

椎の木

SHII-NO-KI

平成二十七年
第五回通常総会



目黒の歳時記：円融寺幼稚園の七夕祭り

円融寺の庭の竹を切ってきて、七夕の数日前から年長組・年中組・年少組がそれぞれの竹に飾り付けを始めます。字の書ける子は自分で、そうでない子は先生に手伝ってもらいながら将来の夢や願いごとを短冊に書き、竹に吊るします。

1本に70枚ほどの短冊とたくさんの飾りが吊るされた高さ4mにもなる竹を幼稚園のホールに並べ、七夕当日には園児たちの誕生会を祝います。

※目黒法人会広報委員会では表紙写真を公募しています。次号は10月10日発行予定。

Contents

目黒の歳時記	1	よくわかる事業承継 第4話	8
目黒法人会通常総会	2	新入会員紹介／社会貢献事業協力企業 ..	10
税務署からのお知らせ	4	外国人留学生のお国紹介(11)	11
都税事務所からのお知らせ	5	健康エッセイ	12
区役所だより	6	イベント情報	13
普通救命技術者資格講習会	7	編集子／編集後記	14

目黒法人会は、目黒税務署管内の企業及び目黒法人会の事業に賛助する方々が会員となり、“税”を中心に地域企業の健全な発展、地域社会への貢献を目的として活動しています。

第5回

通常総会 開催

公益社団法人目黒法人会としての第5回通常総会が6月22日(月)に目黒雅叙園で開催されました。

議決権のある正会員総数2,396社のうち、委任状を含めて1,319社が出席し、次の報告事項並びに審議事項3議案が上程されいづれも承認可決されました。



【報告事項】

平成27年度事業計画書並びに収支予算書について

【審議事項】

第1号議案

平成26年度事業報告承認の件

第2号議案

平成26年度収支決算報告承認の件並びに監査報告承認の件

第3号議案

任期満了に伴う役員改選の件

第2部の懇親会は、ご来賓34名、会員114名、総勢148名のご出席をいただき、ご来賓と会員、会員相互の情報交換・交流が活発に行われ、和気藹々の有意義な懇親会となりました。

監事	監事	専務理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	副会長	副会長	副会長	副会長	副会長	副会長	会長	
竹内良信	笹藪正延	片岡茂治	馬淵祥宏	青木フミ子	堀井克俊	堀切藤太	後藤栄之	須賀信雄	茂木秀雄	岡濱邦彦	金子明彦	田村順一郎	鈴木悦夫	上田弘一	折田清一	濱野洋右	菅野達之	藤井圭一	中村健二	岡村國弘	鍋田敏嗣	磯部勲	神山昭夫	倉持三幸	八木佑幸	下川徳雄	竹内靖博

平成27年度事業の重点項目

I. 平成27年度活動理念

公益法人として、目黒法人会自らの自治により自己の責任において目黒法人会を管理、運営していかねばならない。公益法人制度の根幹をなす「法人自治」及び「自己責任」の原則に基づき、広く社会に目を向けて、「法人会の基本的指針」に則り、納税意識の向上、会員企業の研鑽、地域社会への公益貢献を図り、公益法人としての使命を達成するため、一体となって組織的な事業活動を展開する。

また、法人会の目的・使命を達成するため、事業活動においては、原点である「税」に関する活動の充実を図るとともに、目黒法人会活動の更なる活性化のために、会員勧奨及び会財政の健全化への対応に一層力を注ぎ、地域の発展と活気溢れ信頼される法人会の確立をめざすために、以下の諸施策に取り組むものとする。

II. 主な事業計画

1. 納税意識の向上と税知識の普及に資するための施策の推進

公益法人とし、広く一般の企業や市民にも目を向けながら、納税意識の向上と税知識の普及に資するための施策を講じる。このため、税制関連の研修・セミナー等の充実を図るとともに、有益な資料を作成する

等、税関連コンテンツを拡充することにより、会員及び一般の企業や市民に対する適切な広報を実施する。

また、将来を担う小中学校の生徒等に対する租税教育活動の充実に努めるほか、「税を考える週間」への協賛行事等を積極的に実施するとともに、当局及び税務関連団体等とも連携しながら、eTax及びeLTAXの一層の利用率向上、マイナンバー制度の周知のため、あらゆる機会を通じて納税者と当局の相互信頼・理解の醸成に努め、また、広く税務知識の普及を通じて納税道義の高揚を図り、公正な税制と円滑な税務行政の執行に寄与する。

さらに、eTax、eLTAX普及のために、電子申告の意義の重要性を訴え、会員企業70%以上を目標に、より一層の利用率向上に努める。

2. 税制に関する調査研究と要望活動の推進

健全な納税者団体として、中小企業の租税負担の軽減と合理・簡素化及び適正な税制確立のため、会員の要望意見を徴するとともに、税制等の調査・研究を行い、会員に周知するとともに、税制（使途問題を含む）に関する会員の意見を集約し、その意見が税制に反映されるよう、関係機関に対し要望活動を展開する。

意見の集約にあたっては、国税とともに地方税に関する要望等につい

ても会員のニーズの把握に努める。

3. 組織の充実・強化

厳しい社会・経済情勢の下、会員数の減少傾向が続いている中で、組織の充実強化を図るため、会員勧奨増強月間を設けるとともに、会員退会防止に努めながら、厚生制度受託会社とも連携し、全会一丸となった組織的な会員勧奨による会員の増強を図る。

また、会員紹介制度を活用し、区外転出会員の他法人会への継続加入推進に努めるものとする。

4. 研修の充実と経営支援活動の推進

法人会の根幹事業である税法・税務関係研修・セミナーをはじめ、企業経営の健全化並びにその向上発展に資するために、多様なニーズに応える研修・セミナーの開催強化を積極的に努める。その際、他法人会連携による広域的開催など、より効果的な開催方法やコストに配慮するとともに、体系的・連続的なメニューを構築するなど、研修内容の充実を図る。

