

税理士法人サム・ライズ

料金後納郵便

お客様と共に
走り続けるパートナー

ゆうメール

～ご縁をいただいた、あなたにお届けする～

おしどり通信

October 2019

亜由美版 Vol.25



こんにちは！子供の頃から足が
ゲキオソなのに地区対抗リレー
の選手だった**林亜由美**です。そ
う、私の地区には私しかいな
かったのです（笑）。次生まれ
変わったら、一度でいいからリ
レーでごぼう抜きしてダントツ
一位でゴールしたい今日この

頃。今月もおしどり通信スタートです！

カリフォルニアの聖地

Mt. シヤスタに行ってまいりました！

世界7大聖地の一つであるシャスタに行ってきました。「**シャスタが気になるなら、それはシャスタに呼ばれているんだよ**」とされています。私も数年前にシャスタを知ってからずっと「**行かなちゃ！**」と思っていました。不思議ですが、行くと呼ばれていた意味が魂でわかります。もう毎日がアセンションで素晴らしい体験でしたので、いくつかここでご紹介しますね。

一日 目、まずはシャスタに挨拶を、ということで山の中腹まで軽い登山へ。シャスタ山は、**シャスタ**（男性エネルギーの山）と、**シャスティーナ**（女性エネルギーの山）が連なっており、これら陰陽のエネルギーが見事に調和している山です。なので、訪れる人も自然と自己の統合が促進されて、魂の本来の声が聞こえ、人生の使命に気づきを与えられると言われているのです。山を見ながらぼーっとしているだけで体中の邪気が抜けていくようです。

ご挨拶の後は、ネイティブアメリカンの人たちが大切にしてきた**聖地・パンサーメドウズ**へ。



左：シャスティーナ 右：シャスタ

キャンプ場の入り口のようなところから 20 分程歩くと突然景色が変わります。**下の写真、解るでしょうか？真ん中から左側はガレ場**のようになってますが、**右は高原植物が広がる美しい景色**、ここがパンサーメドウズです。この真ん中の位置で結界が張られているため景色がまるで違うのです。パンサーメドウズは、いたるところに高原植物が咲きほこり、楽園のような景色が広がります。その先に溢れ出る湧き水をボトリングして一口飲むと全身が癒されます。**水が美味し～！！** 湧き水を汲むオット



私たちはシャスタの麓に建つ大きな一軒家を借りたのですが、その庭先にはリンゴやブドウがたわわに実り、近くにはオーガニックばかりを扱うスーパーがあり、毎日とっても新鮮な果物と野菜を食材にし



こちらはガレ場のような景色←→ここからパンサーメドウズ。 木の様子もまるで違います。

☆おしどり通信は、林公士郎・亜由美がご縁をいただいた方に毎月お届けしています。ご意見ご感想などお寄せいただけるととても喜びます☆

発行元：税理士法人サム・ライズ

〒350-1124 埼玉県川越市新宿町 1-2-13 川建ビル 2F A

TEL：049-249-0222

FAX：049-249-0220

e-mail：ayumi-hayashi@some-rize.net URL：http://www.some-rize.jp

発行編集責任者：林 亜由美



て美味しいご飯を作っては、ワインを何本も空にしました(笑)。中でもご一緒した料理上手なよっちゃんが、毎朝作ってくれた朝ごはんは美味しかったな。一緒に行ったメンバーも深い縁とつながりを持った集まりなのね、と思わざるを得ない出来事や偶然の連続で、シャスタの魅力とエネルギーの凄さに一瞬一瞬がアセンションする思いでした。

二日 目はスチュワート・ミネラル・スプリングという森

の中にある温泉へ。ここでは体の浄化です。入り方は、まず個室のバスタブに張られた温泉に入ります。このバスタブに入っている温泉が驚



バスタブに張られた温泉

くほどミネラル成分が高く、入った瞬間から超ヌルヌルします(笑)！思わず全身を擦りたくなりますのですが、成分が強すぎて肌を痛める場合があるので決して擦らないようにと注意されます。最初からスゴすぎる！そして5分ほど温泉に入った後はドライサウナへ。ほどよく汗が出るまでしっかりと温まり、最後は外にある小川に飛び込み頭の先まで清めます！これを3回繰り返すと心身ともに浄化されるの



