

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

January 2022

公士郎版 Vol.40



新年明けましておめでとうございます。今年もおしどり通信にお付き合い宜しくお願ひします!! 子供の頃、走るのが大好きだった林公士郎(こうじろう)です。

1月と言えば箱根駅伝です。マラソンに毎年出場している妻の影響でかれこれ15～6年中継を見ています。結構、埼玉の大学が毎年2～3校出場していて、応援にも熱が入ります(笑)。



話は変わりますが、今年の社会人のニューイヤー駅伝で埼玉のHondaが初優勝しました!! おめでとうございます! 埼玉県人としては幸先が良いスタートができた2022年～と微笑むお正月となりました(笑)。



「一年の計は元旦にあり」

ところで、会社では毎年「仕事」と「個人」で成し遂げたい目標を決めて、それを毎年仕事初めに宣言してチャレンジしていきます。因みに1年前の目標が

1 1キロ8分台で歩きたい!!

それには筋肉量を増やし、トレーナーのお客さんを持ち、早く歩ける様な道具を揃える。

2 本当の情報を知り、常識を疑いより良い人生を目指す!!

1 はトレーナーを実際にお客さんにもち、トレーナーから筋膜リリース(筋肉を伸ばしてもらい)をしてもらい1月の下旬に達成、あまりに早く達成してしまったので2月から坂道(全部で1キロ位)だけランニングを始めました。

そうこうしてるうちに妻から「河口湖1週(18キロ)を走ってみない」との誘いがあり、人生で長距離を走っ

たのは高校生の時に10キロ、5～6年前に小江戸川越ハーフマラソンで10キロを2回しかありませんが、丁度良い距離なので二つ返事で「参加します!!」と(笑)。

少し経ってから申込を行ったところ、「河口湖1週コースはもう定員一杯で締切、フルマラソンなら空いているけどどうする?」(まあ～歩いて良いので参加してみよう)「じゃ～申込宜しく」が3ヶ月前、そして、申込んだ後に聞いたのがあ～「制限時間が6時間…何と1キロ7分位で走らないとだあ～(どうするGOする?笑)」そうだあ～! 私のトレーナーさんは学生時代に長距離を走っていたので、マラソン完走出来るか聞いてみよう!

ト「3ヶ月あればぎりぎり何とかかなりますよ!!」

公「では言われは通りのトレーニングするので、方法を教えて下さい!!(笑)」

マラソン完走するコツは、先ず「**心臓を強くする事**」「**体重を落とす事**」「**マラソン時の栄養補給**」の3つだそう。その教えを胸に刻み早朝練習に勤しむ、2か月を経過する頃には走る距離を27キロまで延ばすことが出来、これなら完走出来る自信がついた矢先、左足の人差し指を捻挫、何事もやりすぎはいかん事を学ぶ。

2週間休み、4キロ・10キロ走り本番へ! コースはアップダウン激しく標高が高いので初めから心拍数上がりばなし(笑)。全く練習の様な走り出来ず(汗)取り合えず37キロで走れなくなりラスト5キロは歩き、うん～こんなもでも満足。毎年何でも良いので向上していきます～(笑)。



初参戦フルマラソン 感動のゴ～ル!

2 については、千葉県知り合いから色々な情報を毎日頂きました、常識こそ非常識だと感じる年となりました!! 2022年始まりました、色々変化が多いと面白い年になると個人的には思っています。変化に期待!!(笑)。

今年の初めに立てた目標はまともに歩く事、まだ膝が本調子ではありません。今年は42.195キロ完全走り切りたいです…皆さんは今年は何か目標を立てましたか?

今年も1年宜しくお願いします!!

OSHIDORI STAFF 通信

Staff Monthly Column No.43 By Masato Shoji



私の部屋 シリーズ

第43話

東海林 将斗 編

こんにちは！サム・ライズスタッフの東海林将斗です。あけましておめでとうございます！本年も宜しくお願い致します。

庵野秀明 HIDEAKI ANNO EXHIBITION 展



昨年末に友人から誘われて「庵野秀明展」へ行ってきました。国立新美術館で開催されていたので都内へ久々の外出となりました。



庵野秀明展は、日本のアニメーターの庵野監督の創作活動に触れることのできる展覧会で、過去、現在、そして未来に分かれての展示がされていました。

公式HPには『庵野秀明をつくったもの 庵野秀明がつくったものそして、これからつくるもの』という表記がありましたが、過去で

は原点として幼少期のころに影響されたものが展示され、現在ではエヴァンゲリオンなどの絵コンテや模型などの展示がされ、未来では『シン・ウルトラマン』、『シン・仮面ライダー』などのこれから作成していくものが展示されていました。

訪れる人は自分と同じ年代の人ばかりかと思っ
ていましたが、実際は老若男女問わず、様々な年代層で構成されていました。私自身は庵野監督の熱狂的なファンというわけではないのですが、当時の資料や絵コンテなどを見ると映像への登場が一瞬しか出てこない小道具や構造物などにも設定がしっかりと練られているのが感じ取ることができ、鑑賞していてとても楽しかったです。しかし、私は前半の過去の展示物をじっくりと鑑賞しすぎて、現代の絵コンテなどの展示物の時には腰が痛くなってしまい、後半は駆け足でみることになってしまいました。自身の非力さを痛感致しました。



滞在時間は大体2時間ぐらいでしたがとても充実した時間を過ごすことが出来ました。出口付近に物販があったのでTシャツとクリアファイルを購入し、その場を後にしました。

その日は寒かったので帰りにモツ鍋？を食べて帰りました。店内はとても狭かったのですが、鍋を囲むのではなく、定食のようになっていたのでサクッと食べれて良かったです。最近の休日は家にいることが多かったのですがとても良い気分転換になりました。誘ってくれた友人に感謝です！