なお、会員企業に加えて一般の企業・市民にも対象を広げ、一層公益性を高めるとともに、参加人員の増加に努める。

また、会員企業を取り巻く経営環境を踏まえ、かつ会員企業のニーズに応えメリットを追求した各種の経営支援事業（会員サービス）とし

て、関係委員会と協力して広く一般に對しての税の啓発活動、経営支援活動、社会貢献活動等の推進に努める。

5. 広報活動の推進

目黒法人会の知名度向上、会員への会活動の周知、会員勧奨のための広報活動を充実させるとともに、公益法人制度を踏まえ、関係委員会と協力して広く一般に對しての税の啓発活動等の推進に努める。

広報誌「椎の木」等やホームページの充実を図るとともに、特に公益的な事業についてはマスコミにアピールするためのパブリシティ活動を実施する。

さらに目黒法人会における有効な広報活動について検討していく。

6. 厚生共益事業の拡充

企業の存続や従業員の確保の上で、各種福利厚生制度は必要不可欠であり、目黒法人会の財政面における意義をも考慮し、制度の維持と普及推進を図る。このため、福利厚生制度収入3年増収計画に積極的に取り組むこととし、目黒法人会及び協力3社と連携して推進を図る。

また、会員の企業価値の向上、さらには目黒法人会の社会的評価の向上の観点から福利厚生事業を展開する。

さらに、目黒法人会事業推進のためには、会員勧奨や財政基盤強化に資する訴求力のある厚生共益事業の

構築・充実が重要であることから、厚生共益事業に関する情報収集を図り、より効果的な事業について検討を進める。

7. 社会貢献活動の推進

目黒法人会の公益事業活動については、引き続き税を中心に行うこととし、関係委員会と連携のうえ税制に関する提言や租税教育の充実に努める。推進にあたっては地域や社会への貢献が重要な課題であることも念頭におき、組織力を十分に生かし、関係機関や他の委員会等と連携しつつ、積極的かつ継続的に活動を実施する。

租税教育については、公益事業委員会、税制税務委員会、青年部会、女性部会の協力のもと、関係機関等と連携して積極的に推進する。

特に、地球温暖化対策や節電対策など環境分野の問題について関連機関と協力して取り組むとともに、引き続き「地球温暖化対策報告書」提出の定着を図る。

また、目黒法人会における公益事業活動のあり方や取組み等について引き続き検討するとともに、中小企業の税務コンプライアンス向上のための施策として、「自主点検チェックシート」の普及推進に引き続き努めることとする。

8. 青年部会・女性部会活動の充実

青年部会・女性部会・源泉部会の活動を活発に展開し、部会のさらなる

充実と部会員の研鑽を図るとともに、目黒法人会活動の担い手として目黒法人会活動の充実と活性化に資するための諸施策を積極的に講じる。

特に公益性の高い事業の実施に努め、未来を担う子どもたちへの租税教育や環境問題（CO₂削減問題・節電）について、親会等との連携を図りながら、引き続き積極的に取り組む。

9. 関係外部機関との連絡協調

目黒税務署をはじめとした税務関係諸官署および東京税理士会目黒支部をはじめとした税務関係諸団体との連絡協調は、税に関する事業を基本とする法人会にとつて欠かすことのできない重要なテーマであり、より一層密にするよう努める。

また、地域社会貢献活動の実施にあたっては、地方公共団体および地域関係諸団体との協調に配慮する。

10. 目黒法人会体制の整備

時代に合った組織運営体制の構築は必須の課題であり、公益法人として適切に対応するため、目黒法人会の自治及び自己責任の観点から諸規程・管理体制等所要の整備を行うとともに、他法人会間の連携強化に努める。

また、ITを活用した会員サービス事業の拡充、効率的な事務運営のためのシステム整備を図るとともに、個人情報管理の徹底を図る。

ご利用ください!!

相続税の申告要否 判定コーナー

国税庁ホームページよりアクセスできます。 <http://www.nta.go.jp>



「相続税の申告要否判定コーナー」は、法定相続人の数や個別の財産・債務の価額等を入力することにより、基礎控除額などを自動で計算し、相続税の申告要否のおおよその判定を行うものです。

目黒都税事務所からのお知らせ

昨年度に引き続き、平成27年度も

小規模非住宅用地の 23区内 固定資産税・都市計画税を減免します



減免対象	一画地における非住宅用地の面積が 400 ㎡以下であるもののうち 200 ㎡までの部分 ただし、個人又は資本金等の額が 1 億円以下の法人が所有するものに限ります。
減免割合	固定資産税・都市計画税の税額の <u>2 割</u>
減免手続	減免を受けるためには、申請が必要です。 まだ申請をしていない方で、小規模非住宅用地を所有していると思われる方には、8月までに「固定資産税の減免手続きのご案内」をお送りする予定です。減免の要件を確認のうえ、申請してください。

※前年度に減免を受けた方で用途を変更していない方は、新たに申請する必要はありません。

【お問い合わせ先】 土地が所在する区にある都税事務所

～法人事業税・個人事業税の減免～

中小企業者向け省エネ促進税制

東京都では、中小企業者が地球温暖化対策の一環として行う省エネルギー設備等の取得を税制面から支援するため、都内の中小規模事業所等において、特定の省エネルギー設備等を取得した場合に、法人事業税、個人事業税を減免しています。

◆詳しくは主税局ホームページ内「＜東京版＞環境減税について」をご覧ください

主税局 環境減税

検索

詳しい案内やQ & Aも掲載しています。



【お問い合わせ先】

- 中小企業者向け省エネ促進税制に関すること
 - ・所管都税事務所の法人事業税・個人事業税担当係
 - ・主税局課税部法人課税指導課（法人事業税係） 03-5388-2963
 - ・主税局課税部課税指導課（個人事業税係） 03-5388-2969
- 地球温暖化対策報告書制度・導入推奨機器に関すること
東京都地球温暖化防止活動推進センター ヘルプデスク 03-5388-3408

