

ビジネスと生活を応援するSBLの事務所通信

# SBL 通信



Support  
Business  
Life

No. 39

2013年07月号

お知らせ  
事務所窓から  
七転び八お記  
TAX TOPICS  
Bi 食倶楽部  
縁日の金魚  
夏の感染症について  
熱帯夜を快適に



# お知らせ

## <お盆休み>

あっという間に、1年も半分以上過ぎてしまいました。まだまだこれからが夏本番というところでしょうか？

今年のSBLのお盆休みは8月13日から16日とさせていただきます。お休みさせていただきます間、皆様にはご不便やご迷惑をおかけします。なお、8月19日より通常営業いたします。

### 夏季休暇

8月13日(火)  
8月14日(水)  
8月15日(木)  
8月16日(金)

## 事務所窓から

『七転び八お記』でも八木がお知らせしていますように、6月末に八木の共著本「身近なエピソードから学ぶ 相続のはじめ方」という本が出版されました。誰にでも起こるであろう「相続」の問題、実際にあったさまざまなエピソードをもとに「相続」をわかりやすく解説した本となっています。



## 七転び八お記

皆さん、こんにちは。

この6月27日に書籍「身近なエピソードから学ぶ相続のはじめ方」が発売されました。この本は、11名の税理士・弁護士の共同で執筆した、いわゆる“企画モノ”です。相続税の改正や団塊の世代の高齢化により、今まで相続税や相続の問題に関心がなかった方がターゲットです。

私は、今まで銀行向けの業界誌には多数寄稿してきましたが、一般書籍という形では、税理士となってから初めてです。

### きっかけ

私が、執筆に関わることになったのは、26歳の夏。2年間の税理士試験の受験浪人を終え、試験休みをもらえる会計事務所を最優先に就職活動していた時のことです。

3社ほど面接を受けましたが、試験休みをもらえる事務所は神戸のT会計事務所のみでした。その事務所は所長先生が積極的に本を執筆されてましたので、受かりたい一心で最終面接の時にとっさに『執筆に興味があるのでやってみたい』と発言しました。



### きっかけをチャンスに

試験休みの有無で就職先を選んだのであって、執筆業務をやりたいからという動機ではありませんでした。しかし、ものは考えようで文章をうまく書けるようになれば、頭の中がうまく整理できる、説明をするのが上手くなる、自分で本を出して有名になれるかも!というように考えるようになりました。

そして自ら積極的に働きかけた結果、その事務所で執筆に関する仕事が回ってくるようになりました。決して得意ではなかった文章を書くということも、継続して仕事をこなしていくうち、慣れていきました。現在は文章をわかりやすく書くことに関しては、26歳の時よりもずっと上達していると感じます。

### はじめの一步が大きな一步に

こうして振り返ると、何かを得るためのチャンスは、ひよんなキッカケから始まると思います。そのきっかけも、今までの考え方を換え、行動に移さなければ何も始まりません。

そして自分の執筆する書籍を出すという、26歳の時には夢だったことも実現しようと思えばできるポジションにいます。今回、躊躇もあつた本の執筆に関して共著といえども大きな“一步”を踏み出したと言えます。(八木)

# 夏の感染症をっレテ

暑くて長い夏がやってきました。今回は、夏に流行る感染症についてご紹介したいと思います。

## 体力が弱ると感染しやすい

体が元気で体力がある時は大丈夫ですが、暑さが続き、体調を崩しかけているようなときに注意したいのが感染症です。感染症とは、ウイルスや細菌、真菌、微生物などが皮膚や粘膜などから体内に侵入して増殖し、さまざまな症状を起こす病気のことです。夏のウイルス性感染症の発症時期は5月から8月といわれ、主な症状は胃腸が不調になることで、体全体の免疫力がダウンするため、長引くことも多いです。

夏に流行する代表的な感染症は以前に取り上げた食中毒ですが、その他にも夏に多いのがウイルスによる感染症です。主な症状などは胃腸の調子が悪くなるほか、水疱が出来たり高熱が出る場合もあります。子供の場合はプールの後によく目や体を洗わないことや、タオルの貸し借りなどを

