

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

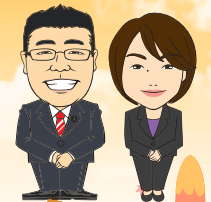
ゆうメール

～ご縁をいただいた、あなたにお届けする～

おしどり通信

October 2021

画由美版 Vol.36



こんにちは！

急に秋がやってきて、慌てて厚手の布団を出した林画由美です。

ぶどうに梨に栗に秋刀魚に…美味しい季節到来ですね！あれもこれもと食べすぎて、体重計に乗ってギョッとならないように気をつけましょう、というか気をつけます。

ということで今月もおしどり通信スタートです。



画由美の「料理の時間」

今年も栗！

ことしもお隣さんからたくさんの栗をいただきました。しかも2回も♡

去年はオットと山ちゃんが6時間かけて栗を裏ごしして栗きんとん作りしましたが、今年は男手が足りないので全部渋皮煮に。ルーチン作業が苦手な私ですが、栗の鬼皮を黙々とむく作業はとっても好きです。



仕事の面談と面談のスキマ時間やお昼休みにちょっとずつ、一日かけてむいていきます。むいた栗は茹でて洗ってを3～4回繰り返すと薄い渋皮だけが残ってツツヤでとってもきれい。あとはお砂糖を3回に分けて煮ては冷ましてそのたびに味見して(笑)、を繰り返して完成！今年も美味しくできました。



頂いた栗はどれも大きくて身がパンパンに詰まっていたとっても美味しかったです。今年はこの渋皮煮で栗クリームをつくってモンブランに挑戦しよう♡秋は美味しいものいっぱいあって、早く食べないと季節が終わってしまうし、そんな焦りが幸せです。

今年も残すところあと3ヶ月。本当に月日が経つのは早いですね。緊急事態宣言が明けたら、ずっと会っていない実家の父や兄にも会いに行きたいなぁと考える今日このごろです。

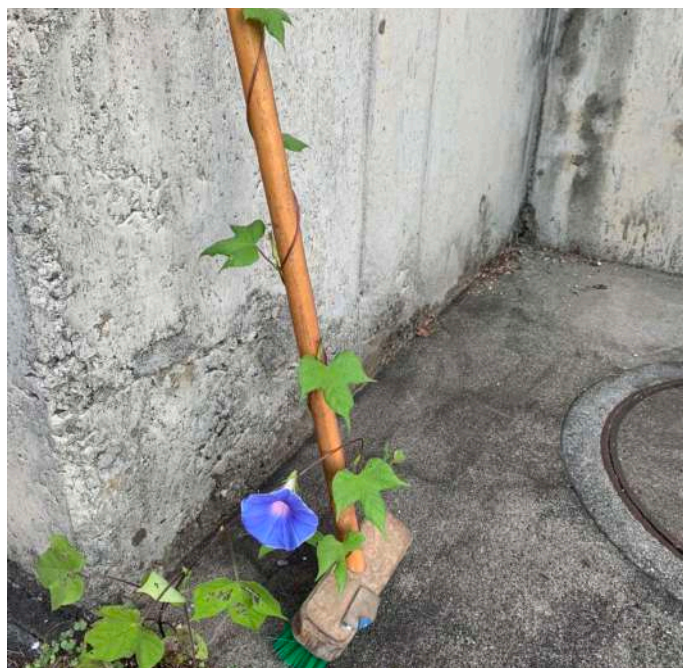


画由美の「思い出」

こんなところに朝顔が

自宅の駐車場のひび割れたコンクリートから朝顔が芽を出しました。どうやら年末に片付けた雑草から種が落ちたようです。つるが伸びてきたけど、支柱にするものはなく…。ないよりもマシかと思ってデッキブラシを置いてあげたら、ちゃんとブラシの柄にマキマキしてきました(笑)。かわいい♡そして、時々花が咲きます。

