提出してください。

控除漏れがないよう正しく申請して、しっかり還付を受け取りましょう。不明な点や書き方で迷う部分があれば、オネスティ総務へお早めにお問合せください!