

法人 こいしかわ

令和5年 春号



税に関する絵はがきコンクール

東法連 令和四年度 優秀賞 安川 結惟さん

小石川法人会



法人会
消費税期限内納付
推進運動

会 員 各 位

公益社団法人小石川法人会
会 長 清 水 和 雄

第12回通常総会及び情報交換会 事前のご案内とお願いについて

日 時 令和5年6月20日（火）17時30分より
【第一部】 第12回通常総会 17時30分より
【第二部】 情報交換会 18時30分より
場 所 東京ドームホテル 地下1階 シンシア
文京区後楽1-3-61 TEL 5805-2121
会 費 情報交換会ご出席の方はお一人 10,000円

法律に定められた正式な「総会招集通知」については、5月10日（水）に開催される理事会後に、通常総会参考書類と同封して発送いたしますので、必要事項をご記入いただき、ご返送をお願い申し上げます。

また、やむを得ない理由により総会にご欠席される会員の方は、他の会員を代理人として議決権を委任することができます。委任状の提出につきましては、会員の皆様のご協力を何卒よろしくお願い申し上げます。

※開催を変更する場合がございます。

TOKYO DOME CITY
心が動く、心に残る。

イベントやキャンペーン情報、新たな東京ドームシティの楽しみ方を発信しています。

東京ドームシティ 公式Twitter

三井不動産グループ
MITSUI FUDOSAN GROUP

○マンガでわかる 自主点検チェックシート……………	○編集後記……………	○5月・6月・7月の行事予定……………	○令和5年度各種研修・ 講習会開催のご案内……………	○健康だより……………	○小石川消防署だより……………	○富坂警察署だより……………	○コラム（東法連）……………	○女性部会のページ……………	○青年部会のページ……………	○都税事務所だより……………	○小石川税務署だより……………	○税制改正大綱……………	○第1支部税務研修会……………	○確定申告広報活動……………	○第12回通常総会等事前ご案内……………	◇目次◇
16	15	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	4	3	3	2	

小石川法人会・ホームページ <http://www.koishikawa-houjinkai.or.jp/>・Eメール info@koishikawa-houjinkai.or.jp

確定申告広報活動

令和四年度の確定申告が始まる前日の二月十五日（水）水道橋交差点、ミーツポルト前において恒例の街頭広報活動を元氣に行いました。

広報委員、倉成小石川税務署長、渡辺第一統括官、石井第一上席審理官、イータ君、事務局員総勢十四名で「確定申告が始まります」「確定申告はお早めに」「スマホで確定申告を」と呼び掛けながら、チラシと筆記用具を配布しました。

署がご用意くださった一億円のレプリカに足を止める方もいて三十分余りで活動を終わりました。



いつでも大人気のイータ君



寒風に負けずに頑張りました！

第一支部 特別研修会

一月二十四日（火）林友ビル六階会議室において第一支部の特別研修会が開催され、講師を税理士法人シンフォニーの税理士 新井庸義先生にお願いし、「緊急！資金繰り対策と経営改善 資金繰りに強い会社を目指す戦略」と題した研修を行っていただきました。

新井先生の研修はまず「BSには経営者の考え・性格が表れ、PLは経営者と社員が協働でつくるもの」と改め

て認識して自社を客観的に見るポイントを示され、そのうえで資金繰りを考えていくコツの押さえ方、また税務調査においてチェックされることなども織り交ぜながらとても具体的に分かりやすく進められました。金融機関との良い関係の作り方などにも触れられ、内容はぐっと詰まっていたのかつ実用的でとても役立つものでした。また先生の経営者としての一面も垣間見え、シンパシーを感じながらの本当にあつという間の勉強会でした。



内容キュー詰めの新井先生研修会

◆税金の 果たす役割 無げん大（東京学芸大学附属竹早小学校）

なぜの「き始めに」**速攻!**

新ジキニン顆粒

なぜの「き始めに」**速攻!**

First NEO

全薬グループ

https://www.zenyaku.co.jp/

- 全薬ホールディングス株式会社
- 全薬工業株式会社
- 全薬販売株式会社

美しい製品を

創る

公和印刷株式会社

東京都文京区水道1丁目2番1号

☎ 3813-5666(代) FAX. 3815-9508

令和5年度 税制改正大綱 — 法人会の税制改正提言 —

中小企業向けの軽減税率や投資促進税制、経営強化税制の2年延長、インボイス制度における各種特例措置など

政府は、令和4年12月23日に令和5年度税制改正大綱を閣議決定しました。法人会が提言していた法人税の軽減税率の特例期限の延長は実現され、インボイスについては影響が大きい改正となりました。また、NISAや相続時精算課税制度、電子帳簿保存法も改正され注目論点が多い年となっています。主な内容をお知らせします。

法人税関係

(1) オープンイノベーション促進税制の見直し

対象となる特定株式について、発行法人以外からの購入により取得して議決権の過半数を有することになる場合まで拡大されました。従来は払込みによる場合の上限額は引き下げられています。

	払込みに よる取得	発行法人以外 からの購入
投資金額 の下限額	大企業 1億円以上 中小企業 1千万円以上 海外企業 5億円以上	5億円以上 海外企業は 対象外
投資金額 の上限額	50億円	200億円
特定事業活動 の継続期間	3年	5年