通じて、人から人へと感染者を増やし、そこから大人にも感染が広がっていくのが夏場の感染症の特徴です。

## 家庭でできる感染症予防

- ①外出先から帰ったら手を洗うこと。(爪の間などしっかりと丁寧に洗う。)
- ②アウトドアなど、外での食事の支度時は、念入りに手や食材を洗う、食材に十分に火を通すなど衛生管理につとめる
- ③休養を十分にとり、栄養バランスがとれた食事をするようこころがける。特に粘膜の材料となるたんぱく質や、免疫細胞を強化するビタミンA・C・E、腸を元気にする乳酸菌や食物繊維などを意識して摂るようにする。
- ④日焼けをして肌が乾燥すると免疫力の低下につながるため、日焼け後はローションなどで保湿する。

感染方法は咳やくしゃみなどの飛沫感染のほか、便とともに排泄されたウイルスが口から入って感染することもあります。気になる症状が出たら早期に医療機関を受診して下さいね。(名倉)

感染症名	主な原因ウイルス	症状など
手足口病	コクサッキー A16 コクサッキー A10 エンテロウイルス 71 原因であるウイルスは10種類以上ある	手足の水疱と口内炎ができる夏風邪の一種。胃腸風邪ウイルスからくる少々の下痢の症状を伴う。初日から2日目に熱が出るが、それ以後熱は出ず、5日ほどで症状は回復する。髄膜炎になることもあり注意が必要。
リンゴ病	パルボウイルス B19	咳、鼻汁、微熱など軽い風邪の症状が出る。その後赤い発疹がほおの辺りに出て、手足にまで広がる。予防接種で防げず不明な部分が多い病気。
ヘルパンギーナ	原因ウイルスは多数あるといわれているが、主にコクサッキー A 群だと考えられている	高熱が長く続き、のどの奥に口内炎ができる特徴がある。予防接種はないので毎年発症する子供もいる。
風疹	風疹ウイルス 	初春から夏の終わりにかけて多発。発疹が胸と顔から広がり、リンパ腺が腫れるのが特徴。多少の熱が伴うが、4～5日で症状はひいていき2週間ほどで感染期間が終わる。症状がひくまでは幼稚園・学校を休ませるようにする。また妊娠中に風疹にかかると障害をもった子どもが生まれる確率が高いとされているので十分な注意が必要。

## 特定・一般 口座

上場株式や株式投資信託等の  
配当金及び売買益等の税率が

**20** %に変更されます  
2014年1月から

### 少額投資非課税制度 (NISA) について

すでに証券会社のCM等でご存じの方もいらっしやるかと思われませんが、2014年から日本版NISA(=少額投資非課税制度)が始まります。

株式や投資信託で得た利益に対する10%の軽減税率は今年の年末に廃止され、20%に戻ります。代わって登場するのがNISAです。

### NISAとは?

NISA(="ニーサ")とは、少額投資非課税制度の愛称で、NISAは、イギリスのISA (Individual Savings Account="個人貯蓄口座")をお手本に導入された制度です。イギリスでは国民の約4割がISAを利用し、広く国民の資産形成・貯蓄の手段として定着しています。(NISAのNは、NIPPON(日本)のNを意味します。)

NISAは、2014年1月から導入され、毎年100万円を上限として新規購入する株や投資信託の配当金や売却益を最長5年間にわたって非課税にする制度です。

知らない税金面で損となるので、すでに投資をしている方や、これから投資を始めようとしている方は、ぜひ活用してみたいはいかがでしょうか?