2022 開催します！

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！

塾の様子を公開中！

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
未来会計法人メイキット 代表取締役

中小企業経営者のための実践塾 & これから起業を考えている方も大歓迎！

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ので、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 **2022 1月スタート** 全日程 14:00 スタート

1/20【木】 3/17【木】 5/19【木】

詳細・お申込はWEBにて <https://www.smc-g.co.jp/all-seminar/manage-seminar/11999/>



あけましておめでとうございます！

年末年始はみなさんゆっくり出来ましたか (*'ω'*)

今年の干支、トラは「決断力と才知」の象徴とされているそうです！

コロナでなかなか会えなかった人とも、今年は会いタイガー（笑）。

2022年もサム・ライズグループをどうぞ宜しくお願い致します。

今月のお題 **2022年 今年の抱負**



小笠原 恵美
Emi Ogasawara

あけましておめでとうございます。今年もどうぞ宜しくお願い致します。今年の抱負は、【今までになく充実した1年を過ごす！】一昨年・昨年とコロナ禍と言う良い言い訳をしている中で、ダラダラと過ごしていました。それなりにその生活も楽しかったのですが、ダラダラと過ごした自分に後ろめたさを感じつつ……。そこで！！今年はやりたい事を全て実現させます。やりたい事の一例ですが、大好きゴルフを月1行く！本を毎月読む！等・頑張るぞ！！



尾身 はるか
Haruka Omi

今年の抱負は【笑顔の伝染】です！コロナ感染で話題となったオミですが（笑）2022年は尾身が周りの人をも巻き込むほどの笑顔で毎日過ごせるよう意識して生きたいと思えます！今まで色んなことがありましたが、その色んなことがなければ私はこのおしどり通信をご覧になってくださっている方々にも出会うことが出来なかったんだ~と思うと、全てに感謝だと感じます。ご縁あって繋がれた皆さんと一緒に、笑顔爆発の年にしていきたいです！よし！まずは出勤の度に足が撃ってしまうこのダラケボディを鍛えるぞー！←これも今年の抱負です！笑



瀬川 舞子
Maiko Segawa

2022年の抱負は【時間の使い方を工夫する】です。毎年同じようなことを反省しては抱負に挙げているような気がしますが、昨年は「ちょっと待って」が多かったようで「忙しいもんね」と何度か息子から言われてしまっていてガツンと来ました涙。まずは自分の口癖から意識していきたいです。1日24時間はみんな一緒なので、色んな人をお手本にしながらか気持ちも環境も整理整頓しつつ、しっかり家族時間も重ねて行きたいと思えます！そして健康第一！今年もよろしくお願ひいたします。



東海林 将斗
Masato Shoji

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひ致します。お題は今年の抱負とこのことですが、「読書・旅行・運動」です。毎年掲げているような気がしていますが、去年は特にダメでしたねー。今年こそは「虎」頭蛇尾にならないように年始から年末までしっかりと気を付けて日々を過ごしていこうと思っております。とりあえずは旅行先でスポーツをして移動中に本が読めるような計画を立てることが出来れば最高ですね。こんな私ですが、あらためて今年もよろしくお願ひお願ひ致します。



城下 楽晴
Yoshiharu Jyoka

皆様お世話になっております。私の2022年の抱負は資格の取得とダイエットでございます。仕事と勉強を両立し、税理士になるべく精進してまいります。また健康な体になるべく、ダイエットも継続して行ってまいります。散歩だけでなくジョギングや食事制限なども行いたいと考えております。1月は一層寒さが厳しくなりますので、どうか皆様も健康にお気を付けくださいませ。引き続き2022年も皆様のお役立てるよう精進してまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。



荒井 梨奈子
Rinako Arai

あけましておめでとうございます。昨年は入籍いたしました、沢山の方に祝福いただき幸せいっぱい年でした。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。今年、なにげない日常を幸福に！過ごしていきたいです！今計画しているのは、「川辺で最高のコーヒーを」です！お家の近くに川がたくさんあるので、休日の朝ごはんを川辺で食べようと計画中です。キャンプ用のイスなどを吟味して買い揃え中です。



山口 ひろこ
Hiroko Yamaguchi

あけましておめでとうございます！子供達が赤ちゃんではなくなってきたので、少しずつ子育てが楽になってきました！まだまだ、自由な時間は少ないですが、今年は私の趣味の為の時間を作れたらなって思っています。まずはゆっくり本を読んだり散歩したりから始めたいと思います。陶芸も昨年末から始めました！！子供が産まれる前は、オーケストラに所属していて本当は復帰したいのですが、楽器を相当練習しないとなので、この趣味はもう少し子育てが落ち着いたらにします！充実した1年になりますよーに！



清水 有美
Yumi Shimizu

明けましておめでとうございます！みなさんはどのような年明けでしたでしょうか？さて、我が家の年始の恒例行事の一つに書き初めがあります。1年の目標を漢字1字で表し、その文字を書きます。さて今年は、彩りの「彩」。彩りの意味の一つに「おもしろみや変化を求めて工夫を凝らすこと」があります。仕事もプライベートも昨年より+α工夫をして楽しみたいと思っています。今考えているのは、仕事に関係する資格の勉強を始めて、資格の取得をする、毎月1回は季節を感じる食事を作るです。これが私の今年の抱負です！

謹賀新年



2022

今年も、サム・ライズグループをよろしくお願いいたします。

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



☆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 1-16-4 カワイビル 2F 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