(2) 研究開発税制の見直し

一般試験研究費の額にかかると税額控除制度については、下限を2%から1%に引き上げ、上限を10%から14%に引き上げ、適用期限は3年間延長されます。試験研究

費の額が平均売上金額の10%を超える場合の税額控除率の特例及び控除税額の上乗せの特例の適用期限は3年間延長されます。

中小企業技術基盤強化税制については、増減試験研究費割合が12%を超える場合に引き上げられます。税額控除率の12%に、増減試験研究費割合から12%を控除した割合に0.375を乗じた割合を加算します。試験研究費割合が10%超の場合の上乗せ措置については従来通りです。

特別試験研究費に対する税額控除制度については、①対象となる特別試験研究費の額に、特別新事業開拓事業者との共同研究及び特別新事業開拓事業者への委託研究に係る試験研究費の額を加えられます。税額控除率は25%とされます。②対象となる特別試験研究費の額に、一定の要件を満たす新規高度研究業務従事者に対する人件費が含まれます。税額控除率は20%とされます。③対象となる特別試験研究費の範囲から、研究開発型ベンチャー企業との共同研究及び研究開発型ベンチャー企業への委託研究に係る試験研究費が除外されます。

相続税・贈与税関係

(1) 相続時精算課税制度についての見直し

相続時精算課税適用者が、特定贈与者から贈与により取得した財産に係るその年の贈与税については、従来の基礎控除とは別途課税価格から基礎控除110万円を控除できることとなります。さらに特定贈与者の死亡の際の相続税の

(3) 中小企業等の法人税の軽減税率の特例の延長

中小企業等の法人税の軽減税率の特例期限は2年間延長されます。

(4) 中小企業投資促進税制の見直し

中小企業投資促進税制については、コインランドリー等を利用した節税を除外して2年間延長されます。

(5) 中小企業者等が特定経営力向上設備等取得した場合の特例

中小企業経営強化税制について、コインランドリー業(主要な事業であるものを除く)又は暗号資産マニングを委託している場合などを除外して2年間延長されます。

(2) 生前贈与加算の期間の見直し

相続税の生前贈与加算される期間が、3年以内から7年以内に変更されます。なお、3年以内に贈与された財産以外については、財産の価額の合計額から100万円を控除した残額が課税価額に算入されます。2024年以後贈与により取得する財産から適用されます。

(3) 教育資金贈与の見直し

直系尊属から教育資金の一括贈与を受けた場合の非課税措置について、次の変更を加えて、適用期限が3年間延長されます。①贈与者の死亡に係る相続税の課税価格の合計額が5億円を超える場合は、常に課税対象とされます。②受贈者が30歳に達した場合等において、贈与税が課せられるときは、一般税率が適用されます。③教育資金の範囲に、都道府県知事等から国家戦略特別区域内に所在する場合の外国の保育士資格を有する者の人員配置基準等の一定の基準を満たす旨の証明書の交付を受けた認可外保育施設に支払われる保育料等が加えられます。2023年4月以後の教育資金について適用されます。

(4) 結婚・子育て資金贈与の見直し

直系尊属から結婚・子育て資金の一括贈与を受けた場合の非課税措置について、受贈者が50歳に達した場合等において、贈与税が課せられるときは、一般税

所得税関係

率が適用されることにした上で、適用期限が2年間延長されます。2023年4月以後の贈与について適用されます。

(1) NISA制度の恒久化

NISA制度について、恒久化し、期限を撤廃しました。また、一般NISAとつみたてNISAを統合した上で、つみたて投資枠と成長投資枠が設けられます。なお、新NISA制度は2024年からとなり、2023年中は旧制度の適用となります。概要を比較すると次の通りです。

	つみたてNISA	一般NISA	新NISA
実施期間	2042年まで	2023年まで	2024年から恒久化
非課税保有期間	最大20年間	最大5年間	期限の制限なし
累計の非課税投資可能額	800万円	600万円	1,800万円 (内成長投資枠 1,200万円)
年間投資可能額	40万円	120万円	つみたて投資枠 120万円 成長投資枠 240万円

ジュニアNISAは、2023年までで終了となります。新NISA制度は18歳以上が利用できます。

(2) 極めて高い水準の所得に対する負担の適正化

基準所得金額から3億3千万円を控除した金額に22.5%の税率を乗じた金額が、その年分の基準所得税額を超える部分について、所得税を課税する制度が創設されます。

基準所得金額とは、その年分の所得税について申告不要制度を適

用しないで計算した合計所得金額です。基準所得税額とは、その年分の基準所得金額に係る所得税の額です。なお、基準所得金額には、源泉分離課税の対象となる所得金額及びNISA制度で非課税となる額は含みません。2025年から適用されます。

(3) エンジェル税制の改正

エンジェル税制については、投資した金額について、その年の株式の譲渡所得から控除できる部分については従来通りですが、株式を売却した際に20億円まで課税されない仕組みとなります。従来は課税の繰り延べだったものが20億円の非課税枠を設けた形です。

(4) 特定中小会社設立時発行株式に関する控除制度

特定の中小会社の設立時に払い込んだ金額について、その取得をした年の株式の譲渡所得から控除できる制度が創設されます。また、その株式を売却した際に20億円まで課税されない仕組みとなります。エンジェル税制との選択適用となります。