区役所だより



「めぐるスマートライフ」のホームページを開設しました

問：目黒区環境保全課環境計画係 電話：03（5722）9356

節電からはじめる新しい暮らし方

目黒区では、「目黒区環境基本計画」（平成二十四年三月改定）の重点プロジェクトとして「節電からはじめるライフスタイルの転換」というテーマを設定しました。

これは、東日本大震災を契機に定着しつつある節電への意識を、暮らし方を変えるきっかけとして捉え、ただ我慢するだけでなく、楽しみな

から無理なく実践できる心地良い暮らしを提案し、環境への負荷の少ない持続可能な社会への転換を目指すものです。

めぐるスマートライフとは

衣・食・住の専門家と一緒にプロジェクトの実現に向けて検討を重ねてきた結果、環境にやさしい行動を賢く選択する暮らし方を「めぐるスマートライフ」と名付け、専用のホームページを開設しました。

ムページを開設しました。誰でも、楽しく、簡単に。今後はこのホームページを通じて、『誰でも、楽しく、簡単にできる』衣・食・住などの情報を発信していきます。

区内の地域情報、簡単にできるエコなお料理のレシピなども盛り込んで充実したサイトを目指します。

どうぞ、お楽しみください。



<http://megurosmartlife.jp/>
ホームページアドレス



QR コード

★エコなアイデアを募集！

このホームページでは、一方的に発信するのではなく、区民のみならずからアイデアや体験談を随時募集しています。

さまざまなアイデアを、たくさんの人と共有して、新しい暮らし方を一緒に楽しんでいきましょう。

ワーク・ライフ・バランス推進事業者を募集します

目黒区は、仕事と子育て・介護の両立支援や、男女がともに働きやすい職場づくりなど、ワーク・ライフ・バランスを推進している区内の事業者を表彰し、区のパンフレットやホームページなどでその取組を広く紹介します。

◇対象

◇応募方法

区内に事業所を置き、常時雇用する従業員数がおおむね300人以下の企業・団体
応募用紙（男女平等・共同参画センターで配布。ホームページから印刷可）に必要事項を書いて、6月1日～7月31日（消印有効）に、男女平等・共同参画センターへ郵送または持参

<http://www.city.meguro.tokyo.jp/boshu/index.html>

問合せ先 目黒区人権政策課 男女平等センター係
(Tel. 5721 - 8570)



目黒区役所ホームページ <http://www.city.meguro.tokyo.jp/>

目黒区内中学生の作品 — 税金で 愛と平和の 国づくり —

第5支部 主催 普通救命技術者資格講習会

3時間の講習・実技で得られる知識・技術で、命を助けることが出来るとしたら、どんなに素晴らしいのでしょうか？そんな思いで、ご受講頂いた22名の方々の目黒消防署で行われた講習会(4月10日開催)の様子をレポート。



心肺蘇生法の
胸骨圧迫をしている様子。



ご受講いただいた全ての方に認定証が交付されました。



受講者代表のお二人に披露して頂きました。
皆さんから拍手喝采。



訓練用AEDのパット装着。



AED電気ショック後、
2人で力を合わせての心肺蘇生。

救命技術者講習会 実施予定

平成27年 7/10(金) 8/21(金) 10/16(金)

認定証を取得された方向け更新講習 <2時間20分コース>

AED、心肺蘇生、止血法、異物除去等

平成27年 普通技術者の新規講習 <3時間コース>

11/13(金) AED、心肺蘇生、止血法、異物除去等

平成28年 上級技術者の新規講習 <8時間コース>

2/19(金) AED、心肺蘇生、被覆包帯法、搬送法等

受講資格は「ちょっとの勇氣」だけ。
ぜひご参加下さい。

お申込み・お問合せ先
(公社)目黒法人会事務局 TEL: 03-3712-9588

シリーズ よくわかる事業承継 第4話

自社株式の評価について考える

税理士法人 みらいコンサルティング

須賀 永扇

中小企業の事業承継においては、自社株式を後継者へ円滑に承継させることが非常に重要です。株式の承継には、①譲渡 ②贈与 ③相続という3つの方法があり、①の場合には、買取資金の手当て（後継者）や譲渡所得税（オーナー）への対応、②③の場合には贈与税、相続税の納税（後継者）が必要となります。これらの買取価額や納税額は株式の価額によって大きく変わってきます。

■株式の評価方法

中小企業の株式（非上場株式を前提）は通常、税法で言うところの「取引相場のない株式」に該当します。「取引相場のない株式」は国税庁が定める財産評価基本通達に評価方法が定められています。まず評価対象である株主の会社支配程度（同族株主であるかどうか）に基づいて、「A原則的評価方式」又は「B特例的評価方式」のいずれを用いるか判定します。そして会社規模に応じて、①類似業種比準方式、②純資

産価額方式又は③これらの併用方式により評価します。（図1）

ここで同族株主とは、株主の一人及びその親族等が評価会社の議決権総数の30%以上（一定の場合は50%超）の株式を有する場合における、その株主及び親族等をいいます。そして同族株主が取得した「取引相場のない株式」は基本的に「原則的評価方式」により（一部例外もあります）、同族株主以外の株主が取得した株式は「特例的評価方式」により、評価されます。

■「A原則的評価方式」

まずその評価対象となった会社の規模を3つの要素（従業員数、評価時期の直前期末の総資産価額、直前期末以前1年間の取引金額）を用いて、大会社・中会社（中会社の大・中・小）・小会社のいずれかに分類します。その上で、該当する会社規模に応じた計算方法により株価を算出します。（図2）