### NISA口座の開設

現在、証券会社などに口座(特定口座、一般口座)をお持ちの方も、新しく「NISA口座」を開設し

## NISA 口座

NISA 口座で購入した  
上場株式や株式投資信託等の  
配当金及び売買益等が

**非課税**  
年間 100 万までの購入

なければ、NISAを利用することができません。

NISA口座の開設には、非課税適用確認申請書や住民票の写し等の書類の提出が必要となります。

NISA口座が利用できる銀行や証券会社などの金融機関は、一人1社だけです。銀行や証券会社によってNISA口座で取扱う商品は異なり、一度開設した口座は、最初の4年間(例えば2014年1月1日に開設した場合、2017年12月31日まで)は、他の銀行や証券会社に変更・開設はできないので口座開設に当たっては、各社の情報を吟味したうえで、検討しなければなりません。

### 非課税枠を賢く使う方法

口座の利用限度額(非課税枠)は一人年間100万円とされており、売却などで空いた100万円の非課税枠を利用して、再度上場株式や株式投資信託等を買付けることはできません。

またNISA口座で例えば1年間に60万円分しか使わなかった場合、翌年に残りの40万円分を繰り越すことはできません。ただし、翌年の1月以降であれば、新たな非課税枠により、また100万円まで上場株式や株式投資信託等の買付けができます。

この制度は、短期売買を繰り返して非課税枠を使いきってしまうよりも、一度購入したら持ち

続ける投資をするほうが使いやすそうです。ずっと保有して、長期投資向けの株や投資信託を買うのがいいかもしれませんね。仮に順調に株価が上がったとしても、5年目を迎えた時に、新しい“非課税枠”を使って再び5年間の非課税状態とすることも可能です。(田村)

非課税対象	上場株式や投資信託等の売買益や配当金(分配金)
非課税投資枠	新規投資額で毎年100万円までを上限
期間	最長5年間(売却しても非課税枠の再利用はできません)
投資総額	最大500万円まで(はじめは100万円から)
制度継続期間	2014年から2023年までの10年間(毎年100万円ずつ非課税枠の設定ができる)
NISA口座資格者	20歳以上