(5) ストックオプションの改正

ストックオプション税制の株式の権利行使時期が、付与決議の日から2年超かつ10年以内から、2年超かつ15年以内に変更されます。

消費税関係

(1) 売上税額の2割で消費税を計算できる特例

免税事業者が登録申請した場合、インボイス制度導入後3年間は、8割の仕入税額控除が認められます。つまり、売上税額の2割だけを納税することになります。

(2) 1万円未満にはインボイスを不要とする特例

基準期間の課税売上高1億円以下又は特定期間の課税売上高

5千万円以下である事業者が、インボイス制度導入後6年間の課税仕入について支払対価が1万円未満である場合には、帳簿のみの保存で税額控除を認められます。

(3) 適格返還請求書の交付義務の免除の特例

売上に係る対価の返還が税込1万円未満の場合は、適格返還請求書の交付義務が免除されます。事実上、振込手数料分の値引きに對する特例です。

(4) 登録申請書の提出期限の変更

2022年10月1日から登録したい場合に、2022年3月未までに申請が必要という取り扱いが事実上なくなりました。

国際課税

(1) グローバルミニマム課税への対応

特定多国籍企業グループ等に属する法人に対して、国際最低課税額に対する法人税を課税する仕組みを創設します。2024年4月以後開始する対象会計年度から適用されます。

(2) 外国子会社合算税制等の見直し

外国子会社合算税制について、特定外国関係会社の税負担割合が27%以上(現行は30%以上)である場合には適用が免除されることとなります。2024年4月以後に開始する事業年度から適用されます。

(3) 非居住者のカジノ所得の非課税制度の創設

非居住者の2027年から2031年までの間の課税所得については所得税を課さない取扱いが創設されます。

納税環境整備

電子帳簿保存制度に関して見直しを行います。①過少申告加算税

の軽減対象となる優良な電子帳簿の範囲について明確化されます。2024年1月以後に申告期限等が到来する国税に適用されます。②スキヤン保存制度について、解像度、階調及び大きさに関する情報の保存要件は廃止されます。記録事項の入力者等に関する確認要件が廃止されます。相互関連性要件については、契約書・領収書等の重要書類に限定されます。2024年1月以後に保存が行われる国税関係書類に適用されます。③電子取引について、判定期間における売上高が5千万円以下である保存義務者と電磁的記録の出力書面を用意し、かつ電磁的記録を行う者については、検索要件の全てを不要とします。2024年1月以後に行う電子取引について適用されます。

防衛力強化に係る財源確保のための税制措置

防衛力強化に係る財源確保のための税制措置として、2024年の適切な時期を施行時期として、2027年度までに段階的に実施されます。

- 法人税額に対し、税率4.5%の付加税を課すこととされます。ただし、課税標準となる法人税額から500万円が控除されます。
- 所得税額に対し、当分の間、税率1%の新たな付加税を課すこととし、一方で、復興特別所得税の税率を1%引き下げるとともに、課税期間が延長されます。③たばこ税については、一本あたり3円の引上げが、段階的に実施されます。

☆記事内容についてのお問合せは…

T・S 税理士法人
税理士 飯田聡一郎
TEL 03-53363-15958
FAX 03-53363-15449
HP <http://www.tida-office.jp/>

東京法人会連合会

小石川税務署からのお知らせ

消費税

事業者の方へ

令和5年10月

インボイス制度が始まります！

- インボイスとは
売手が買手に対して、正確な適用税率や消費税額等を伝えるものです。具体的には、現行の「区分記載請求書」に「登録番号」「適用税率」及び「税率ごとに区分した消費税額等」の記載された請求書等の書類や電子データをいいます。
- インボイス制度とは
売手であるインボイス発行事業者は、買手である取引相手（課税事業者）から求められたときは、インボイスを交付しなければなりません（また、交付したインボイスの写しを保存しておく必要があります）。
買手は仕入税額控除の適用を受けるために、原則として、取引相手（売手）であるインボイス発行事業者から交付を受けたインボイスの保存等が必要となります。

インボイス制度説明会の御案内

小石川税務署では、文京区管内の納税者を対象に「インボイス制度説明会」を実施しております。

- 1 説明会の主な内容
インボイス制度の基本的な仕組み等
- 2 説明会の日程

開催日	時間	内容等	開催場所	定員	連絡先
令和5年5月10日 (水)	10:30~11:30	【初級編】 新規・免税事業者向け	小石川税務署 3階会議室 (文京区春日 1丁目4-5)	各回 とも 15名	小石川税務署 ☎03-3811-1141 (代表) 個人課税第1部門 (内線313) 法人課税第1部門 (内線213・217)
	14:00~15:00	【中級編】 課税事業者向け			
令和5年6月27日 (火)	10:30~11:30	【初級編】 新規・免税事業者向け			
	14:00~15:00	【中級編】 課税事業者向け			

- 3 説明会の参加に当たって
 - 参加を希望される方は、会場の収容人数の都合上、事前予約制とさせていただきますので、開催1週間前までに連絡先まで申込みをお願いします。
なお、定員に達した時点で、予約の受付を終了させていただきますので、あらかじめ御了承ください。
また、新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、中止する場合がございます。
 - 税務署の代表電話にお問い合わせいただく際は、税務署の電話番号にお架けいただいた後、自動音声案内にしたがって「2」を選択してください。
 - マスクの着用をお願いします。
 - 御来場には、公共交通機関を御利用ください。

- インボイス制度特設サイト
説明会開催情報（税務署や局主催のほか、オンラインでも実施）や申請手続、Q&Aなどを掲載しています。「制度の概要」ページには免税事業者の方向けリーフレットを掲載するなど、免税事業者の方もご利用いただけます。
- 制度についての一般的なご質問は
 - ◇ チャットボットにご質問を入力いただくと、AIを活用して24時間自動でお答えします。
 - ◇ インボイスコールセンターでは、一般的なご質問にお答えします。
フリーダイヤル 0120-205-553（無料）9:00~17:00（土日祝除く）
※ 個別相談は、所轄の税務署へ事前予約をお願いします。