①類似業種比準方式

類似業種比準方式とは、評価対象

会社と事業の種類が同一又は類似する複数の上場会社（国税庁が抽出した標本会社・類似業種）の平均株価を基に、評価対象会社の1株当たりの「配当金額」、「利益金額」、「純資産価額」の3つの要素を比準して計算する方法で（図3）、この評価額は、次の純資産価額方式で計算した評価額に比べて低くなるのが一般的です。（図3）の計算式の通り、3つの比準要素のうち「利益金額（税務上の課税所得に調整を加えた金額）」に3倍を乗じて計算するため、利益金額の変動が株式の評価額に大きな影響を与えることになります。

②純資産価額方式

純資産価額方式とは、評価時期において会社を清算するとした場合に分配される正味財産を計算する方法です。（図4）相続税評価額により計算しますので、資産に含み益がある場合には帳簿価額による純資産価額より高い評価額となります。

③併用方式

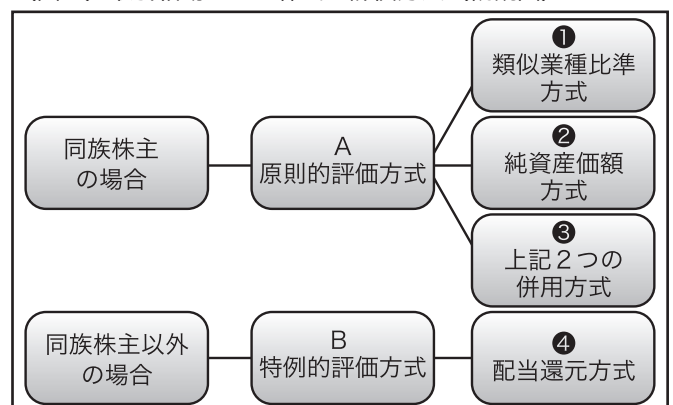
類似業種比準方式と純資産価額方式により評価した価額をそれぞれ一定の割合を乗じて計算した金額を合計したものを評価額とする方法です。（図2の中で中会社・小会社の場合）

(図2) 原則的評価方式の計算方法

会社規模	計算方法	
大会社	類似業種比準価額	
中会社	大	類似業種比準価額×90%＋純資産価額×10%
	中	類似業種比準価額×75%＋純資産価額×25%
	小	類似業種比準価額×60%＋純資産価額×40%
小会社	類似業種比準価額×50%＋純資産価額×50%	

※上記の計算方法よりも純資産価額が低い場合は、純資産価額を評価額とすることも可能です。

(図1) 取引相場のない株式の評価方法（概観図）



(図3) 類似業種比準方式による計算式

$$\text{類似業種比準価額} = \frac{\frac{\text{対象会社の配当金額}}{\text{類似業種の配当金額}} + \frac{\text{対象会社の利益金額}}{\text{類似業種の利益金額}} \times 3 + \frac{\text{対象会社の純資産価額}}{\text{類似業種の純資産価額}}}{5} \times \text{斟酌率}$$

(図4) 純資産価額方式による計算式

$$1 \text{ 株当たりの純資産価額} = \frac{\left(\begin{array}{l} \text{相続税評価額により計算した資産の合計額} \\ \text{相続税評価額により計算した負債の合計額} \\ \text{評価差額に対する法人税額等相当額} \end{array} \right)}{\text{評価時期における対象会社の発行済株式数}}$$

(※) 評価差額に対する法人税額等相当額 = $\left(\text{A} - \left(\frac{\text{帳簿価額による資産の合計額}}{\text{帳簿価額による負債の合計額}} \right) \right) \times 38\%$

「B 特例的評価方式」

具体的には「④配当還元方式」のことをいいます。評価時期の直前期末以前2年間の平均配当金額を10%の利率で還元して元本である株式の評価額を計算します（「原則的評価方式」によって計算した評価額より高くなる場合には、「原則的評価方式」で計算した金額を評価額

■特定の評価会社の株式の評価

とします。）。会社の資産の構成や経営状態により、株主の態様や会社規模の区分に応じた前記計算方法を用いることが適当でない特定の会社については、特定の評価方法により計算することとされています。代表的な二つのケースを紹介します。

(1) 土地保有特定会社・株式保有特定会社

総資産のうちに土地又は株式の占める割合が高い会社をそれぞれ土地保有特定会社、株式保有特定会社と呼び、原則としてその資産価値をより反映する「②純資産価額方式」により評価することとされています。類似業種比準要素がほぼ適用されないため、株価が通常の会社と比べて高額になることが多々あります。

(2) 比準要素数1の会社

類似業種比準価額の計算では「配当金額」、「利益金額」、「純資産価額」の3要素を使用しますが（図3）、評価会社の直前期末において3要素のうち2つが0であり、かつ直前期末の1期前の3要素のうち2

以上が0の場合は「比準要素数1の会社」に該当します。類似業種比準方式の計算に必要な3要素のうち半分以上が0であるため、計算式適用の前提を欠いているとして、原則的に「②純資産価額方式」により評価することとされています。

■株価対策の検討

以上ご説明した評価方法を参考に一度ご自身の会社の株式をざっと算定してみてください。そしてその価額が予想以上に高額であれば、何らかの「株価対策」を検討しておきましょう。

最後に評価方法や算定式から考えられる「株価対策」の例を紹介します。

(1) 一般の評価会社で、類似業種比準方式により株価が評価される場合、直近1期の所得金額の抑制（含み損のある資産の売却、役員の退任に伴う役員退職慰労金の支給の実施等）により株価を下げるができます。

(2) 土地保有特定会社又は株式保有特定会社に該当しないよう資産の所有のあり方を見直すことも必要です。またここ数年赤字で配当をしていない会社が過去に業績が好調であったため利益がストックされている（純資産価額が高い）場合には、「比準要素数1の会社」に該

当しないよう、しかるべき時に配当を行うことも有効です。

(3) 一般的に類似業種比準方式による評価額が純資産価額方式による評価額より低くなることから、グループ会社経営の場合は、グループ会社同士の合併により、一つの会社の規模を大型化させ、その会社の類似業種比準価額の構成比率を高めて株価を下げる事が可能です。しかし合併等の企業組織再編成を利用した株価対策の実施にあたっては、その経済的合理性を税務当局に説明できるよう事前検討を十分に行う必要があります。