# 2014年1月から導入される「少額投資非課税制度」

## 非課税期間5年が終わるとどうなる？

投資を継続する場合の選択肢は次の2つとなります。

- 新たな非課税枠(NISA口座)への移行
- 特定口座や一般口座などの課税口座への移行

投資を継続しない場合は売却して投資を終了する事も出来ます。もちろん非課税期間終了前でも課税口座移行後でもいつでも売却は可能です。

ただし課税口座移行後は配当金や売却益などについては課税されます。

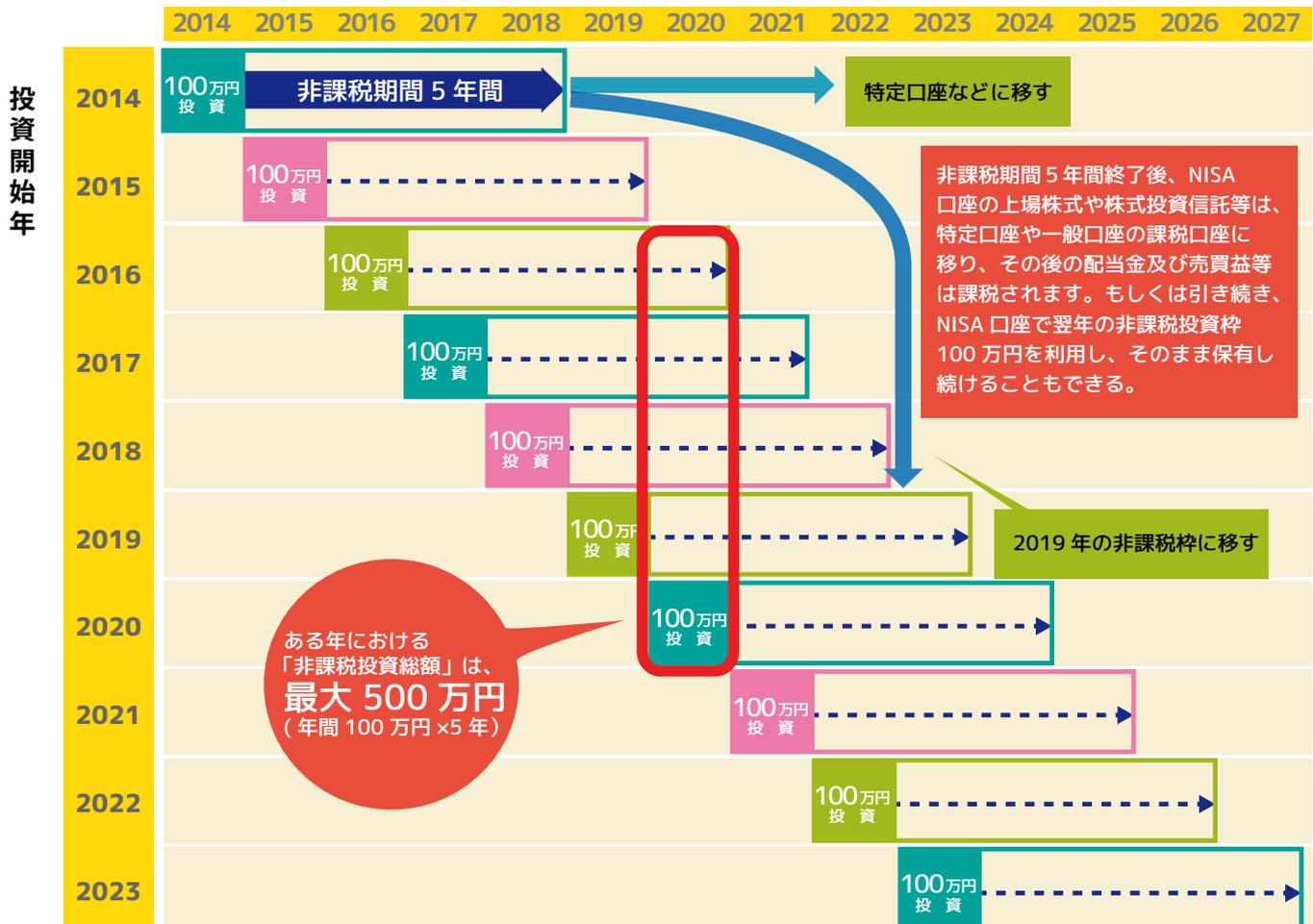
## 期間終了後に課税口座に移した場合の注意点

**ケース1) 非課税期間に保有資産が値上がりした場合**  
投資した100万円が5年後130万円に値上がり、課税口座に移した場合、新たに130万円で購入したとみなされます。その後170万円に値上がりした時点で売却したとすると、40万円(170万円-130万円)の利益に対して税金(20%)がかかります。

**ケース2) 非課税期間に保有資産が値下がりした場合**  
100万円が5年後に30万円に値下がり、課税口座に移した場合、新たに30万円で購入したとみなされます。課税口座に移した後値上がりすると当初の購入時から見て値下がりしている場合でも課税対象になってしまうので注意が必要です。

## NISA利用時の留意点

- ・ 国債、社債、公社債投信の購入はできません
- ・ すでに持っている株や投信のNISA口座への移転はできません  
NISA口座は新たに購入した株式や投資信託などが対象となる為、現在他の口座で保有しているものをそのまま移転することはできません。
- ・ 非課税枠(100万円)の未使用分の翌年への繰り越しや売却した非課税枠の再利用は不可
- ・ NISA口座以外の取引(特定口座等)との損益通算や損失の繰越控除はできません  
NISA口座で生じた売買損失は、課税される他の口座(特定・一般口座など)の収益との損益通算はできず、また損失の繰り越し控除もできません。