こちらが、めちゃ冷たい小川

ですが、この小川がシビれるほどめーっちゃくちゃ冷たい！！普段なら風呂上がりに水シャワーを足にかけることさえできない私ですが、汚れた身を清めるために背に腹はかえられぬ。頑張って3回やりました。しかし出た後は、気分スッキ

リで生まれ変わった気分です。最高～！！他にもこの日は**スウェットロッジ**というネイティブアメリカンの浄化の儀式を体験するはずだったのですが、これは来年へ持ち越しになりました。私、不思議なことに、行く前からなぜか今回だけでは済まずに2回行くことになるってわかってたんですね。やっぱりシャスタに呼ばれているんだな～ってことで、気が早いですが**来年もまたシャスタに行きます(笑)**。

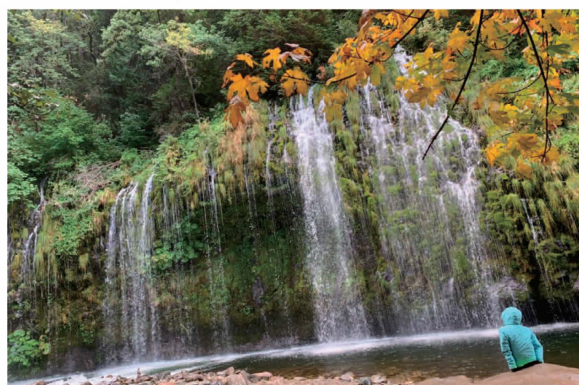
三日 目は滝めぐりです。シャスタには多くの滝があります。中でも私はシャスタに行く前から**モスブレーズの滝**に魅せられておりました。



滝に行くには道がなく、今も使われている線路を1時間ほど歩いていきます。この線路は**映画スタンド・バイ・ミー**に出てきたあの線路です。

モスブレーズの滝に着いた瞬間、なんとも言えない癒しのエネルギーを感じて涙が溢れてきました。ああ、シャスタに來られて本当によかった……。滝を前に、石の上に座ってただただ水が美しく滴り落ちる風景を眺めます。それだけで、全ての事を受け入れて何も心配しなくていいんだよ～と言われていた様な愛に包まれた気持ちになります。

本当にシャスタは素晴らしい体験の連続でした。もっともっと伝えたいのですが、とても書ききれません。興味がある人は是非会った時に聞いてくださいね！そして、これを読んでシャスタが気になったあなた！それはきっとシャスタに呼ばれています。**来年一緒に行きましょう！**



モスブレーズの滝と私

October
2019

税理士法人サム・ライズ 未来会計法人メイキット

事務所通信

10月の第2月曜日は「体育の日」です。体育の日が制定されたのは1964年の東京オリンピックの後のこと。来年の東京オリンピックが楽しみです。

掲載内容に関してご不明点等があれば、お気軽に当事務所までお問い合わせください。

2019年10月号

■10月以降の請求書等の発行と 区分経理をおさらい －区分記載請求書等保存方式－

- 確認が求められる育児休業の
延長・再延長の申出理由
- 今年の賃金改定状況
- キャッシュレス決済が普及する
ために必要なこと

■編集後記

税理士法人サム・ライズ 未来会計法人メイキット

埼玉県川越市新宿町1-2-13 川建ビル2F A
TEL：049-249-0222／FAX：049-249-0220

10月以降の請求書等の発行と区分経理をおさらい — 区分記載請求書等保存方式 —

令和元年10月1日より、消費税率が複数税率となるのと同時に、区分記載請求書等保存方式が始まります。この区分記載請求書等保存方式下での請求書等の発行と区分経理を、改めて確認しましょう。

1. 帳簿及び請求書等の保存要件の改正

令和元年10月1日より、消費税の納税額は、標準税率（10%）と軽減税率（8%）の税率ごとに計算することとなりました。この計算に対応できるよう、これまでの仕入税額控除の要件であった帳簿や請求書等の記載と保存（請求書等保存方式）が、次の期間に応じて改正されています。