今回は非上場株式の評価について簡単に紹介しました。後継者への株式移転に際して、必要以上の資金流出を防ぐため株式の評価額について事前対策を講じることが事業承継の大切なポイントと言えます。

【著者プロフィール】

須賀 永扇（すが ひさみ）

平成16年税理士登録。
外資系大手税理士法人勤務を経て平成25年税理士法人みらいコンサルティングに入社。
現在事業承継支援部に所属。

私たちは企業経営のパートナーとして、お客さまと共に「みらい」を創造します。

会計、税務、労務などワンストップで幅広い業務を支援します。



みらいコンサルティング

お問い合わせ

03-3519-3970

<http://www.miraic.jp>

はじめまして新入会員です

株式会社 Blue Reef Café & Bar (飲食業)

約12年のホテルバーでの経験を活かした本格的なBARの味わいをお楽しみいただけるお店です。



目黒区中央町 1-17-12 Tel&Fax:03-6451-0396
bluereef0814@gmail.com
http://www.bluereef-since2012.com/
代表者 角井 正朋

第8支部

T S P 太陽株式会社 イベント開催業務のトータルサポート (企画、会場設置、運営、分析)

「感動空間創造企業」として先進のイベント開催ニーズに独自の技術と豊富な実績でお応えし、地域社会や企業活動のお役に立ちます。

目黒区東山 1-17-16
TEL:03-3719-3722
FAX:03-3791-0180
http://www.tsp-taiyo.co.jp
代表者 広岡正明



第2支部

有限会社ジャパンヘナ 美容院経営

(天然ハーブ白髪染め、ヘナトリートメント)
植物の力で白髪染め、髪にハリ・コシ・ツヤを
(一般・業務用・海外卸及び講習セミナー)

目黒区中目黒 1-1-18
TEL:03-3794-6992
FAX:03-3794-6994
www.j-henna.com
代表者 海老名 秋子



第4支部

オーサワジャパン株式会社 食品卸 (マクロビオティック、オーガニック食材)

オーサワジャパングループは、70年にわたり地道にマクロビオティックに取り組んでいます。ビル内には、自然食品店のリマ、レストラン、料理教室を併設しております。

目黒区東山 3-1-6
Tel:03-6701-5900
Fax:03-6701-5911
http://www.ohsawa-japan.co.jp/
代表者 勝又 遊一



第2支部

平成26年度社会貢献事業ご協力企業 (平成26年4月～27年3月) 使用済切手、書き損じはがき等回収で協力いただいた方々



会 社 名	会 社 名	会 社 名
(株)アクト綜研	(有)信栄パートナーズ	堀井商事(株)
(株)アサヒ電機製作所	(有)鈴木瓦店	(有)本富
(株)五十嵐建設	大和木材(株)	目黒区中央体育館
(株)石福	高橋 和美	目黒 GUN SHOP
(有)ウッドビルサービス	(有)竹中酒店	目黒信用金庫本部
(有)漆原商店	(株)東邦工業	やまう(株)
(有)喜久屋鷺塚酒店	(有)中山工業所	山下寝具(株)
(株)グランリーブル	(有)西山商店	宗教法人 祐天寺
工藤 鎮夫	日本ジー・ティー(株)	(株)旭ネームプレート製作所
シナリーメドフォーム(有)	(有)バイタスジャパン	コモラーナ(株)
新日本度量衡器(株)	(株)フィール・アド	(有)ティー・アイ・ピーライフサポート
(株)キョーフハーツ	(株)北川商会	

上記以外、事務局に匿名でご寄付いただいた方々にも感謝いたします。
法人会では使用済切手、書き損じはがき、ベルマークを集めています。少量でも構いません、ついでのごときに事務局にお持ち下さい。
使用済み切手等は目黒区社会福祉協議会のめぐろボランティア・区民活動センターに集められ、区内のボランティアグループや老人クラブの手で整理され、専門業者により換金されます。平成25年度は使用済み切手228kg(区全体で)が集められ99,000円の売り上げとなり、車いす購入等ボランティア事業の資材購入に利用されました。



外国人留学生の お国紹介(1)



東京大学大学院生
シュバーム トウリヴェディ
(インド)

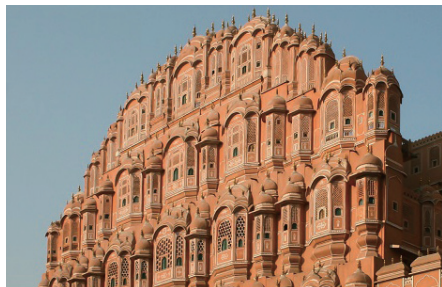
インド(天竺)は中国と国境を接する南アジアの巨大な半島国家で、北部から東部にかけて世界で最も高いヒマラヤ山脈が走り、西側にはイスラム国家であるパキスタンやアフガニスタンがあり、南側には荒れることで有名なインド洋が大きく広がっています。インドが巨大であるという場合、国土の大きさ(328万平方km//日本の9倍)と人口の多さ(約12億6千万人)に限った事ではありません。22以上の公式語が使われ、世界中の主な宗教はそれぞれに相当な大きさの地域で支持されています。インドの文化は驚くほど多くの異なったもので構成されています。

以下に多様なインドの一端を紹介したいと思います。

インドの地理を紹介しますと、寒冷な岩石地帯の北部(ヒマラヤ地

方)、乾燥した砂漠地帯の西部、中部の人口が密集した川沿いの平野(世界で最も人口密度が高いガンジス平野)、そして森林が鬱蒼とした南部から成り立っています。

インドには豊富な古代の歴史のおかげで寺、墓、記念碑といった多くの様々な建築遺産があります。砂漠地帯のラジャスターンは素晴らしい要塞や城郭で昔の栄華を語ってくれます。アグラのタージ・マハルを含め、中世の政治的中心地であった首都ニューデリー周辺にはムガル帝国時代の墓や城が数えきれないほどあります。南部と中央の州には古代のヒンズー教や仏教の寺があり今日にいたるまで多くの教徒を引きつけています。