インボイス制度
特設サイト



チャットボット
はこちらから



ー都税についてのお知らせー

4月から 固定資産税における土地・家屋の価格などがご覧になります(23区内)

縦覧期間	令和5年4月3日(月)から6月30日(金)まで(土・日・休日を除く。)
縦覧時間	午前8時30分から午後5時まで
縦覧場所	土地・家屋が所在する区にある都税事務所
縦覧できる方	令和5年1月1日現在、23区内に土地・家屋を所有する納税者の方
縦覧できる内容	所有資産が所在する区で課税されている土地・家屋の価格など(縦覧帳簿)
必要書類	納税者本人であることを証明できるもの ※運転免許証、旅券(パスポート)等、官公署が発行した顔写真付きの書類であれば1種類の提示、それ以外の書類は複数の提示が必要です。詳細は東京都主税局ホームページをご覧ください。土地・家屋が所在する区にある各都税事務所にお問い合わせください。

(注) 納税通知書は6月1日(木)に発送予定です。

住民票の変更手続きをされても、不動産登記簿上の所有者の住所を変更する登記手続きをされない場合、23区内の固定資産税・都市計画税(土地・家屋)の納税通知書の送付先は変更されません。
登記手続きがお済みでない場合は、以下の送付先変更手続きをお願いいたします。

【郵送の場合】

「固定資産税・都市計画税納税通知書送付先変更届」を土地・家屋の所在する区にある都税事務所にご提出ください。

【インターネットの場合】

「東京共同電子申請・届出サービスホームページ」からお手続きください。



主税局HP



東京共同電子申請・届出サービス



- 上記手続は、23区内の固定資産税及び都市計画税(土地・家屋)の納税通知書送付先住所を変更するためのものです。

納税通知書の送付先住所以外を変更することはできませんので、ご注意ください。

〈変更できないもの(例)〉納税通知書の名義人の氏名、不動産登記簿上の所有者の住所・氏名

- 海外へお引越される方は、納税管理人を定めてご申告いただく必要があります。

詳しくは、土地・家屋の所在する区にある都税事務所にお問い合わせください。

不動産登記簿の登記手続きにつきましては、東京法務局登記電話案内室(03-5318-0261)にお問い合わせください。

東京都主税局では、本人へのなりすましなどにより、不正な目的で公簿の閲覧及び証明の申請を行うことを防止し、納税者の皆様の個人情報保護を図るために、縦覧時の本人確認等を厳格に行っております。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

※縦覧制度の詳細は、

主税局ホームページをご覧ください。



主税局HP(縦覧について)



主税局HP(本人確認方法について)

◆納税で つくる安心 咲く笑顔 (文京区立茗台中学校)

青年部会のページ

青年部会活動報告会

新型コロナウイルス感染症対策で四年ぶりとなる青年部会活動報告会を二月十七日(金)「食彩酒席ピカヴォ」(部会員)において総勢十九名のご参加を得、開催いたしました。

新入会員のステアアテクノロジーズ株式会社 阿部誠さん、株式会社Spa Tokyoの米蒸星子さん、またOBの藤田哲朗副会長、末永祐二理事、白石英行さんにもご参加いただきました。

報告会では、資料をもとに日頃の青年部会の活動を、また特に昨年のわくわくスポーツまつりについて、どのよ



わくスポを熱く語る田草川副会長

うに行事を作り上げていったか、どんな工夫をしたか、どんな苦労があったかなど率直に申し上げました。

青年部会は、一企業では行えない規模のさまざまな活動を行っています。部会員はみなこれを有意義に感じ、そして楽しんでいただくことをお伝え出来たのではないかと思います。

青年部会は昨年の総会において改選期起算で五十五歳未満となりました。対象となる皆さんの参加をお待ちしています。

田草川 達也



開始2時間すっかり打ちとけました

おかげさまで 100 周年

玉露園 こんぶ茶

疲れた時、ホッとひと息。
日本の心に出逢う時。
<http://www.gyokuroen.co.jp>

「紙の写真や書類など電子化で整理しませんか？」
電子データ化サービス おもいでアーカイブス

写真や書類をスキャンし、電子データや電子書籍を作成します。

- たまった写真や資料をデータ化 ▶ たまった写真、書類やノート、年賀状など、なんでもスキャン・電子化します。場所をとらずに高品質データで残しておくことができます。
- スマートフォンやタブレットで閲覧 ▶ 電子書籍化すれば、手軽なデジタル資料としていつでもどこでも閲覧できます。ペンや付箋機能もついてさらに有効活用できます。
- 本格的な製本でアーカイブ作成 ▶ 冊子や本として本格的に製本することもできます。あなたの自身のアーカイブとして書棚にも記録を残していきましょう。

まずはお気軽にご相談ください!!