朝顔の花は本当に朝しか咲かなくて、一日で終わってしまいます。朝顔といえば夏休みの観察日記の定番ですが、子供の頃は遊ぶのに忙しくて持って帰ってきて1週間で枯らしていました。登校日に持っていくのですが、葉っぱに毛が生えるほど立派に育った友達の朝顔とは対象に、私のプランターは土だけ(笑)。子供の頃は恥ずかしかったけど、今となっては私らしい！と笑える良い思い出です(笑)。



OSHIDORI STAFF 通信

Staff Monthly Column No.39 By Maiko Segawa



こんにちは、瀬川です。すっかり秋らしくなってきましたね。今年はオリンピック&パラリンピックをキッカケにスポーツを始めた方も多いのではないのでしょうか。そんな中、ますますインドアになってしまった息子のブームをご紹介します。



息子は保育園に通い始めてからアンパンマンを覚え、大好きになりました。出来るだけアンパンマンには触れさせずという親の思いとは真逆になり、成長と共に周りのお友達がディズニーやヒーローものへ興味に移る中でもずーっとアンパンマンが大好きです(笑)。家の中にアンパンマンが増え、そろそろ違うものにも興味を持ってほしいな、とジブリやディズニーの映画をみせてみることにしました。すると『ハウルの動く



城』と『風の谷のナウシカ』に夢中になりました！

映画は毎日のように繰り返し観るようになり、だんだん観るだけではなくブロックラボで作品に出てくる乗り物を真似して作ってみたり、自分も『動く城』や『オウム』になりきってごっこ遊びをするようになりました。ブロックラボは小さい子でも遊べるように大きめのサイズで外れやすい作りになっているので、もっと色々なものが作れるようにとレゴクラシックにしてみましたところ、数の多さと色々な形のブロックに



息子は大興奮で喜んでくれました。一緒にレシピを見ながら一通り色々なものを組み立てるうちに一人でも色々組み立てられるようになりました。

中でもナウシカに出てくる乗り物の『コルベット』とオリジナルの家を作ることが得意になりました。YouTubeでもレゴ関係の動画を探して見てみたり、動画を見ているうちに他のレゴシリーズを覚え、今ではパトカーやヘリコプターなどが続々と仲間入りしています(笑)。

今ではアンパンマン一択ではなく他のものも色々選ぶようになり、レゴでは毎日遊んでしまいます。過ごしやすくなってきたので大好きな砂場遊びや少し遠くの公園へもどんどん連れ出したと思います(^^) /



2021 開催中! 大倒産時代だからこそ キャッシュを増やす経営を

WEB × キャッシュを 増やす塾

会社のキャッシュを増やすノウハウを学べ、毎回課題を実践することで 自社のキャッシュが増える

いろいろな業種の経営者と、意見交換や交流ができる!

対象者 自社のキャッシュを増やすため、課題を実践していきたい経営者

共同企画

曾根康正
SMCグループ 代表

林亜由美
未来会計法人マイキット 代表取締役

中小企業経営者のための実践塾 & これから起業を志している方にも大歓迎!

特徴	キャッシュ戦略	課題認識が強くなる	競争意識が持てる	刺激的な交流
健全な資金調達方法、キャッシュフロー経営、キャッシュ戦略が学べる	共通のテーマによる課題の抽出とディスカッションにより、課題の深堀りができる	他の経営者と一緒にキャッシュを増やしていく中で、競争意識が持てる	キャッシュ増加の目的を持った塾の仲間から刺激を受け、行動を持続できる	

開催日程

2021 11/11[木]

2022 1/20[木] 3/17[木] 5/19[木]