ジャイプールの要塞

つあります。

インド文化の特徴

小さな多様化した数えきれなくらい多くの文化の存在がインド社会

今日でも人口の大半は地方で農業に従事していますが、IT企業や製造業が多く主要都市に誕生し、あらゆる文化活動の中心になりつ



ホリの祭り



ディワリの祭り

の著しい特徴です。その多くの小さな文化が調和を持って併存していることがインドらしさなのです。

各地域で行われる祭りや国中で開催される祭り、また宗教ごとに行われる祭りがあります。国民の祝日は22あり、地域独特の祭りが更に多くあります。国中で浮かれ騒ぎとなるホリというカラフルな祭りと光の祭りであるディワリが二つの大きな祭りで、多くの人が期待に胸を膨らませながら参加します。

インド料理

インドの料理は各地域によって非常に異なりますが、主な食材は豆類、カレー、麦を主原料としたパン(チャパティ)です。いろいろな香料が国内で十分に入手できるため、インド料理はとても深く芳醇な香りと味を作り出します。大部分のインド人は菜食主義ですが、北部のムガル帝国時代の羊や鶏肉を用いた豊かな料理と南部のシーフードの

強い影響が家庭料理にたびたび現れます。

日本の印象

日本に来て勉強ができることは私にとってもとても幸せなこと、うれしきで胸がいっぱいになります。日本の古代文化の価値はインドでとても高く評価されており、私の日本における体験もとても満足がいくものです。

日本で最初に驚いたことはとても謙虚で親切なこと。このように親切にされると、畏敬の念さえ生じます。

日本はインドと同じく人口密度の高い国です。しかし混雑や殺到は私の知っているインドのそれとは全く異なります。心の優しさと東京の高い秩序や街づくりのおかげでしょう。東京の雑踏は決して騒々しくはなく、穏やかで、大都市としてはめずらしく慌ただしさがありません。

日本の食事

日本における生活で外国人にとってもっともうれしいものといえば多分それは料理でしょう。日本では最良の自然材料に味付けを施し、芸術的に美しく盛りつけられたとてもおいしい食べ物が多く五感を満足させてくれます。

日本における私の体験がいろいろと増えていきますが、日本文化に対するよい印象がもっと広がることを期待しています。

健康エッセイ

夏を乗り切る秘策



株式会社jast
会長 安田祥子

日差しが眩しく感じられる季節が巡ってきました。夏バテという言葉もあるように、蒸し暑い日本の夏には食欲が減退したり、睡眠不足で疲労が蓄積しやすくなります。また、熱中症などによって生命に危険が迫ることも稀ではありません。そこで、夏を気持ちよく乗り切り、清らかな秋に元気に活動できる秘訣をご提案したいと思います。

●熱中症対応策

「熱中症対応策」はすでにご存知だと思いますので、身体から水分が失われる危険性についてだけお話しいたします。私たちの身体が細胞からできていることは周知の事実です。細胞の中味は概ね水とそれに溶け込んだ栄養素などです。ザツクリとお話すれば細胞は脂肪でできた膜と原始の海水でできていると想像いただいても大きな乖離はありません。もし、細胞の膜に孔が開いて中の水が出てしまったら細胞は干からびて死んでしまいます。実は抗生物質の基本原理は細胞の膜に孔を開けて細菌を殺してい

るのです。私たちも同様で水分が失われたら健康に大きな影響が出てしまいます。室内でも気がつかないだけで汗は常に出ています（不感蒸泄）。そのため手近にスポーツ飲料などを置いておくことは熱中症対策としてお薦めです。

●食欲不振

次に食欲不振ですが、キッチンが熱が籠って食事を担当する方には辛い場所です。せつかく作ったお食事が喉を通らないといったこともよく耳にします。無理をして体調を崩すのでは元も子もありません。外食やお惣菜を上手に利用して食欲減退に対処することもお身体を守る点で必要です。食材の中でお薦めはパワーハーブとして有名なガリリックです。ガリリックは学術、研究論文も多く発表されていて、疲労回復から抗がん作用まで多彩な効果が報告されています。その他、栄養成分ではビタミンB1、B2、パントテン酸などのビタミンB群は疲労回復ビタミン、エネルギー産生ビタミンと呼ばれ疲労対

策に望ましいビタミン群です。豚肉などの肉類や豆類などに多く含まれているため疲労困憊になる前に食卓に載せるのも方策でしょう。ただしビタミンB群は比較的高カロリーの食材が多いため、カロリー制限がある方や、食欲不振のときには高品質サプリメントを利用することも賢い方法と言えます。

●睡眠

睡眠をしっかり取って、体力を温存することも重要です。睡眠の基本は規則正しい睡眠時間です。特に朝の光は睡眠リズムを正確に刻むための重要なアイテムですので、夏でも目覚めたらサツとカーテンを開けて、光を浴びましょう。寝室は暗くすることを薦めたいします。私達の身体には体内時計が備えられています。ヒトでの体内時計は24・5時間で1周し、体温や心拍などを調整しています。真夜中に光を浴びるとその体内時計の細胞はバラバラになって機能停止に陥るそうです。また、睡眠は身体が温かいとなかなか訪れません。入浴は就寝前の2〜3時間程度が良いようです。睡眠を促す物質にメラトニンがあります。メラトニンはトリプトファンというアミノ酸からセロトニンという物質を経由して身体の中で造られます。トリプトファンは牛乳や大豆など

に含まれていますので、お休み前に温かいミルクをちよつと飲まれるのも一案でしょう。サプリメントでトリプトファンをご利用になる場合には質の良い製品を選び、過剰摂取にはご注意ください。