日新印刷株式会社 お問い合わせはお電話・電子メールで
〒112-0012 文京区大塚 5-25-17 TEL: 03-3943-1411
詳しくは、[おもいでアーカイブス](#) E-mail: info@nissininsatu.co.jp

小石川法人会 人間ドックのご案内

(法人会会員及び職員、家族の方は下記の料金(税込)となります)

半日ドック	33,000円	(法定) 定期健診	11,600円
婦人科単独セット(乳がん+子宮頸がん)	13,100円	(法定) 採用時健診	11,600円
脳検査(頭部MRI・MRA)	31,800円		

～企業様の一般健康診断や協会けんぽ等の健康診断も実施しております～

※小石川法人会様ご加入の方のための特別コースです。全額窓口でご精算ください。
※より快適にご受診いただくために、男女別検査フロアをご用意しております。
※婦人科検査他豊富なオプションも別途ご用意しております。
※法人会事務局様にオプション割引券をご用意させていただいております。

ご予約・お問い合わせ TEL 03-3816-5840

医療法人社団 同友会 春日クリニック
文京区小石川1-12-16 TGビル



自分磨きの一年を！
女性部会新年研修会

令和五年二月八日、池之端の食養生「古月」において女性部会新年研修会が行われました。講師を、有限会社ライトアロー代表取締役でコスメコンシエルトの武田ミオ先生にお願いしました。演題は「自分磨きは肌磨き 正しい知識で賢くキレイ」

改めて肌について勉強いたしました。化粧品と医薬部外品・医薬品の違い、成分表記の読み方、肌に悪いことは何か。知っているようで知らない事ばかり。参加者の次々と発せられる質問にも丁寧にお答えくださいました。研修会後は、食養生の考えを基にした中国料理を美味しくいただき、肌も艶々になった気がいたしました。武田ミオ先生を囲んでの和気藹々とした会となりました。ご参加下さった会員のみなさま、ありがとうございました。

安川結惟さん
優秀賞受賞!!

今号の表紙を飾っている安川結惟さんの作品が、東法連女連協「税に関する絵はがきコンクール」選考会で優秀賞に選ばれました。小石川法人会女性部会で選ばれた作品が受賞するのは、一昨年に続く快挙となります。

安川さんの作品は、大きな満開の桜を中心に据え、税が私たちの明るい未来を開くことを力強く訴えた作品で、「日本を象徴する桜を中心に置き、周囲に建物を放射状に配置するなど大小を巧みに表現している素晴らしい作品です」と高く評価されました。作品はクリアファイル・ポスターやポケットティッシュなどに印刷されて東法連で広く活用されます。私たち女性部会の活動も、この大きな桜の木のように今まさに未来に向かって力強く咲き誇っていききたいと勇気もらいました。

◆生活を 文化を守る 消費税 (文京区立第一中学校)

ありがとうございます いくすりです

 **太田胃散**

株式会社 太田胃散 〒112-0011 東京都文京区千石2丁目3番2号
TEL 03-3944-1311 URL <http://www.ohta-isan.co.jp>

地域のみなさまの信頼と実績で創業 90 年

山口建設株式会社

東京都文京区千石 3-29-26
TEL 03-3947-3261 FAX 03-3942-2163
<http://www.yamaguchikensetsu.co.jp/>

社員責任をあなたに!!

不当解雇との申立て
就業規則に基づき、解雇するも不当解雇だと訴えられる。

取引先への過大請求
従業員が取引先に詐欺行為、現金を詐取！使用者責任を問われ、訴えられる。

ハラスメント (パワハラ・セクハラなど)
セクハラ放置は会社の責任！セクハラ防止体制の整備 義務違反で訴えられる。

取引先へのハラスメント
従業員が取引先などの社員にパワハラ！精神的苦痛を受けたと訴えられる。

雇用管理賠償責任保険は、人事のプロをサポートする保険【HR Pro】です。

- ① 不当解雇・雇用差別、パワハラ・セクハラなど
- ② 従業員による不正行為（詐欺、横領、窃盗など）
- ③ 第三者に対するハラスメント

を原因とする、会社に加え、役員・管理職の方などへの損害賠償請求リスクを補償する保険です！

詳しい資料を差し上げます！お気軽にご請求ください。

■引受保険会社：AIG 損害保険株式会社
■お問い合わせ：小石川法人会担当取扱代理店
総合保障制度推進事務所 TEL.03-3573-7890 FAX.03-3573-7900
E-Mail: ho-jrn@plala.to D-005609

スマホ、PC…
うつむく姿勢が危ない

産業カウンセラー 柏木 勇一

◆テレワーク、ひとり自宅でのPC作業で首痛に

建築会社の設計士として働く30代のMさんは、大卒後入社して一級建築士の資格も取得、中堅社員として会社の成長にも貢献してきた。コロナ禍でテレワークの日々。現場作業員や営業職は出勤していたが、PCによる設計業務は在宅でも十分可能だった。むしろ、作業に集中できる利点があった。自宅から駅までの徒歩や電車での往復時間がない分、作業できる時間も多くなった。そんな日々が続いて1年半。首の痛み、頭痛、手のしびれを感じるようになり、近くの整形外科医院へ。頸椎（けいつい）椎間板ヘルニアの疑いと、手術が必要になる可能性があることも指摘された。驚いたMさんは会社の健康管理室に相談、産業医（内科医）から理学療法士を紹介された。戸惑いもあったが、結果的にはいい展開になった。

◆それは現代病のひとつ、理学療法士の原因説明に納得

理学療法士はまず、最近特に首から肩にかけての痛みを示す「頸部（けいぶ）痛」の発生が増加していること、その原因の多くは、PC作業とスマホの普及と説明。Mさんは自宅で長時間うつむく姿勢で作業していることから、常に首に負担がかかっていたことを指摘した。椎間板がつぶれやすくなっていること、椎間板にある髄核という物質が飛び出して痛みやしびれにつながっていることなどから、「一種の現代病」と丁寧に語り、Mさんも納得した。さらに療法士は、成人の頭の重さは体重の約10%で6kg前後。首周りの筋肉はこの重さを支えるために活動し、15度うつむくだけで頭を支えるために生じる負担は12kg前後まで増加すること、何も手を打たないと筋肉は疲労し、痛みや肩こり、しびれやめまいなどの不調が日常化する恐れがあることも語ってくれた。