全日程 14:00 スタート

※右記 QR コードよりお申し込み下さい
https://www.smc-g.co.jp/all-seminar/manage-seminar/11999/

[経営者様に役立つ総合情報マガジン]

|| 税理士法人サム・ライズ/未来会計法人メイキット株式会社

News letter

スポーツの秋です。コロナ禍で思うように運動することは難しい状況ですが、運動不足の方は、何かできることから始めてみてはいかがでしょうか。

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。



Special feature

具体的にはどう保存をすればいい？ 電子取引の保存法

- ◆年休の取得義務化と時季指定に関する相談事例
- ◆従業員が向上させたい能力
- ◆産業別にみる利用割合の高いクラウドサービス



経営理念

「**持続的発展を支援し、縁あるすべての人を元気に**」

具体的にはどう保存をすればいい？ 電子取引の保存法

来年1月から変わる、電子メール経由で收受した請求書等のデータ保存のしかたについて、国税庁から公表されている資料*を参考に確認します。

電子取引とは

(1) 書類の保存義務

所得税法及び法人税法では、取引に関して相手方から受け取った注文書、領収書等や相手方に交付したこれらの書類の写しの保存義務が定められています。

(2) 電子取引とは

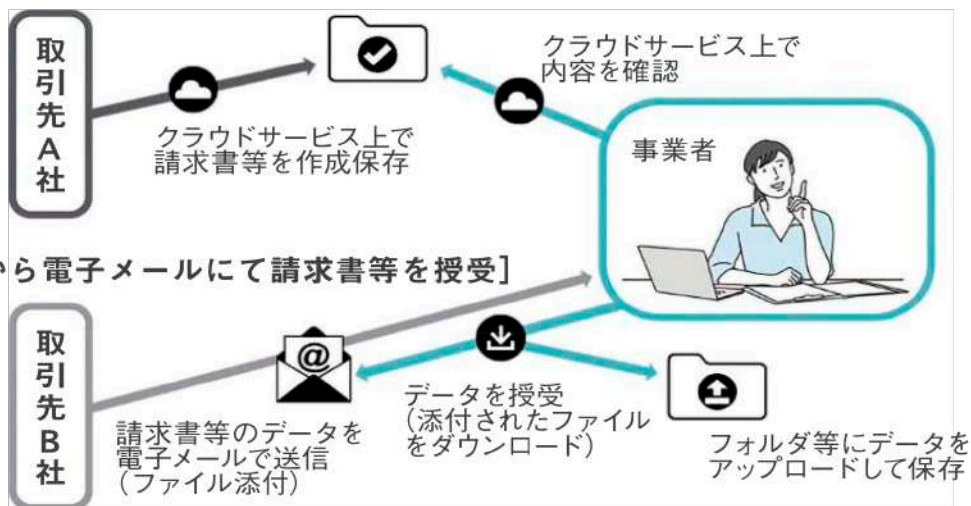
電子取引とは、上記(1)と同様の取引情報(書類に通常記載される日付、取引先、金額等の情報)の授受を、電磁的方式により行う取引をいいます。具体的には下図の他、次のデータの授受も電子取引に該当します。

- インターネットのホームページからダウンロードした請求書等のデータ
- クレジットカードの利用明細データ、交通系 IC カードによる支払データ
- EDI システムを利用したデータ
- ペーパーレス化された FAX 機能を持つ複合機を利用したデータ
- DVD 等の記録媒体を介した請求書等のデータ

(1)の保存義務者がこの電子取引を行った場合には、その取引情報を電磁的記録により保存しなければなりません。これまでは、書面に印字して保存する方法も認められていましたが、来年1月1日以後に行う電子取引の取引情報から認められず、必ず次ページ(3)の要件を満たしたデータ保存が求められます。

電子取引の例 (イメージ)

[A 社が利用しているクラウドサービス上で請求書等を授受]



(3) 電磁的記録の保存等を行う場合の要件

電子取引の取引情報を電磁的記録により保存等するに当たっては、真実性や可視性を確保するための要件を満たす必要があります。具体的には以下の要件となります。

- 電子計算機処理システムの概要を記載した書類の備付け（自社開発のプログラムを使用する場合限定）
- 見読可能装置の備付け等
- 検索機能の確保
- 次のいずれかの措置を行う
 - ① タイムスタンプが付された後の授受
 - ② 原則、速やかにタイムスタンプを付す
 - ③ データの訂正削除を行った場合にその記録が残るシステム又は訂正削除ができないシステムを利用
 - ④ 訂正削除の防止に関する事務処理規程の備付け