請求書等保存方式と区分記載請求書等保存方式との違いは、次のとおりです。

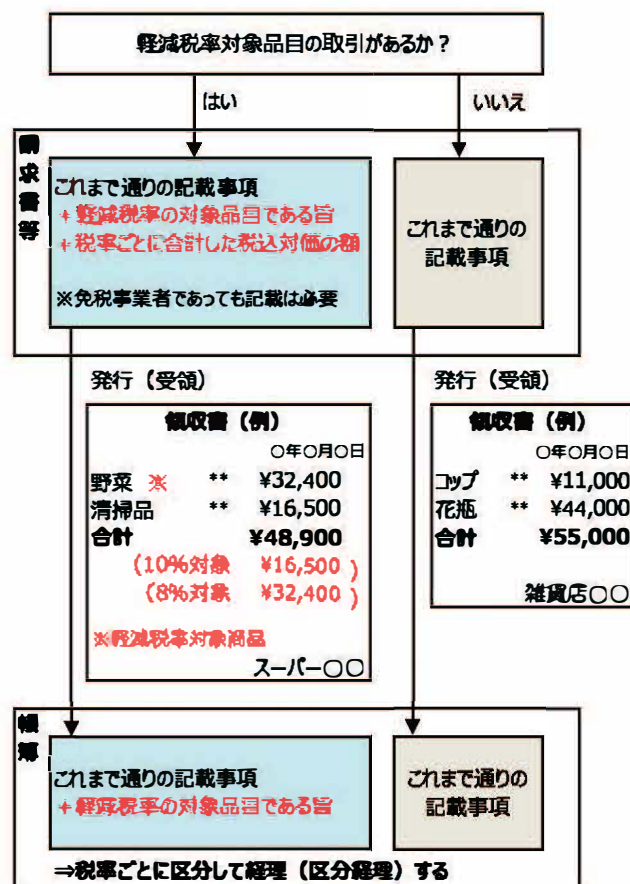
	請求書等保存方式	区分記載請求書等保存方式※1
請求書等	①請求書発行者の氏名又は名称 ②取引年月日 ③取引内容 ④対価の額 ⑤請求書受領者の氏名又は名称（相手が不特定多数の場合は省略可能）	左記①～⑤に加え※2 ⑥軽減税率の対象品目である旨 ⑦税率ごとに合計した税込対価の額
帳簿	①課税仕入れの相手方の氏名又は名称 ②取引年月日 ③取引内容 ④対価の額	左記①～④に加え ⑤軽減税率の対象品目である旨

※1 現行と同様、3万円未満の少額取引や自動販売機からの購入など請求書等の交付を受けなかったことにつきやむを得ない理由があるときは、請求書等の保存は求められない。

※2 ⑥⑦の記載がないときは、交付を受けた側が追記可能。

つまり、区分記載請求書等保存方式が始まると、**軽減税率対象品目の取引がある事業者**は、次のフローチャートのとおり、これまでの記載事項にプラスした請求書等（以下、区分記載請求書等）の発行や区分経理が必要となります。

<区分記載請求書等保存方式下での請求書等・帳簿の記載>



また、消費税の課税事業者で仕入税額控除の適用を受けるには、上記の請求書等や帳簿の保存が必要です。

2. 区分経理（記帳）

区分記載請求書等を基に帳簿等に記帳する例を、確認しましょう。

（前提）会社名：隠ヶ関商事㈱、経理方法：税込み、課税期間：平成31年1月1日～令和元年12月31日

（1）発行した請求書等の控えを基に、帳簿等に記帳する例

【元帳】

売 上			
2019年 月 日	摘要	借方	貸方
11 11	掛売上 ㈱東京商店 日用品		22,000
	食料品 ※		21,600
	掛売上 ㈱埼玉商事 日用品		16,500
	食料品 ※		32,400
	※ 軽減税率対象品目		

軽減税率対象品目である旨の記載は、右例の「※」等の記号の記載 + 記号が軽減税率対象品目を示すことを明らかにする他、税率区分欄を設け、「8%」と記載する方法や税率コードを記載する方法も認められます。下記（2）も同様。

納品書兼請求書 (控) NO.45

2019年11月11日

㈱東京商店 御中

割り箸 550円

牛肉 ※ 5,400円

合計 43,600円

(10%対象 22,000円)

(8%対象 21,600円)