口座開設可能期間は 2014 年から 2023 年までの 10 年間

詳細は日本証券業協会 HP を参照

夏の楽しみといえば花火や夏祭りなどたくさんありますが、小さい頃、家でかき氷を作るのも楽しみの一つでした。

### かき氷の歴史

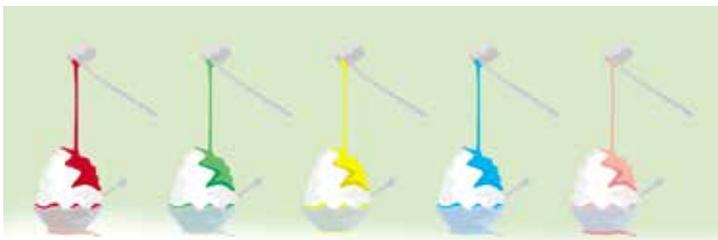
かき氷の歴史は意外に古く、史実での一番古い記録は平安時代の清少納言が書いた「枕草子」に出てくるそうです。ただ、その頃には氷を保存しておく冷蔵庫もなく、削る機械もないので今のかき氷とは少し違うのかもしれませんが。今のような形になったのは明治に入ってからで、戦前のメニューは削った氷に砂糖をふりかけた「雪」か、砂糖蜜をかけた「みぞれ」、小豆餡をのせた「金時」が定番メニューだったようです。

### 各地のかき氷

山形県山辺町周辺ではところてんなどに用いられている酢醤油をかける「酢だまり氷」というのがあるそうです。他にもかき氷に赤福の餡と餅、抹茶仕立てのシロップをかけた伊勢の「あかふく氷」や、ミカンやパイナップルの缶詰などの果物を盛り込み、小豆を乗せ、練乳をかけた鹿児島発祥の「白クマ」などが有名です。

### アイスクリーム頭痛

かき氷を食べたときに「キーン」と頭が痛くなる症状は「アイスクリーム頭痛」という医学的な正式名称があります。「キーン」となるのが苦手な人は「少しずつ食べる」と頭痛を避けられる可能性が高いようです。それでもなってしまった場合は、氷水など冷たい物を10秒間おでこに押し付けます。たったこれだけで、かき氷を食べた時の頭痛を簡単に治すことができるそう。痛くなるのは、冷たさの刺激と痛みの刺激を神経が勘違いして脳に伝えているため、冷たいものをおでこに当てることにより、冷たい刺激が脳に伝わり、痛みが無くなるそうです。アイスクリーム頭痛は「暑い場所で」「急激に」食べることが発生の主な要因なのでゆっくりと味わいながら食してくださいね。(古川)



# 縁日の金魚



さて今年もついに夏がやってきました。夏と言えば夏祭り!夏祭りには浴衣姿と金魚。日本の夏を感じずにはられません。

今回は夏の風物詩、金魚についてのお話です。

### 金魚の歴史

今から約2000年前、中国南部地方で野生のフナの中から赤色のものが発見され、これを原種として変種の選別淘汰の末、今日の金魚に至っています。金魚の産地は日本の各地にありますが、愛知県弥富市、奈良県大和郡山市、江戸川下流域が金魚の三大養殖地として知られています。その中でも奈良の大和郡山市は、全国の現在の金魚産地の中でもっとも古い金魚養殖の歴史を持っています。

### 夜店の金魚を長生きさせる方法

夜店の金魚を長生きさせるのを難しいと感じたことはありませんか?私もお祭りで持って帰った金魚が長生きした事ありません。せっかく持って帰った金魚を少しでも長生きさせたい!そんな方法をご紹介します。

- ①大急ぎで家に帰りましょう。
- ②事前にカルキが抜けた水を作っておきます。バケツに水を汲んで外に2〜3日おいておくとカルキが抜けます。
- ③水槽に入れる前に、温度を合わせるために金魚のビニール袋を15分ほど水槽の水にぷかぷか浮かべます。
- ④涼しい所に水槽を置く。直射日光もNGです。
- ⑤水替えは3週間に1回、3分の1ずつ。
- ⑥エサの量は2〜3分で食べ切る位。始めは少なめにしたほうがよいでしょう。

金魚は水汚染にとっても弱いのですが、縁日の当日に水槽と水の準備なんてしてるはずもなく、『どうしよう・・・』という経験はありませんか?