国税庁の資料*より、要件を満たすための具体的な保存方法の一例をご紹介します。

【問】

妻と2人で事業を営んでいる個人事業主です。取引の相手方から電子メールにPDFの請求書が添付されて送付されてきました。一般的なパソコンを使用しており、プリンタも持っていますが、特別な請求書等保存ソフトは使用していません。どのように保存しておけばよいですか。

【回答】

例えば、以下のような方法で保存すれば要件を満たしていることとなります。

1. 請求書データ(PDF)のファイル名に、規則性をもって内容を表示する。
例) 2022年(令和4年)10月31日に株式会社国税商事から受領した110,000円の請求書
⇒「20221031_(株)国税商事_110,000」
2. 「取引の相手先」や「各月」など任意のフォルダに格納して保存する。
3. 一定の事務処理規程を作成し備え付ける。

- 税務調査の際に、税務職員からダウンロードの求めがあった場合には、上記のデータを提出すること
- 判定期間に係る基準期間の売上高が1,000万円以下であり、上記のダウンロードの求めに応じることができるようにしている場合には、上記1の設定は不要
- 上記1の代わりに索引簿を作成し、索引簿を使用してデータを検索する方法によることも可能

なお、**事務処理規程や索引簿は、国税庁のサイトからひな型をダウンロードすることができます。**

データ保存の際の留意点

電子取引の例(イメージ)におけるデータ保存に関しては、以下の点に留意します。

(1) 取引先A社利用のクラウドサービスを用いた請求書等の授受

訂正削除の記録が残るシステム又は訂正削除ができないシステムが具備されたクラウドサービスを利用していれば問題ありませんが、例えばクラウド上で一時的に保存されたデータをダウンロードして保存するようなシステムの場合には、下記(2)と同様の点に留意する必要があります。

(2) 取引先B社からの電子メールによる請求書等の授受

データは、例示の他、ハードディスク、コンパクトディスク、DVD、磁気テープ、クラウド(ストレージ)サービス等に記録・保存します。この場合、当該データに一定のタイムスタンプが付与されていないときは受領者側でタイムスタンプを付与するか、一定の事務処理規程に基づく適切なデータ管理が求められます。また、対象となるデータは、原則、検索可能な状態での保存が求められる点にもご留意ください。なお、添付ファイルによる電子メールでの授受は、当該添付ファイルのみの保存で問題ありません。

(※) 国税庁 HP「電子帳簿保存法一問一答【電子取引関係】」

https://www.nta.go.jp/law/joho-zeikaishaku/sonota/jirei/pdf/0021006-031_03.pdf ほか

年休の取得義務化と時季指定に関する相談事例

2019年4月から年次有給休暇（以下、年休）の取得が義務化され、会社は年10日以上年休が付与される従業員について、年5日の年休の時季を指定することで確実に取得させることが求められるようになりました（従業員が自ら取得した年休は時季指定する5日から控除可能）。ここでは年休の取得義務化と取得時季の指定について、よくある相談を事例形式で確認します。

よくある相談事例

①時季の指定と実際の取得

Q. 年5日の年休の時季指定をしたが、年5日以上取得できない従業員がいた場合、法違反に問われますか。

A. 会社の時季指定による年休の付与は、会社が5日分の年休の時季を指定しただけでは足りず、実際に基準日から1年以内に5日取得させていなければ法違反として取り扱われます。

労働基準監督署から是正に向けての指導を受けるほか、場合によっては、罰則の適用を受けて処罰される可能性もあるため、確実に年5日は取得させることができるよう、チェック体制を確立することが求められます。