※ 軽減税率対象品目

隠ヶ関商事㈱

納品書兼請求書 (控) NO.45

2019年11月11日

㈱埼玉商事 御中

紙コップ 2,200円

牛乳 ※ 10,800円

合計 48,900円

(10%対象 16,500円)

(8%対象 32,400円)

※ 軽減税率対象品目

隠ヶ関商事㈱

（2）受領した請求書等を基に、帳簿等に記帳する例

【元帳】

仕 入			
2019年 月 日	摘要	借方	貸方
11 18	掛仕入 ㈱静岡商店 日用品	55,000	
	食料品 ※	75,600	
11 19	仕入 ㈱山梨商店 日用品	88,000	
	食料品 ※	64,800	
	※ 軽減税率対象品目		

請求書 NO.32

2019年11月18日

隠ヶ関商事㈱ 御中

紙皿 5,500円

コーヒー ※ 16,200円

合計 130,600円

(10%対象 55,000円)

(8%対象 75,600円)

※ 軽減税率対象品目

㈱静岡商店

領収書 NO.15

2019年11月19日

隠ヶ関商事㈱ 御中

割り箸 2,200円

鮮魚 ※ 54,000円

合計 152,800円

(10%対象 88,000円)

(8%対象 64,800円)

※ 軽減税率対象品目

㈱山梨商店

出典：国税庁「消費税の軽減税率制度に対応した経理・申告ガイド（令和元年6月）」

確認が求められる育児休業の 延長・再延長の申出理由

育児・介護休業法では、原則として子どもが1歳に達するまで育児休業が取得でき、その後、保育所等に入所できない場合に、子どもが1歳6ヶ月まで（再延長で2歳まで）延長することができるとされています。これに関連して、延長・再延長の申出において制度の趣旨に則った運用を求める通達が厚生労働省より発出されましたので、確認しておきます。

■ 育児休業の延長・再延長の理由

育児休業を延長・再延長する理由は、雇用の継続のために特に必要と認められる場合に限られます。



よって、例えば育児休業の延長を目的として、保育所等への入所の意思がないにも関わらず入所を申込み、その保育所等に入れなかったことを理由として育児休業の延長を従業員が申し出るとは、育児・介護休業法に基づく育児休業の制度趣旨に合致しているとは言えず、育児休業の延長の要件を満たさないとされています。

■ 保育所入所保留通知書の内容確認

保育所等の入所申込みを行い落選したときには、「保育所入所保留通知書」が申込みをした従業員に届きます。この際、第一次申込みで保育所等の内定を受けたにも関わらずこれを辞退し、第二次申込みで落選した場合には、自治体によって違いはあるものの「保育所入所保留通知書」にこうした事実が付記されることがあります。

こうした付記がある「保育所入所保留通知

書」については、第一次申込みの内定辞退に“やむを得ない理由”がない場合には、育児休業を延長する要件を満たさないこととなり、従業員は育児休業の延長の申出はできません。そのため、会社は従業員から適正な手続きが行われているかどうかを確認する必要があります。

なお、ここでの“やむを得ない理由”とは、内定の辞退について申込み時点と内定した時点で住所や勤務場所等に変更があり、内定した保育所等に子どもを入所させることが困難であったこと等が該当します。

■ 育児休業給付金への影響

これは、育児休業中に支給される雇用保険の育児休業給付金に係る、支給期間の延長も同様です。

支給期間の延長申請の際、前述のような内定辞退の旨が付記された「保育所入所保留通知書」が提出されると、ハローワークは保育所等の内定を辞退した理由を、従業員に確認します。そして“やむを得ない理由”がない場合には、育児・介護休業法に基づく適正な申出にあたらなと判断され、延長申請が認められず、育児休業給付金が支給されません。

なるべく長く育児休業を取得したいという従業員もいるかとは思いますが、入所の意思がないにも関わらず保育所の申込みを行うことは、待機児童の問題にも影響します。制度の趣旨を理解し、会社として適切な対応をとるようにすると共に、従業員にもあらかじめ意識付けをするようにしましょう。

今年の賃金改定状況

7月に、厚生労働省の中央最低賃金審議会目安に関する小委員会の資料として、今年の賃金改定状況の調査結果※が発表されました。ここではその結果から、今年の中小企業の賃金改定状況をみていきます。