◆背筋を伸ばし画面との距離も意識、やっぱり休憩が大切

頸部痛を防ぐにはどうすればいいか。Mさんの場合は、PCの使用時間をできるだけ短くすること。うつむく姿勢を改め、目線の高さで作業するという、とりあえずの結論が出た。Mさ

んは療法士の説明を受けて、出社の場合は当然歩くし、職場では同僚との会話でPCから離れ、休憩や昼食時間は会話も欠かさなかったこと、つまり一日中デスクワークの在宅ではそういう余裕の時間がなかったことに気づいた。そこから、在宅でも部屋から離れて散歩や太陽の光を浴びることを心がけ、作業中は猫背にならないよう足をフロアにつけ、背筋を伸ばして画面との距離も意識するようになった。

スマホを手放せない時代になり、頸部痛は「スマホ首」とも呼ばれて、現代病のひとつとして問題視されている。実は、PCやスマホだけではなく、料理をする際もうつむいてしまう人が多く、これも要注意。手術が必要になる病気になる前に、PCに向かう普段の姿勢はどうなっているか、コロナ禍で働き方が変わった現代人にはぜひ知ってほしい。スマホでのゲームやアプリ検索も日常化している時代。スマホと目線の高さは大丈夫ですか。

【筆者紹介】柏木勇一（かしわぎ・ゆういち） 大学卒業後、新聞社勤務を経て、現在EAP企業でカウンセラーとして活動。産業カウンセラー、家族相談士、交流分析士。

TOMOWEL
共にある、未来へ

お客さま、お取引先、社会、そして地球。
関わるすべてのものと、共によい関係を築きながら、
真に豊かで美しい未来を創り、拡げていく。
私たちは、TOMOWELの共同印刷です。

共同印刷株式会社 | 〒112-8501 東京都文京区小石川4-14-12 Tel:03-3817-2111(代) <https://www.kyodoprinting.co.jp/>

東京国際 消防防災展2023

Tokyo International
Fire and Safety Exhibition 2023



会期 2023年6月15日(木) ▶ 6月18日(日) 10:00 ▶ 17:00 (最終日は16:30まで)

会場 東京ビッグサイト 東5・6・7ホール・東棟屋外展示スペース

主催：東京消防庁・株式会社東京ビッグサイト・東京国際消防防災展2023実行委員会

<https://www.fire-safety-tokyo.com/> [東京国際消防防災展](#) [検索](#)

入場無料
(登録制)

【開催趣旨】

本展示会は、都民生活を育かす様々な災害リスクについて周知し、防火防災意識及び行動力の更なる向上を図るとともに、住民・企業・行政による3者相互の連携強化や関連技術・産業振興を促進することなどを目的としています。

PICK UP

- ① 多彩な展示・イベント
- ② 迫力の消防演技と最新車両の展示
- ③ 幅広い分野での講演・セミナー
- ④ スペシャルゲストによるライブイベント
- ⑤ 民間団体・企業等による最新技術の展示など

令和5年度各種相談・研修・講習会開催のご案内

簿記（初級）講習会

実務で役立つ経理・会計の基礎が習得できる全10回の初級簿記講習会です。
簿記がまったく初めてという方でも安心して学習できます。

月 日(曜日)	時 間 割 等	月 日(曜日)	時 間 割 等
6月2日(金) 6月6日(火) 6月12日(月) 6月15日(木) 6月22日(木)	開講式 午後1時30分～4時30分	6月27日(火) 7月3日(月) 7月6日(木) 7月10日(月) 7月12日(水)	午後1時30分～4時30分 閉講式

1. 講 師 東京税理士会小石川支部 税理士 篠崎 景祐先生
2. 会 場 小石川法人会事務局会議室
3. 受 講 料 会員 (6,000円) 一般 (8,000円)
4. 定 員 10名 (定員を超えた場合は、抽選となります)
5. 申 込 先 公益社団法人小石川法人会 TEL3816-4184

税務・経営研修会

税務・経営研修会の内容は、皆様からいただきましたアンケートで開催要望の多いものの中から選びました。いずれも有益なものばかりです。厳しい企業経営環境の現在、企業会計と税務の正しい知識を身につけられ企業の健全な発展の一助になればとご案内申し上げます。

開 催 日	研 修 内 容	講 師
6月7日(水)	○ 令和5年度 税制改正について ～インボイス制度・電子帳簿保存法の改正も含めて～	小石川税務署担当官
9月12日(火)	○ 間近に迫ったインボイス制度の注意事項について ○ 電子帳簿保存法の実務的な対応について	税理士 三添 聡先生
11月8日(水)	○ 令和5年分 年末調整について (年末調整説明会)	小石川税務署担当官

※上記テーマについては、改正の動向により変更する場合があります。

1. 会 場 文京区民センター2A会議室
(文京区本郷4-15-14 春日町交差点角)
2. 時 間 毎回 午後2時～4時
3. 受 講 料 テキストともに無料
4. 申 込 先 公益社団法人小石川法人会 TEL3816-4184

税理士無料相談

日々の業務のなかで、この問題について聞いてみたい、ちょっと相談してみたいと思うことはありませんか。小石川管内全法人を対象に、東京税理士会小石川支部より税理士の先生を派遣していただき、下記の通り無料相談を開催しております。お気軽にご相談下さい。

1. 会 場 公益社団法人小石川法人会事務局会議室
文京区後楽1-7-12 林友ビル3階
2. 時 間 毎回 午後1時～3時
3. 申 込 先 予約制です。事前にお電話にてお申し込み下さい TEL3816-4184