②年の途中で退職する従業員

Q. 基準日からの1年間に休業期間がある従業員や、途中で退職する従業員についても、年5日の年休を取得させる必要がありますか。

A. Qにあるような従業員についても、年5日の年休を取得させる必要があります。ただし、基準

日から1年間継続して休業している場合や、基準日から5日以内に退職する場合など、会社の義務の履行が不可能な場合についてまで法違反を問うものではありません。

③時季指定する年休の単位

Q. 会社が年休の時季指定をする場合に、半日単位での年休としてもよいですか。

A. 時季指定に当たって、従業員の意見を聞いた際に、半日単位での年休の取得の希望があった場合には、半日単位で取得することとしても差し支えありません。なお、時間単位で取得した年休は、時季指定する5日から控除できず、時季指定もできません。

時季指定を行う際の注意点

年休の取得時季を指定する場合、従業員数10人以上の事業場では根拠となる条文を、就業規則に定める必要があります。この場合、少なくとも時季指定の対象となる従業員の範囲、時季指定の方法の2点は記載が必要です。

年休が付与される基準日に合わせて時季指定をすることや、1年の途中で取得した日数を確認して従業員に自らの取得を促したりすることで、年の終わりに取得が進んでいないというような事態を避けることができます。計画的に年休の取得を進めていきましょう。

従業員が向上させたい能力

企業の成長には従業員の能力向上が欠かせません。ここでは6月に発表された調査結果*から、正社員とパートタイム労働者（以下、パート）の別に、向上させたい能力・スキルをみていきます。

正社員の9割が向上を望む

上記調査結果から、向上させたい能力・スキルがあると回答した割合は、正社員が94.6%、パートが83.6%でした。向上させたい能力・スキルがある従業員を100とした場合の、具体的な向上させたい能力・スキルをまとめると、下表のとおりです。

正社員はマネジメント能力

正社員が向上させたい能力・スキルでは、マネジメント能力・リーダーシップが39.9%で最も高くなりました。次いでITを使いこなす一般的な知識・能力が33.5%、課題解決スキルが27.8%となっています。専門的なITの知識・能力も20%を超えています。

なお、マネジメント能力・リーダーシップは、係長以上などの役職者で向上させたい割合が40%以上と高くなっています。

パートはITを使いこなす能力

パートが向上させたい能力・スキルでは、ITを使いこなす一般的な知識・能力が40.1%となり、2番目に割合の高い課題解決スキルよりも20ポイント以上高い状況です。営業力・接客スキルも18.0%となりました。**ITを使いこなす一般的な知識・能力は、正社員でも2番目に高く、雇用形態に関係なく向上させたい人が多い能力・スキルとなっています。**

貴社での教育訓練の参考になりましたら、幸いです。

従業員が向上させたい能力・スキル（3つまで回答、%）

	正社員	パートタイム労働者
マネジメント能力・リーダーシップ	39.9	14.9
ITを使いこなす一般的な知識・能力（OA・事務機器操作（オフィスソフトウェア操作など））	33.5	40.1
課題解決スキル（分析・思考・創造力等）	27.8	19.8
専門的なITの知識・能力（システム開発・運用、プログラミング等）	20.1	10.2
語学（外国語）力	13.5	12.9
コミュニケーション能力・説得力	11.8	14.4
チームワーク、協調性・周囲との協働力	11.7	14.0
営業力・接客スキル	10.2	18.0
職種に特有の実践的スキル	7.9	12.1
定型的な事務・業務を効率的にこなすスキル	5.9	11.5
高度な専門的知識・スキル	5.1	3.8
その他の能力・スキル	0.9	3.3
読み書き・計算等の基礎的素養	0.7	1.6

厚生労働省「令和2年度能力開発基本調査」より作成

※厚生労働省「令和2年度能力開発基本調査」

常用労働者30人以上の民営事業所約7,100事業所とその事業所に属する常用労働者約3万人などを対象に、2020年12月1日時点もしくは2019年度の状況について行われた調査です。詳細は次のURLのページから確認いただけます。

<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00450451&tstat=000001031190&cycle=8&tclass1=000001154811&tclass2=000001154815&tclass3=000001154816&tclass4val=0>