●運動

最後に運動は朝の早い時間帯がお薦めです。強い日差しの中での運動は辛いと思われる方に1つの研究結果をご案内しましょう。ご高齢の方を対象にした研究ですが、週3回以上20分歩く方はそうでない方に比べて死亡率が1/2だったそうです。では20分歩くことが必須条件なのでしょうか？運動と考えると重くなってしまうますが、自宅で身体をこまめに動かすこと、手に届く範囲ではなく身体を動かす範囲に必要な物を置くなど、ちよつとした工夫で究極の運動ができます。今年の夏もこまめに身体を動かして寿命を伸ばしましょう。



株式会社jast

jastロイヤルクラブ

健康相談室

お問い合わせ

☎03-6265-0263

HP <http://www.jast1.jp>

公益社団法人 目黒法人会イベント情報

(どなたでも参加できます。お待ちしております。)

公益社団法人 目黒法人会では、各種セミナー・講演会・説明会を開催致しております。 毎週水曜日は「研修の日」とし、下記以外にも随時開催しておりますので、公益社団法人 目黒法人会事務局（TEL：3712-9588）までお問合せください。
最新のイベント情報は、当会のホームページ（<http://www.tohoren.or.jp/meguro/>）をご覧ください。

行 事	日 時	会 場	内 容
人 事 労 務 相 談 室 (誰でも参加自由)	相談予約は 法人会事務局へ (TEL 3712-9588)	法人会館 もしくは申込会社	人事労務の諸問題を事業経営のなかでいかに解決するか等 相談コーナー ・人事・労務・賃金全般・社会・労働保険全般（厚生年金、健康保険、労働保険など）・経営・金融など相談全般
インターネット セミナー	ご不明の場合は 法人会事務局へ (TEL 3712-9588)	ご使用の パソコンから アクセス下さい	・目黒法人会のホームページから無料でセミナーがご覧いただけます（ http://www.tohoren.or.jp/meguro/ ） ・会員以外の方もセミナーが無料で受講できます
新設法人説明会 (誰でも参加自由)	8月21日(金)13時30分	目黒税務署	新設法人対象（会員不問）税知識、会社設立に伴う税務手続きを親切に解説します （ホームページの新設法人企業経営者の皆様に）をご覧ください
	10月22日(木)13時30分		
	12月 8日(火)13時30分		
	2月24日(水)13時30分		
	4月21日(木)13時30分		
決算法人説明会 (誰でも参加自由)	8月24日(月)14時	目黒税務署	決算期を迎える法人対象（会員不問） 主に決算・申告の実務、法人税、消費税、印紙税、源泉所得税等を解説します。
	9月17日(木)14時		
	10月21日(水)14時		
	11月13日(金)14時		
	12月 3日(木)14時		
普通救命技術者 資格更新再講習会 (誰でも参加自由)	7月17日(金)18時～	目黒消防署 4階	救急処置法を楽しく知るとともに、大事な人命を救うために所定のカリキュラムを受講するとAED（自動体外式除細動器）の操作、心肺蘇生法などを含めた「普通救命技術者資格の更新」が取得できます。
中小企業の マイナンバー 対応セミナー (誰でも参加自由)	7月21日(火)14時～16時 講師:特定社会保険 労務士 小林富佐子 氏	目黒法人会館 2階会議室	・マイナンバー制度の概要 ・マイナンバー取扱い実務 ・マイナンバー制度の実施にむけた準備 ・マイナンバー制度における安全管理措置
経営者のための黒字の 強化書セミナー (誰でも参加自由)	7月23日(木) 14時～16時30分 講師:NBCコンサル タンツ株式会社	目黒法人会館 2階会議室	・経営の3要素と経営課題改善の筋道 ・幹部育成（小集団のリーダーを育てる） ・業績の公開と社員の経営参画 ・業績管理と目標設定
第 52 回目黒区商工 まつり経済講演会 (誰でも参加自由)	7月24日(金)18時～	目黒区民センター 大ホール	演題：「アベノミクスと日本経済の行方」 講師：明治大学政治経済学部 准教授 飯田泰之 氏
第52回目黒区商工 まつり（租税教室） （税金クイズ等）	7月25日(土)～26日(日) 10時～17時 (誰でも参加自由)	目黒区民センター (目黒区目黒2-4-36)	税を身近なものに感じてもらう機会を提供するとともに、税の大切さ、お金の大切さを理解し、納税意識の高揚を図る目的で、税金クイズ、1億円レプリカ重さ体験コーナー、e-TaxPR コーナー等の実施
第 49 回 中目黒阿波踊り (目黒法人会連として参加)	8月1日(土) 18時30分より演技開始 (誰でも参加自由)	中目黒駅周辺 (目黒銀座商店街他)	・踊り手、楽器演奏へのご参加または運営等のお手伝いの方を募っています ・阿波踊り参加の方には練習会を行っています
普通救命技術者 資格更新再講習会 (誰でも参加自由)	8月21日(金)18時～	目黒消防署 4階	救急処置法を楽しく知るとともに、大事な人命を救うために所定のカリキュラムを受講するとAED（自動体外式除細動器）の操作、心肺蘇生法などを含めた「普通救命技術者資格の更新」が取得できます。
普通救命技術者 資格更新再講習会 (誰でも参加自由)	10月16日(金)18時～	目黒消防署 4階	救急処置法を楽しく知るとともに、大事な人命を救うために所定のカリキュラムを受講するとAED（自動体外式除細動器）の操作、心肺蘇生法などを含めた「普通救命技術者資格」が取得できます。
経営者セミナー ～事業者目線から 経営者目線への 成長を目指す～ (誰でも参加自由)	第1回 9月16日(水) 第2回 10月14日(水) 第3回 11月18日(水) 講師:GVCアセットマネジ メント株式会社 代表取締役 寺本義雄氏	目黒法人会館 2階会議室	当セミナーは3回の講義を通じて、経営の基礎を築くことを目的とします。 ・第1回 企業競争力の観点 ・第2回 企業価値、株主価値の創造の観点 ・第3回 マーケットの企業評価に観点