担当税理士	2023年								2024年	
	4月 14日	5月 12日	6月 9日	7月 14日	9月 8日	10月 13日	11月 10日	12月 8日	2月 9日	3月 8日
篠崎 景祐	○		○		○		○		○	
本田 秀次		○		○		○		○		○

◆5月～7月の主要行事予定◆			
月	日時	行事名	開催場所
5月	10日(水)13:10	会計監査	文京区民センター2A会議室
	10日(水)14:00	理事会	文京区民センター2A会議室
	12日(金)13:00	☆税理士の無料相談	法人会事務局会議室
	17日(水)14:00	☆決算法人説明会	税務署会議室
	24日(水)13:30	広報委員会	法人会事務局会議室
6月	2日(金)13:30	☆簿記講習会・開講式	法人会事務局会議室
	5日(月)14:00	☆新設法人説明会	税務署会議室
	6日(火)13:30	☆簿記講習会	法人会事務局会議室
	7日(水)14:00	☆税務・経営研修会	文京区民センター2A会議室
	9日(金)13:00	☆税理士の無料相談	法人会事務局会議室
	12日(月)13:30	☆簿記講習会	法人会事務局会議室
	13日(火)11:00	第3支部懇親ゴルフ会	カメラアヒルズC.C.
	13日(火)11:00	関係民間団体連絡協議会	税務署会議室
	15日(木)13:30	☆簿記講習会	法人会事務局会議室
	16日(金)14:00	☆決算法人説明会	税務署会議室
	20日(火)17:00	正副会長会	東京ドームホテル
	20日(火)17:30	第12回通常総会	東京ドームホテル
7月	3日(月)13:30	☆簿記講習会	法人会事務局会議室
	6日(木)13:30	☆簿記講習会	法人会事務局会議室
	10日(月)13:30	☆簿記講習会	法人会事務局会議室
7月	12日(水)13:30	☆簿記講習会・閉講式	法人会事務局会議室
	14日(金)13:00	☆税理士の無料相談	法人会事務局会議室
	19日(水)14:00	正副会長会	東京ドームホテル
	19日(水)14:30	☆健康講演会	東京ドームホテル
	19日(水)16:10	理事会	東京ドームホテル
	19日(水)17:00	合同役員会	東京ドームホテル
	26日(水)14:00	☆決算法人説明会	税務署会議室

3日(月)13:30	☆簿記講習会	法人会事務局会議室
6日(木)13:30	☆簿記講習会	法人会事務局会議室
10日(月)13:30	☆簿記講習会	法人会事務局会議室
12日(水)13:30	☆簿記講習会・閉講式	法人会事務局会議室
14日(金)13:00	☆税理士の無料相談	法人会事務局会議室
19日(水)14:00	正副会長会	東京ドームホテル
19日(水)14:30	☆健康講演会	東京ドームホテル
19日(水)16:10	理事会	東京ドームホテル
19日(水)17:00	合同役員会	東京ドームホテル
26日(水)14:00	☆決算法人説明会	税務署会議室

☆は非会員の方も参加出来ます。

小石川間税会が募集した「税の標語」入選作品の中から掲載しています

光文社新書
知は現場にある。

光文社文庫
エンタテインメント小説の宝庫

知恵の森文庫
好奇心のとなりに

古典新訳文庫
いま、息をしている言葉で

〒112-8011 光文社 <http://www.kobunsha.com/>
東京都文京区音羽1-16-6

法人こいしかわ 第三〇一号
令和五年四月二十五日発行
発行所 公益社団法人
小石川法人会
〒112-0004
文京区後楽一七二 林友ビル
TEL (3816) 4184
FAX (3812) 4558
印刷所 紅屋オフセット株式会社

編集後記

令和五年度、新しい年度が始まりました。
季節は巡り木々は芽吹き新緑がまぶしい時期になりました。
今までは何がが確実に変わり、新しい風を感じています。
今年度もさらに充実した広報誌を目指してまいります。
どうぞよろしくお願いたします。
赤池 左知代

週刊現代 毎週月曜日発売
FRIDAY 毎週金曜日発売
Disney FAN 毎月25日発売

www.kodansha.co.jp 講談社 〒112-8001 東京都文京区音羽2-12-21

法人会会員企業にお勤めの方は、おひとり様からでも**集団扱の割安な保険料**でご加入いただけます。

がん保険にできることを、もっと。
幅広い保障による経済的な安心に加え、さまざまながんの悩みの解決をサポートするがん保険

「生きる」を創る。
Aflac アフラック
東京第一支社 〒163-0456 東京都新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル22F
法人会用フリーダイヤル ☎0120-876-505
※今後の対応は担当の募集代理店が行います。