そんなときにお役立ちなのが「**ビタミンC入りのアメ**」。バケツか洗面器を用意し、金魚の体内浸透圧と同じ濃さ(約0.5%)の塩水(水1リットルに塩小さじ1杯)を作り、ビタミンC入りのアメを少し溶かします。アメに含まれているビタミンCがカルキを中和してくれるんだそうです。この「塩水浴」で一時的に非難させている間に、ちゃんとカルキ抜きした水を用意してあげてくださいね。(下村)

# 熱帯夜を快適に

## 熱帯夜が続く時

毎日、これだけ暑い日が続いていると、ぐったりしていませんか？夜も気温が下がらず暑くて寝苦しいと睡眠不足になりやすく体調を崩しがちです。

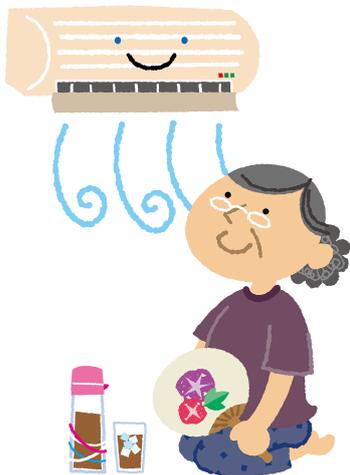
25度以上になると熱帯夜と呼ばれ、ヒートアイランド現象により、特に都市部で顕著に増加しています。ここ数十年、毎年その日数は増える一方です。今の時代、節電も気になるところですが健康を維持するためには夜間の温度調節は必須。夏に快眠できる室内温度は26～28度だそうです。

しかしエアコンをつけっぱなしにしていると体がだるくなったりしやすいので、極端に温度を下げず、体の冷えすぎに気をつけましょう。5度以上の温度変化が繰り返されると自律神経が乱れ、様々な不調を引き起こします。エアコンだけではなく扇風機やサーキュレーター等を併用し、空気を循環させると節電にもなり、温度を効率よく下げることができます。

また、寝ている間も人はとてもたくさんの汗をかきますので、まめに布団を干して湿気が部屋にこもらないようにしましょう。

そして夏でも簡単にシャワーだけですませずに、しっかりと湯船に浸かる事が大事です。38～40℃のぬるめのお湯に20分ほど浸かっていると、皮膚の表面温度は上がりますが、実は手足の血管が開いて体内の深部体温が下がりやすくなります。ポイントは眠る『2時間ほど前』に入ること。

## 夏の風呂上がりをサッパリと



しかし、風呂上がりはとて汗が出て、汗を流してスッキリするはずが、べたべた嫌な気分になる時があります。そこで風呂上がりにさっぱり出来る方法をいくつかご紹介します。

## ミョウバン水

ミョウバンは、漬物の発色剤や麺のかんすいとして広く使われている食品添加物です。スーパーや薬局では、60g～70gで100円程度で売られています。水道水を入れた1.5Lのペットボトルを用意し、そこに50gの焼きミョウバンを入れるだけ。ただしミョウバンはすぐには溶けないので、涼しいところで2～3日置く必要があります。このミョウバン水原液を、お風呂の中に50ccほど入れます。これで「ミョウバン風呂」の完成です。夏は汗がさっと引き、皮膚炎、あせもや水虫、冬は冷え性や肩こり、最近では「アトピー性皮膚炎」の人にも効果があるとか。

## 重曹水

通常の浴槽、200Lのお湯の場合には、軽くひとつかみ程度(約40g)の重曹を入れてよく混ぜます。お湯が柔らかくなり、この季節に気になる体臭も抑える効果があるそうです。また浴槽や洗面器の湯垢も落ちやすくなったり残り湯で洗濯する場合も汚れ落ちがよくなるそうです。

## ハッカ油

薬局などで売っているハッカ油。ハッカ油の生産は北海道の北見というところが有名で、ハッカソウ(雑種)の乾燥した植物体を水蒸気蒸留した精油です。風呂に入れるハッカ油の量の目安ですが大体100Lに対して1滴くらいです。またシャンプーに1滴入れて洗髪すると、メントールシャンプーになりシャキッとします。入れすぎると、スースーしすぎて大変なことになるそうですので気をつけてください。