53.6%が賃金引上げを実施

上記調査結果から、回答事業所の賃金改定状況をまとめると表1のとおりです。

2019年の改定状況をみると、1～6月に賃金引上げを実施した事業所（以下、引上げ事業所）の割合は産業計が53.6%で、2018年よりも高くなりました。1～6月に賃金引下げを実施した事業所（以下、引下げ事業所）の割合は1.1%で、こちらも2018年よりも高くなりました。

引上げ事業所の改定率は2.5%

引上げ事業所と引下げ事業所の賃金改定率をまとめると、表2のとおりです。

引上げ事業所の2019年の改定率は、産業計が2.5%で2018年よりも低くなりました。引下げ事業所の2019年の改定率は、産業計が-2.2%で、2018年よりもマイナス幅が少なくなりました。

【表2】平均賃金改定率（%）

	年	引上げ事業所	引下げ事業所
産業計	2018年	2.8	-4.5
	2019年	2.5	-2.2
製造業	2018年	2.9	-4.3
	2019年	2.5	-5.3
卸売業、小売業	2018年	2.7	-5.5
	2019年	2.4	-3.0
宿泊業、飲食サービス業	2018年	2.8	0.0
	2019年	3.2	-0.1
医療、福祉	2018年	2.7	-2.6
	2019年	1.9	0.0
その他のサービス業	2018年	2.9	-4.5
	2019年	2.6	-1.1

厚生労働省「令和元年賃金改定状況調査結果」より作成

今年は調査対象業種のすべてで、引上げ事業所の割合が前年よりも高くなりました。賃金の引上げを続けるためには、生産性向上が欠かせません。より一層の企業努力が必要になるでしょう。

【表1】業種別の賃金改定状況（%）

	産業計		製造業		卸売業、小売業		宿泊業、飲食サービス業		医療、福祉		その他のサービス業	
	2018年	2019年	2018年	2019年	2018年	2019年	2018年	2019年	2018年	2019年	2018年	2019年
1～6月に賃金引上げを実施した事業所	43.9	53.6	40.7	45.8	50.5	56.0	26.6	50.4	59.6	62.3	42.1	53.2
1～6月に賃金引下げを実施した事業所	0.7	1.1	0.7	1.1	0.3	1.5	0.0	1.3	0.5	0.0	1.8	1.0
賃金改定を実施しない事業所	38.1	31.5	44.3	41.2	31.2	28.3	48.4	27.6	26.2	24.6	41.4	35.5
7月以降に賃金改定を実施する予定の事業所	17.3	13.8	14.3	12.0	18.0	14.3	25.0	20.7	13.7	13.2	14.7	10.3

厚生労働省「令和元年賃金改定状況調査結果」より作成

※厚生労働省「令和元年賃金改定状況調査結果」

2019年（令和元年）6月1日現在の常用労働者数が30人未満の企業に属する民営事業所で、1年以上継続して事業を営んでいる約16,000事業所を対象にした調査です。回答事業所数は5,009事業所です。詳細は次のURLのページから確認いただけます。<https://www.mhlw.go.jp/content/11201250/000529789.pdf>

キャッシュレス決済が普及するために必要なこと

10月の消費税率引上げに伴う、キャッシュレス・消費者還元事業の開始により、キャッシュレス決済は今後の普及が見込まれます。ここでは、今年8月に発表された調査結果※から、消費者のキャッシュレス決済利用の現状や意識をみていきます。

■ キャッシュレス決済の利用頻度

上記調査結果から、キャッシュレス決済（銀行等の口座振替、振込等を除いた、物理的な現金を使用せずに商品・サービスの料金の支払等を行うこと）の利用頻度をみると、よく利用しているが41.6%でした。以下、ときどき利用しているが37.4%、あまり利用していないが11.8%、全く利用していないが9.0%となりました。

■ 利用頻度の高い決済手段は

利用頻度の高いキャッシュレス決済手段の割合をまとめると、表1のとおりです。クレジットカードの割合が最も高く、次いで電子マネーの割合が高くなっています。

【表1】利用頻度の高いキャッシュレス決済手段
(複数回答、%、回答者数1,707人)