NEW 「生きるを創るがん保険」 WINGS

資料請求はお気軽にどうぞ! アフラック 法人会 検索

◎商品およびサービスの詳細は「パンフレット」「契約概要」などをご確認ください。

No.1 アフラックがん保険・医療保険保有契約件数
令和3年版 インシュアランス生命保険統計号

法人会がん保険制度
全国法人会総連合

AFツール-2022-0302-2209004 7月28日

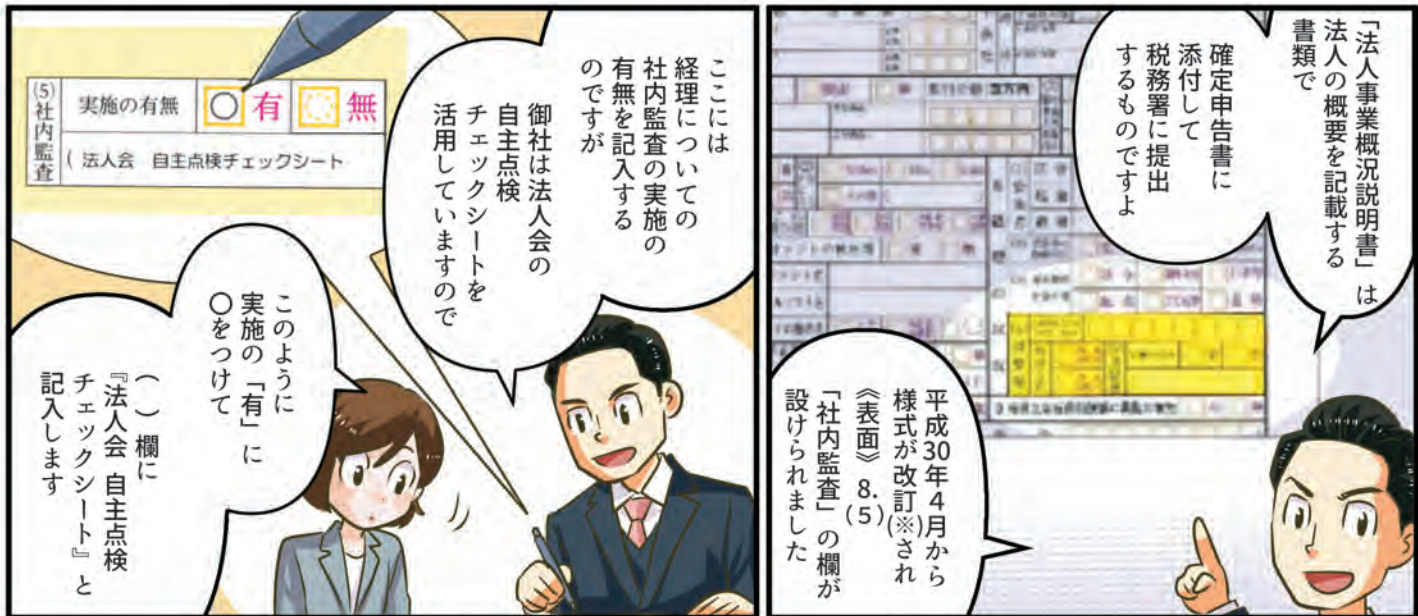
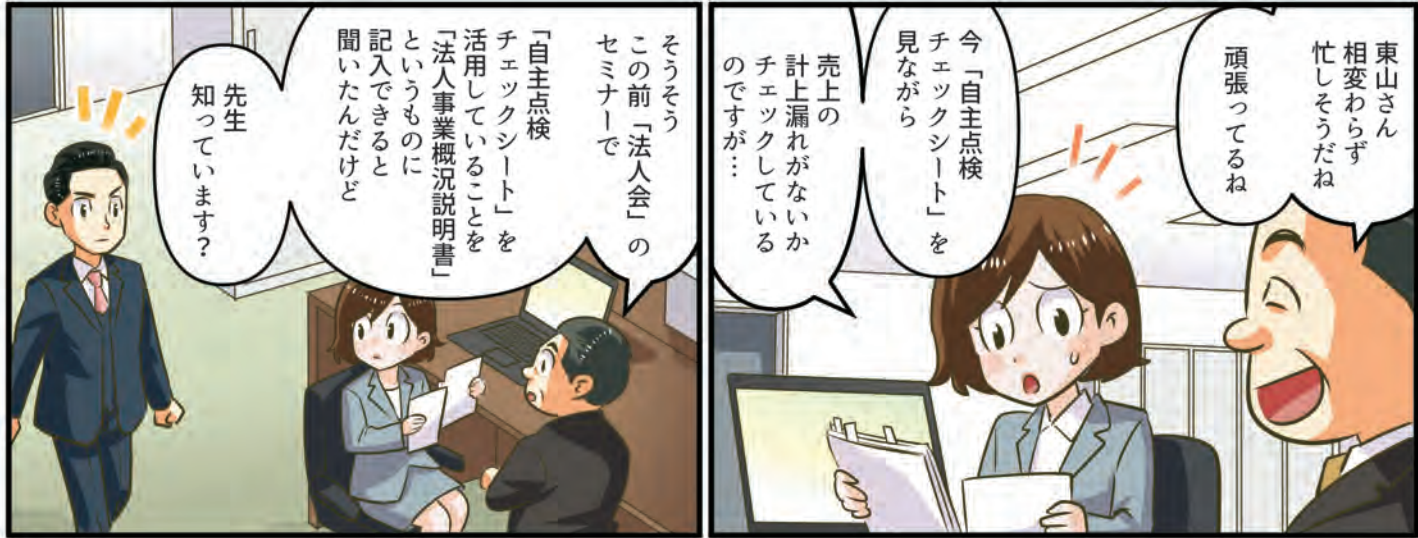
小石川法人会・ホームページ <http://www.koishikawa-houjinkai.or.jp/>・Eメール info@koishikawa-houjinkai.or.jp

マンガ
でわかる!

法人会自主点検チェックシート

- 法人事業概況説明書編 -

国税庁後援



※平成 30 年 4 月 1 日以後終了事業年度分より「法人事業概況説明書」の様式が改訂されております。

お問い合わせ先



小石川法人会

電話番号 03-3816-4184

URL <http://www.koishikawa-houjinkai.or.jp>