※上記以外にも、各種講演会・セミナー・勉強会などを企画・開催しておりますのでお問合せください
※セミナー・講演会・イベント等の参加、経営、税務、労務等の相談などのお問合せ、お申込みは公益社団法人目黒法人会事務局宛お願いします。 **FAX：3712-8829 TEL：3712-9588 Eメールアドレス：mg_info@tohoren.or.jp**
(他会会員の方、会員以外に一般の方のご参加をお待ちしています)

セミナー・講演会・イベント・相談会参加申込書（コピーしてお使いください）

参加行事名	開催月日	参加者ご芳名	ご役職名・その他

お申込会社名： TEL FAX
お申込会社住所： E-mail:

これからの予定

目黒区商工まつり（目黒リバーサイドフェスティバル） 経済講演会のご案内

商工まつり経済講演会では、テレビ朝日系「モーニングバード」や、TBS系「Nスタ」に出演されている、明治大学経済学部准教授の飯田泰之先生をお招きして、「アベノミクスと日本経済の行方」というテーマでお話をいただきます。

場 所：目黒区民センター大ホール（目黒区目黒2-4-36）

時 間：7月24日（金）午後6時～7時30分

※前夜祭ですので金曜日の夜に開催です。

参加費：無料

定 員：400名



第50回「中目黒阿波踊り」目黒法人会連練習案内 及び 参加者募集

本 番：日時 平成27年8月1日（土）午後6時30分より演技開始

場所 東急東横線中目黒駅周辺

練 習：7月 15日（水）午後6時～8時 目黒信用金庫本店4階集会室（合同練習）
22日（水）午後6時～8時 目黒信用金庫本店4階集会室（合同練習）
27日（月）午後6時～8時 上目黒3丁目町会会館（踊りのみ）
28日（火）午後6時～8時 パーシモンホール第2練習室（鳴り物のみ）
29日（水）午後6時～8時 目黒信用金庫本店4階集会室（合同練習）

8月1日の本番に向けて阿波踊りの練習を上記のように開催いたします。
参加ご希望の方は練習会場にお越しください。

お問合せ・申し込みは公益社団法人目黒法人会事務局へ
Tel3712-9588 Fax3712-8829 E-mail:mg_katabuchi@tohoren.or.jp

編集後記

円融寺幼稚園のご好意により、表紙に七夕祭りの写真を掲載しました。園児の皆さんは短冊にどんな願いを書いたのでしょうか。「ケーキ屋さんになりたい」、「新幹線の運転手になりたい」、「いや「なでしこジャパン」のよいうなサッカー選手」、「錦織選手のようなテニスの選手」かも知れません。子供達の夢や願いを大切に、支援したいと思います。

上田弘子

歌舞伎と 宝塚歌劇 編集子

第8支部では公益事業のひとつとして、国立劇場の「歌舞伎鑑賞教室」に参加しました。初心者にも分かりやすい舞台の鑑賞と、その見方の解説があり、好評でした。歌舞伎は400年以上の長きにわたり、多くの人に愛され、ユネスコに指定された、世界に誇る「無形文化遺産」です。

同一線上で論じるわけではありませんが、男性が演じる歌舞伎に対して、独自の女性が演じる舞台には、ご存じの宝塚歌劇があります。花・月・雪・星・宙（そら）の5組と専科があり、宝塚大劇場、東京宝塚劇場を中心に公演を行っていて、昨年

100周年を迎えました。もう日本の伝統文化と言えるかもしれません。そこには、普通の男よりもっと男らしい女が存在するというのは言い過ぎでしょうか。私は何組に誰というスターがいるとかはまったくわかりません。ただその華麗な舞台に魅かれて、10年程前より年に一度くらいですが、東京宝塚劇場に足を運んでいます。ところが昨年友人に誘われて、宝塚大劇場に行く機会を得ました。彼の奥さまの知り合いが出演したからです。やはり、聖地での初観劇には感動しました。

人の名前をなかなか思い出せないことが増えた私たち中高年の（そうでない方々には大変失礼ですが）脳を刺激し活性化するための一助として、歌舞伎、宝塚の、非日常的で、華麗で、煌びやかな異空間といえる舞台をたまには観劇することもいいのではないかと、勝手にそう思っています。

和泉田 勲



公益社団法人
目黒法人会会員



公益社団法人
目黒法人会会員

切り取って、決算シールとしてお貼りください。

記念日を寿ぐ、目黒で慶ぶ



2016 年、皆様の祝祭のパートナーとして

ご婚礼・ご宴会・忘新年会・記念式典・展示会・会議
懇親会・ご法事・ご会食・ご宿泊・・・

皆様の多彩なステージに目黒雅叙園をご利用ください。

施設のご案内

- 大小宴会場
- レストラン・ラウンジ
- 婚礼（神殿、チャペル）
- ホテル（全 23 室）
- 東京都指定有形文化財「百段階段」
- スイーツ&デリ
- アトリウムガーデン

目黒雅叙園

〒153-0064 東京都目黒区下目黒1-8-1
TEL.03-3491-4111 (代表)
<http://www.megurogajoen.co.jp>

その他、各種ご宴会、記念日のお祝い、
記念写真などのお気軽にご相談ください。



法人会の「経営者大型総合保障制度」は昭和46年に発足し、
会員のみなさまと共に歩んでまいりました。
これからも会員のみなさまをお守りしてまいります。



渋谷支社 第三営業課/東京都渋谷区道玄坂1-10-8
(渋谷道玄坂東急ビル3F) TEL 03-5489-6800



AIU保険会社

東京第五支店 営業一課/東京都新宿区西新宿2-4-1
(新宿NSビル14F) TEL 03-5320-2561