クレジットカード	86.4
交通系以外の電子マネー (WAON、nanaco、楽天Edy等)	56.2
交通系電子マネー (Suica、ICOCA等)	44.4
バーコード、QRコード決済 (PayPay、LINE Pay等)	17.7
デビットカード	5.9
その他スマホ決済 (Apple Pay、Google Pay等)	4.2
その他	1.6
無回答	2.5

消費者庁「【参考・7月(確報)】キャッシュレス決済に関する意識調査結果」より作成

■ キャッシュレス決済普及のカギは

キャッシュレス決済のメリットでは、支払手続を簡単・迅速に行えること、割引やポイント等の特典が得られること、現金を持ち歩く必要がなくなること、が50%を超えました。

他方、利用する際の懸念事項では、個人情報流出や不正使用等の被害が発生する恐れがあることが最も高く、60%を超えました。

事業者への期待やより利用されるためのポイントとして、回答割合の高い上位5つをまとめると表2のとおりです。割引率やポイント還元率の向上が最も高くなりました。個人情報流出や不正利用を防止するためのセキュリティ対策の強化も、50%を超えています。

【表2】事業者への期待とより利用されるための改善点
(複数回答、%、回答者数1,880人)

割引率やポイント還元率の向上	56.9
個人情報流出や不正利用を防止するためのセキュリティ対策の強化	53.6
決済手段・サービスを利用できる店舗の拡大	45.0
購入・決済履歴等の個人情報の厳格な管理	44.5
病院、薬局等での支払への利用拡大	41.2

消費者庁「【参考・7月(確報)】キャッシュレス決済に関する意識調査結果」より作成

お得感と安心感を高めることが、さらなる普及のポイントといえそうです。

※消費者庁「【参考・7月(確報)】キャッシュレス決済に関する意識調査結果」

全国47都道府県の物価モニター2,000人を対象にした調査です。物価モニターは、広く一般から募集した次の条件を全て満たしている人です。消費者行政について関心がある、店舗に出向いての店頭表示価格の見取調査ができる、2019年(平成31年)4月1日現在で満20歳以上であり、日本国籍を有し日本国内に在住している。詳細は次のURLのページから確認いただけます。https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_research/price_measures/pdf/price_measures_190815_0003.pdf

年末年始は、大きな資金が必要となる時期です。年末を前に資金繰りを計画しましょう。
特に未収債権の回収促進に努めましょう。

2019年10月

お仕事備忘録

1. 年末にかけての資金繰り計画
2. 労働保険料第2期分の納付（延納申請した場合）
3. 労働者死傷病（軽度）報告提出
4. 定時決定の反映と新しい保険料率による控除
5. 消費税増税による定期券値上げに伴う対応
6. 各都道府県で地域別最低賃金額が変わります
7. 年次有給休暇の付与

1. 年末にかけての資金繰り計画

年末にかけて、賞与資金など大きな支出の他に、様々な諸経費も増える時期です。資金繰りに窮しないよう、計画をたてましょう。資金繰りでは売掛金の回収促進や在庫などの管理が重要です。未収債権を把握し、滞留しているものがあれば営業担当者などに回収を促しましょう。

2. 労働保険料第2期分の納付（延納申請した場合）

労働保険の概算保険料は、年度更新の際に延納申請すると3期に分割して納付することができます。今月は口座振替を利用しない場合の第2期分の納付期限です。

3. 労働者死傷病（軽度）報告提出

業務災害が発生した場合、「労働者死傷病報告」を労働基準監督署に提出しなければいけません。業務中の軽度の事故・疾病が原因で休業日数が1～3日ある場合は、暦年の四半期ごとにまとめ、翌月（4・7・10・1月）末までに届ける必要があります。今月は7月から9月分の報告となります。なお、4日以上の場合は、個々のケースごとに報告が必要なので注意しましょう。

4. 定時決定の反映と新しい保険料率による控除

定時決定により、9月からは新たに改定された社会保険料が適用されますが、従業員からの社会保険料の控除を翌月に行っている場合、10月から控除することになります。

5. 消費税増税による定期券値上げに伴う対応

10月1日からの消費税率引上げにあわせ、JRや大手鉄道事業者の多くで運賃の値上げが実施される予定です。通勤手当として支給している定期券の金額を確認し、必要に応じて変更しましょう。変更後の給与額によっては、社会保険料の随時改定に該当する可能性があります。随時改定は固定的賃金の変動から3ヶ月間に支給された賃金を確認することになりますが、見逃しやすい部分ですので、今から随時改定の確認を行うことを記録しておきましょう。