産業別にみる利用割合の高いクラウドサービス

6月に発表された最新の調査結果*から、産業別に利用割合の高いクラウドコンピューティングサービス（以下、クラウドサービス）をみていきます。

全業種で50%超となった ファイル保管・データ共有

上記調査結果から、産業別に2020年時点で利用割合の高いクラウドサービスをまとめると、下表のとおりです。

8産業中、情報通信業を除く産業で、ファイル保管・データ共有の利用割合が最も高くなりました。情報通信業も含めて全業種で50%を超えています。情報通信業で最も高い電子メールは、運輸業・郵便業以外では2番目に利用割合が高く、運輸業・郵便業、金融・保険業、サービス業、その他を除く産業で50%を超えました。なお、運輸業・郵便業ではデータバックアップが2番目に高い状況です。

利用割合には産業差が

利用割合が50%以上になったクラウドサービスの数をみると、情報通信業が4、製造業が3、建設業と卸売・小売業、不動産業が2、運輸業・郵便業、金融・保険業、サービス業、その他が1となりました。

クラウドサービスの種類については、金融・保険業でeラーニングが4番目に利用割合が高くなりました。金融・保険業で利用割合が高い他のサービスは他の産業でも高く、産業による大きな違いはみられませんでした。

現在も様々なクラウドサービスが登場しており、利用企業は今後も増えていくことでしょう。

産業別利用割合の高いクラウドサービス（複数回答、%）

建設業		製造業		運輸業・郵便業		卸売・小売業	
ファイル保管・データ共有	64.9	ファイル保管・データ共有	54.5	ファイル保管・データ共有	57.0	ファイル保管・データ共有	62.1
電子メール	50.8	電子メール	53.5	データバックアップ	36.5	電子メール	52.6
社内情報共有・ポータル	45.5	スケジュール共有	53.5	社内情報共有・ポータル	35.8	社内情報共有・ポータル	47.2
スケジュール共有	44.0	社内情報共有・ポータル	48.1	給与、財務会計、人事	35.1	データバックアップ	37.0
データバックアップ	35.8	データバックアップ	36.3	電子メール	33.9	スケジュール共有	37.0
給与、財務会計、人事	33.0	給与、財務会計、人事	35.5	スケジュール共有	30.9	給与、財務会計、人事	35.2
金融・保険業		不動産業		情報通信業		サービス業、その他	
ファイル保管・データ共有	56.1	ファイル保管・データ共有	65.1	電子メール	67.7	ファイル保管・データ共有	59.1
電子メール	48.4	電子メール	57.5	ファイル保管・データ共有	67.1	電子メール	45.1
給与、財務会計、人事	38.6	社内情報共有・ポータル	49.1	社内情報共有・ポータル	63.5	給与、財務会計、人事	42.3
eラーニング	38.5	スケジュール共有	48.2	スケジュール共有	61.0	スケジュール共有	39.4
社内情報共有・ポータル	35.0	給与、財務会計、人事	41.7	給与、財務会計、人事	39.2	社内情報共有・ポータル	37.8
スケジュール共有	33.4	データバックアップ	32.2	データバックアップ	38.6	データバックアップ	36.3

総務省「令和2年通信利用動向調査」より作成

※総務省「令和2年通信利用動向調査」

公務を除く産業に属する常用雇用者規模100人以上の企業を対象に、2020年（令和2年）8月末時点の状況を調査しています。なお、クラウドサービスとは、ネットワーク上に存在するサーバやアプリケーションなどをインターネット等を経由して、利用者がサービスとして使用できる技術をいいます。詳細は次のURLのページから確認いただけます。<https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/statistics05.html>

お仕事備忘録

WORK REMINDER

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。

01 年末にかけての資金繰り計画



年末にかけての年度後半は、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。資金繰りは大丈夫ですか？ 下期の資金計画を立てましょう。

資金繰りには売掛金の回収促進や在庫などの管理が重要です。場合によっては、買掛金の支払などの遅延が発生してしまい、信用を失う可能性もあります。

未収債権の把握をし、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す。

02 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。

03 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。

また、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。

04 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。

05 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月日が異なっていますので、金額および発効年月日を確認しておきましょう。