ハッカ油はこの季節とても万能で、スプレーボトルに水とハッカ油を入れたものを網戸や生ごみにスプレーしておくとか蚊やコバエなどの虫よけになりますし、ハッカ油をしみこませたコットンなどを台所においておくとゴキブリも来なくなるそうです。

また食欲がない時はコップの水に1滴たらしめて飲むと食欲がなくなった胃腸も、スッキリとして元気になります。

お部屋掃除のバケツの水に、ハッカ油を数滴を入れてふき掃除をすると香りとともに殺菌してくれる上、口に入っても大丈夫なので小さいお子さんがいても安心ですね。

ただし涼しく感じるというだけで実際に涼しくなっていないので涼感を過信しすぎて、空調や帽子着用、水分補給等の暑さ対策を一切しないと、熱中症を誘発する事になるので気をつけてください。(古川)

# 編集後記



夏本番となりました。先日夜8時頃大阪の公園を歩いていると、クマゼミの幼虫が羽化のため地中から這い出していました。大阪の公園ではクマゼミがあらゆる樹木にびっしり張り付いていて、人間が近寄っても逃げようとしません。都会の中でもたくましく生き抜いているクマゼミに関心します。(八木)

先日、我が家の室内でヤモリを発見しました。あやうく掃除機で吸ってしまうところでした。室内にいた事に大ショックでしたが、その後どこに行ったのかわからなくなってしまった事のほうがもっとショック。ヤモリは「家守」とも書かれ、大切に作る風習もあるそうですが、今どこに隠れているのかと思うとドキドキの毎日です。(田村)



最近1歳半の息子が絵本の影響で、月を指さして「あっ!」とか「うっ!」とか、しきりに言っています。子供の目には、空に浮かんでいるまあるい月はいったいどう見えているのでしょうか。「月は地球から38万キロ離れてて、29.5日の周期で満ち欠けして…」なんて変な情報で、大人の目は曇っているのかもしれませんがね。(角井)

暑くなりました。今年は、子供が小学校に入学し、初めての夏休み。宿題を早めに終わらせ【できるでしょうか…】夏の終わりには、余裕ですごしたいなと思います。【希望】色々なことを自分一人のできる力がついて欲しいなあと思い、毎日叱ってしまう日々です。【反省】(名倉)



少し早目の夏休みをいただいて沖縄に。美ら海水族館にいったり離島の無人島でシュノーケリングしたりと満喫してきました。本島北部の古宇利島大橋から海を覗いていると、エイが3匹現れて海面をジャンプする姿を発見。10年ほど住んでいる友人が初めて見たと言ったのでかなり貴重な瞬間だったようです。(古川)

今月号のROAD to M 及び編集後記はお休みです。(加村)



不毛の地である我が家の庭先に植えてあるクチナシが、なんと約10年ぶりに花を咲かせました。何の手入れもしていなかったのに(日当たりも凄く悪いのに)突然の開花でビックリ&摩訶不思議です。そしてその横には、実の付いた謎の植物が…。食べれるのだろうか。植物の生命力に改めて驚かされました。(下村)

発行元：税理士事務所 SBL

〒631-0822

奈良市西大寺栄町3-23サンローゼビル2階

☎ 0742-32-1112

FAX 0742-32-1113

H P <http://sbl-plaza.com>

Email [zei-info@sbl-plaza.com](mailto:zei-info@sbl-plaza.com)

※駐車場あります

## ■近鉄電車でお越しの場合

大阪難波駅より快速急行で32分

京都駅より急行で41分

橿原神宮前駅より急行で28分



大和西大寺駅より徒歩3分

## ■お車でお越しの場合

第二阪奈道路 宝来出口から約10分

京奈和自動車道 木津ICから約20分

西名阪自動車道 郡山ICから約40分