6. 各都道府県で地域別最低賃金額が変わります

今月より地域別最低賃金額が変わります。各都道府県によって適用となる日が異なっていますので、金額および発効日を確認しておきましょう。

7. 年次有給休暇の付与

4月入社の新入社員の年次有給休暇は通常10月より付与されますので、忘れずに新入社員の年次有給休暇管理を開始しましょう。

お仕事 カレンダー

2019.10

10月は、年の終盤です。やり残しがないように、進捗の確認や計画の見直しを随時行いましょう。



日	曜日	六曜	項目
1	火	大安	●全国労働衛生週間（～7日（月）まで） ●大学生への採用内定の通知開始 ●高齢者雇用支援月間 ●年次有給休暇取得促進期間（～31日（木）まで）
2	水	赤口	
3	木	先勝	
4	金	友引	
5	土	先負	
6	日	仏滅	
7	月	大安	
8	火	赤口	寒露
9	水	先勝	
10	木	友引	●源泉所得税・復興特別所得税・住民税特別徴収分の納付（9月分）
11	金	先負	
12	土	仏滅	
13	日	大安	
14	月	赤口	体育の日
15	火	先勝	
16	水	友引	
17	木	先負	
18	金	仏滅	
19	土	大安	
20	日	赤口	
21	月	先勝	
22	火	友引	即位礼正殿の儀の行われる日
23	水	先負	
24	木	仏滅	霜降
25	金	大安	
26	土	赤口	
27	日	先勝	
28	月	仏滅	
29	火	大安	
30	水	赤口	
31	木	先勝	●健康保険・厚生年金保険料の支払（9月分） ●労働保険料の納付（第2期分）※口座振替を利用しない場合 ●継続・有期事業概算保険料延納額の支払（第2期分）※口座振替を利用しない場合 ●労働者死傷病（軽度）報告提出（休業日数1～3日の労災事故[7月～9月]について報告） ●個人の県民税・市町村民税の納付（普通徴収・第3期分）※市町村の条例で定める日まで

OSHIDORI STAFF 通信



朝早起きの小笠原です。だいたい朝の 4 時に目が覚めます。早い時だと、2 時 30 分です。2 度寝したいですが、眠れません。。日中眠くはなりませんが！夜 8 時過ぎるとウトウトし、9 時になると一瞬で夢の中ですよ。。誰です?? 歳だといったのは??

運動会

先日小学生の運動会でした。この日の為に義理の両親も青森から上京し、前日からプログラムを確認したりワクワクが止まりません(笑) 嫁の私は…子供の運動会より、**7 人分のお弁当**をどうしよう??と憂鬱な気分。運動会はそりゃ～楽しみです。ただ**おにぎりだって 1 人 3 個 × 7 人 = 21 個 !!!! 握る**



かあちゃんの愛情弁当

んですよ。おにぎりだけで、朝が終わる。。しかし、かあ～ちゃん頑張りましたよ！

大好きな子供の為にね～☆そして夫は、優雅に寝ているところ叩き起こして、5 時過ぎに場所取りへ向かわせました(笑)

運動会が始まると**最初の競技 50m 走**が始まりました。ゴール前で写真構えてスタンバイ！ところが、気付いたら既にゴールしていました(泣) 次の競技は大玉を転がして競うでしたが、私の立ち位置が悪かったのか?? 子供より大玉が大きいのか??、写真には大きな白い球しか写っていないじゃない！



そして最後の演目、**パプリカを踊る**♪ 1 か月以上学校で練習し、自宅でも練習していたのでこれはバッチリ写真に収めなきゃ♪ このために、立ち位置を聞いて、**夫が 5 時に場所取り**したんですもの(^^)♪そして始まりました。シミュレーションしたか
いがあるね～いい感じに撮れていま
あれ、子供が・・・す。が!!! 中盤から、移動が始まり、アレ?? アレ?? 後ろの方に行ってしまった(泣) 写真を撮りたくても、他の子供とかぶってしまって、見えない。。ごめんね～どんくさい親で・・・最後までダメさ全開。。これを教訓に**来年こそは！いい写真&動画撮りますわよ♪**