06 健康保険の被扶養者の資格確認調査



年に1度、健康保険の被扶養者が要件を正しく満たしているか、事業所に対して一斉調査が行われます。時期や調査方法は保険者によって異なりますが、中小企業の多くが加入する全国健康保険協会（協会けんぽ）では10月から11月にこの調査が行われます。協会けんぽから送られる被扶養者状況リストをもとに、被扶養者の収入等の状況を確認するようにしましょう。

07 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

WORK CALENDAR

10月号 / 2021

10月は年の終盤です。業務の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	金	友引	<ul style="list-style-type: none"> ●全国労働衛生週間（～7日(木)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（～31日(日)まで） ●年次有給休暇取得促進期間（～31日(日)まで）
2	土	先負	
3	日	仏滅	
4	月	大安	
5	火	赤口	
6	水	先負	
7	木	仏滅	
8	金	大安	寒露
9	土	赤口	
10	日	先勝	
11	月	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）
12	火	先負	
13	水	仏滅	
14	木	大安	
15	金	赤口	
16	土	先勝	
17	日	友引	
18	月	先負	
19	火	仏滅	
20	水	大安	
21	木	赤口	
22	金	先勝	
23	土	友引	霜降
24	日	先負	
25	月	仏滅	
26	火	大安	
27	水	赤口	
28	木	先勝	
29	金	友引	
30	土	先負	
31	日	仏滅	<ul style="list-style-type: none"> ●健康保険・厚生年金保険料の支払（9月分）(11月1日期限) ●労働保険料の納付（第2期分）※口座振替を利用しない場合（11月1日期限） ●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（11月1日期限） ●労働者死傷病報告提出（休業日数1～3日の労災事故 [7月～9月] について報告）(11月1日期限) ●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

今月はコレについて語ろう！



10月と言えばなんとなくお花が浮かぶ尾身です。通学路に咲いていた金木犀がとっても綺麗で、一輪一輪はとても小さくて儂げながらも、ちょっとしたそよ風であつという間に周囲へ自分の存在を主張する凄なお花ですよ～咲散ってしまった金木犀の絨毯にも目を奪われていました。今思えばなんてセンシティブな中学生(笑)。ちなみに、10月の誕生花はガーベラだそうです。花言葉は「希望」「前進」今年も残すところあと3ヶ月！最後まで希望を持ってガンガン前進していくぞー！(‘◇’)ゞ

10月のお題

私のモチベーションを上げてくれるのは！



石田 香
Kaori Ishida

色々ありますが、即効性のあるものは、大好きなスイーツを食べることです(-_-;)甘いものを食べると幸せな気分となり何度もモチベーションを上げてくれました！また、定期的にモチベーションを上げるためには、ジブリやディズニーの映画を観る事です。幼い頃は気にもしなかった場面でも、大人になると深く考えさせられるところがあったり、涙流してスッキリできたりと何か不思議な力があります。勇敢な主人公が活躍することに刺激をもらえるのかもしれない。自分も頑張ろうと思えます(笑)



小笠原 恵美
Emi Ogasawara

私のモチベーションはズバリ【子供】でしょう♪もう、気持ちが下がっていて、ため息が多い時でも子供の笑顔一つで気持ちがup・upします。嫌な事があっても子供のほっぺたをムニユムニユするだけで、全てのモチベーションが上がります(笑)しかし、最近は嫌がられることも多くモチベーションどころか、全ての感情もだだ下がり。。もうムニユムニユさせてくれるような年齢でもないのはわかっていますが((ノ口))ツツク…次のモチベーションが上がる何かを見つけないといけない頃かも???



