

### 「ストレスと上手く付き合う方法」(掃部)

ある日の新聞記事。人は少なからずストレスを抱えている。生活の中では常にストレスの原因となる事象が発生している。例えば、朝起きてその日着る服を選ぶという行動もストレスになる。私はこの記事を読み、衝撃を受けました。朝起きて服を選んで着る→感覚や気分と服がズレていたら着替える。私はこの行動をストレスだという自覚はありませんでした。しかし身体にとってはストレスの原因となっているかもしれないと考え、選ぶ必要がなくなるよう50着以上の服、10足以上の靴とお別れをしました。そして、服装の制服化を目指し準備を進めています。確かに、決まった服を着ると朝の気持ちに余裕ができます。

写真は、スラックラインをしている様子です。身体の衰えを確実に感じられます。普段の無機質に囲まれた生活とは異なり、緑いっぱいの自然の中で身体を使って遊ぶとエネルギーチャージされた感覚になりました。

適度なストレスは、集中力やパフォーマンスの向上にもつながります。ストレスと上手く付き合えるといいなと思いながら日々過ごしています。



## 知っどこ! 「税」の マメ知識

### 今月のマメ知識：【固定資産税が6倍になるかも！？】

「固定資産税」は、誰もが耳にしたことのある税金のひとつではないでしょうか。しかしその計算方法や節税方法について詳しく知っている人は少ないかもしれません。固定資産税は課税標準額に1.4%の税率を乗じて



計算します。この課税標準額を減額する方法のひとつに住宅用地特例という措置があります。これは住宅用地のうち住宅1戸につき200平米までの部分を「小規模住宅用地」といい、課税標準額が評価額の6分の1となる制度です。しかし2023年12月13日に施行された法律により、空き家を所有している人で、次の場合にはこの特例措置を受けられないこととなりました。それは空き家の管理を適切にしておらず、倒壊の恐れや衛生面の危険性など近隣への被害が懸念される「特定空き家」に指定された場合や、その前段階の「管理不全空き家」として行政から勧告を受けたにもかかわらず、改善がなされなかつた場合です。そのため必要に応じて売却、取り壊し、賃貸などの選択肢を検討してみましょう。

## 世界の偉人伝

### 今月の偉人：【チャップリン】

チャップリンは20世紀の「喜劇王」で、イギリス出身の映画監督・俳優です。貧しい幼少期を過ごし、25歳で映画デビュー。ちょびヒゲに山高帽、ステッキ姿で人気を博しました。その後『モダン・タイムス』『殺人狂時代』などで庶民の悲しみや怒りを表現し、痛烈な風刺が効いた無声映画の傑作を数多く輩出しました。赤狩りによりアメリカを追放されたものの、20年後にはアカデミー賞を受賞しました。「ロングショットで見れば喜劇」と捉えた人生を、精力的に生き抜いた人だったのです。

## 気軽に Let's 英会話

### 今月のキーワード：【cut】

6月から定額減税が実施されますね。「減税」は“tax cut”といいます。「カット」という言葉は、髪を「切る」や、紫外線を「遮断する」などの際にも使われるくらい、日本語でもなじみがあります。この“cut”の後ろに「人+off」を付けると「断つ・さえぎる・切り離す・勘当する」などの意味になります。“Don't cut me off! I'm still talking!”は「話をさえぎらないで！まだ私がしゃべっているんだから!」、 “My dad cut me off.” 「父さんに勘当されたよ」といった具合です。



### 今月のトピック：【バインミー】

ベトナムのサンドイッチであるバインミーの専門店が増えています。やわらかいフランスパンにレバーペーストを塗り、野菜や肉などをはさんだバインミーは、なますに似た甘酢漬けが味の決め手。日本人好みの味わいに豊富なアレンジで、ヘルシーな食べ物として人気です。在留ベトナム人の増加と共に、ソウルフードが根を下ろしています。



### 才人の言葉

壁は全て  
自分が作っている

日本の解剖学者・作家である養老孟司の言葉。もしも壁ができれば「逃げる」でも「乗り越える」でもなく「楽しむ」はどうだろう。本物の自信が育つかも知れない。

お米を炊くときは、沸騰するまでの時間が長いほうが甘みは増し、よりおいしくなるといわれています。そこで炊飯器でお米を炊くときに氷を入れてみましょう。氷の量は、1合につき氷のキューブ1個が目安です。その際に氷の分だけ水の量を減らすのを忘れなく。

知得する知恵代表

### 振り向けばあそこにも「商売のヒント」ここにも

#### 今月の商売のヒント：【世間は何を見ているか？】

会社の衰退の要因は色々ありますが、その中でも「社員の姿勢」は重要な役割を果たします。特に「素直さ」や「誠実さ」に欠ける姿勢は結果的に顧客軽視となり、会社の命運を左右することがあります。素直さとは、新しい知識や技術を学び、自己改善を図る基盤です。素直でない社員は批判を受け入れられず、成長の機会を逃します。これは組織全体の進歩を妨げる要因となり得ます。誠実さは、信頼関係の構築に不可欠です。誠実でない社員は、同僚や顧客との信頼を築くことができず、結果としてチームワークや顧客満足度の低下を招きます。ここまで読んで、特定の社員の顔が浮かんだ人もいるかもしれません。「だからあいつは顧客のウケが悪いし、そのせいで会社の評判が下がっている」といった感じでしょうか。けれど周囲や世間の人、あなたと違った見方をしているかもしれません。すなわち、社員の姿勢は経営者の姿勢。一番見られているのは経営者自身というわけです。では、経営者にとっての素直さ、誠実さとは何でしょうか。まず素直さは、自分の意見や考えに固執せず、他者の意見や新しい情報を受け入れる柔軟性だと思います。こうした姿勢の経営者は、常に学び、自己改善に励み、組織の成長に貢献しているのではないのでしょうか。次に誠実さは、言動が一致して、正直で公正な行動を取ることだと思います。誠実な経営者は、社員のみならず、顧客やビジネスパートナーとも三方よしの関係を築いているように思います。キャリアが長くなればなるほど失われがちな素直さ、誠実さですが「実るほど頭（こうべ）を垂れる稲穂かな」の姿勢でありたいものですね。



### トナリの本棚

#### 【あのとき売った本、売れた本】

紀伊國屋書店の名物書店員・小出和代のベストセラー回顧録。無名時代の東野圭吾や『ハリー・ポッター』の買い取り裏話など本好きにはたまらない一冊です。



#### 船越税理士法人

〒620-0054

京都府福知山市末広町 1-1-1 中川ビル 3 階

TEL: 0773-22-3708 FAX: 0773-22-7343

<http://www.f-office301.com>

E-mail: [info@f-office301.com](mailto:info@f-office301.com)

皆様のご感想をお待ちしております◎◎◎◎◎◎◎◎