ベストポジションがいつのまにか

ゴルフ

9 月は気候も良いこともあり、2 回ほどゴルフに行ってきました。流行りの渋野日向子さんが試合中に食していた『**タラタラしてんじゃねえ～よ**』のお菓子を持参大自然を満喫し、リフレッシュしてきました。



未来会計法人メイキット
ホームページをリニューアルしました！

<https://www.miraikei-makeit.com>



未来会計法人

検索

生き残る経営者と、消えていく経営者の違いは

「未来会計」にあります。

あなたには、5年後のあるべき姿が見えていますか？

STAFF 編集 後記

10月になりました！10月の月名は『神無月』です。この月は、日本中から神様が出雲の国（島根県）に集まり、縁結び・収穫・神酒づくりについて相談する月といわれます。そのため出雲の国以外は、神様が不在になる事から神がない月『神無月』となったそうです。さて、10月は体育の日！昔は10/10休日でしたね。しかしハッピーマンデーが執行されたので今は違いますが…。せっかくの体育の日があるので、皆さん運動しましょう♪



今月のテーマ 運動何してますか？また何したいですか？

石田 香



運動は、月3回ヨガをしています。2年前に1度やめたのですが、8月から復活しました笑。2年前までと比べて自分の体力が落ちている事を実感しました。周りの常連のお姉さま方は余裕そうな顔で受けられていて驚きます。これから川越のハーフマラソンに向けて走り込む予定です！

小笠原 恵美



1年中真っ黒な私ですが(笑)これはゴルフ焼けです。独身時代は週3～4ゴルフに行っていました。夏は1週間泊まり込みで、1ラウンドした後そのまま練習場へ。プロを目指していたわけではありません。ただの趣味です！！今では1か月に1回～2回。四季を味わえて、大自然の中で玉転がし。最高です！！誰か一緒にいかがですか？

黒田 龍也



8月の税理士試験が終わってから、辞めてしまっていたランニングを再開しました。今回はランニングを2日に1回にし、ランニングをしない日はウォーキングをするようにし、更なるパワーアップを目指しています。今年こそ小江戸マラソンで2時間を切ってゴールできるように引き続き準備を続けていきたいと思っています。

東海林 将斗



2日に1回筋トレとして自宅で腕立てと腹筋をしています。腕の筋肉はすぐにつくのですが、なかなか腹筋はつかず、どうやら腹筋が割れるのもまだまだ先の様です。どなたか腹筋がバキバキに割れている方がいましたら是非ともトレーニング方法を伝授して頂ければと思います。

瀬川 舞子



私は特にこれ！と言った運動はしていません…意識的に歩いたり階段を使ったり、息子との公園遊びくらいです。息子がジャングルジムや鉄棒遊びに興味を持ち、すごく久しぶりに逆上がりをしてみたら見事に出来ませんでした(涙)うんていは辛うじて出来たので、息子と遊びながらまた逆上がりが楽々出来るようになりたいです♪

西澤さおり



子供の頃は運動が得意で大好きでしたが、大人になってからはすっかり運動嫌いになってしまいました。せめて毎朝のテレビ体操は続けようと頑張っています。10分ほどですが、終わると身体がポカポカになります。これから気持ちのよい季節になるので、山歩きをしてみたいです♪

那須野 舞子



運動と呼べるのか分かりませんが毎日お風呂上りにストレッチと腹筋背筋を20回ずつしています。十数年前、新体操部で軟体動物だった体も、今は悲しいことに前屈で頭が膝につきません。。やってみよう運動はテニスです！近所にテニスコートがあるのですが、早朝や夕方、「パコ〜ン」といい音立てて楽しんでいる方を見かけます。「軽井沢でテニスをしませんか？」とデートに誘われるのが夢です(笑)

藤岡 充代



少し前まで、女性専用のカーブスで、有酸素運動と筋力運動をしていましたが、通えなくなって止めてしまいました。代わりに、家で眠っていた腹筋マシン・ワンダーコアとエクササイズマシン・レッグマジック・・・復活しましょうか(笑) それから、東松山のスリーデーマーチに備えて、ウォーキング。それから、それから、頭の中では盛沢山！