瀬川 舞子
Maiko Segawa

私のモチベーションを上げられるのは子供と映画です♪4歳になった息子は抱っこして欲しいときに「抱っこしたい」と言います(笑)自分で歩きなよ～と言いつつ重くなったね、大きくなったね、と抱っこできる時間がほんとうに癒しです(^^)映画は色々なジャンルを観ますがここ最近はジブリ、ディズニー、ピクサー、名探偵コナンシリーズをメインに子供も一緒に観れるものが多く、自分が好きなものは移動時間を使って観ることが多いです。そんな中、夏に友人と映画館で観たことは格別でした♪



東海林 将斗
Masato Shoji

私のモチベーションを上げてくれるのは炭酸です。私はお酒が弱いので日常で飲むことはあまりないです。せいぜい金曜日の夜に1缶ぐらい飲むぐらいで、それ以外はほとんど飲みません。しかし炭酸は毎日飲んでも大丈夫です。家でも凍るか凍らないかぐらいのギリギリまで冷やした状態にして飲んでます。炭酸なら何でも好きですが、特に好きなものは麒麟のメッツのグレープフルーツ味です。糖分を取りすぎない気もしておりますが、やめられません。炭酸水は飲めないで今後どうするか少し悩んでいます。



尾身 はる香
Haruka Omi

最近では自分のモチベーションを上げるために在宅勤務終了後、音楽を聴きながらランニング、ラン後は足がガクガクするまでジャンプスクワットをしてちょっとだけクランプ、その後プロテインを飲む、という一連の流れを度々行っています(笑)頑張った自分に自信もつ上、何といっても翌日の筋肉痛が気持ちいい！笑そして一日の反省や色々な事を考えられるので妄想族の尾身には大事な時間です。考え事をして走ってるとずーっと走れる気持ちになるのは私だけでしょうか(‘_’)大好きなK-POPを口ずさみながら今日もひとつ走り行ってきまーす！



中西 亮子
Ryoko Nakanishi

モチベーションが上がるのは、やはり美味しいご飯！！です！(^^)特にランチは仕事での息抜きにもなって良いですよ！昔都内で働いていた際は、毎日のお店でランチをしようかドキドキわくわくしていました♪今はテレワークなので、家ならではの野菜多め・健康志向のランチを心掛けています。以前タイに駐在していた頃、ランチは毎日外食でした。タイはあまり自炊文化がなく、安くても美味しい食堂や屋台が沢山の外食天国なのです！また美味しいタイ料理を堪能に行きたいですが、もうしばらくの辛抱ですかね…(;▽;)



山口 ひろこ
Hiroko Yamaguchi

人生長く生きてると、生きるモチベーションが変わってきますね。若い頃は、自己投資や自分の為になること、自分が認められる事、といった【自分】を高められる事がモチベーションでしたが、人生40年も生きてると、自分の為よりも、他人の為に何かをする方が、自然な感じがして、よりモチベーションになります。子供が小さい為、子供の成長に良い事と、家族以外への貢献の間に利害関係がどうしても発生してしまうので、自分の中で答えを模索しながら、日々皆様の役に立つ事をモチベーションとしながら生きています！



清水 有美
Yumi Shimizu

行きつけの焼肉屋さんで焼肉を食べることです！特に、「これからがんばる！」と家族に宣言するとき、「すごくがんばれたよ！協力してくれてありがとう」のときに家族で行きます。翌日からいつも以上のパワーがでます！一番のお気に入り、激辛ホルモンです。お酒は飲めないで、白ご飯にのせてパクリ。想像するだけでよだれが…(笑)。娘が生まれる前は、少し贅沢して、カウンターのお寿司屋さんとか美味しいステーキ屋さんに行っていました。5歳の娘が大きくなったなら、行きたい！そんな日を夢見て日々がんばります！

SOME·RIZE & MAKEIT HISTORY

📷 思い出のこの一枚

A PHOTO OF 'MEMORIES



今月の一枚

幼稚園年長のお遊戯会の猿蟹合戦
での一枚。役は、最後の締め役の白
役です（笑）懐かしい^^

by 公士郎

今月も最後までお読み頂きありがとうございました。

税理士法人サム・ライズ 未来会計法人メイキット株式会社

次号も
お楽しみに



☆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: <https://some-rize.jp/> 発行編集責任者：林 亜由美