

FOR TOMORROW

しぶや法人

申告納税は



表紙裏ページに行事日程があります!!



〈各地区のお祭り・税金クイズ〉

— 会員増強キャンペーンにご協力下さい — — 決算法人説明会ご案内に関するお知らせ —

2025.10・11
No. **596**
令和7年

e-Tax申告法人の4社に3社がALLe-Taxです!!	4
事業ア・ラ・カルト(セミナー・社会貢献・部会事業)	6
退職勧奨の限界(原則と例外)	10
仕事の欲求不満を収める4つのコツ	12
都税コーナー	14

法人会掲示板

10月・11月(12月)実施する主な事業

一般参加可能行事
長期講習会
地域行事

- | | |
|----------------------------------|----------------------------------|
| ● 10月4日 観劇会：明治座＜厚生委員会＞ | ● 11月13日 令和7年度 渋谷税務署長納税表彰式 |
| ● 10月5日 千駄ヶ谷祭り【税金クイズ】＜第10ブロック＞ | ● 11月19日 令和7年度 東京都渋谷都税事務所長感謝状贈呈式 |
| ● 10月8日 税務相談日 | ● 11月20日 税を考える集会協賛行事：経営税務学校 |
| ● 10月9日 特養ホーム慰問：けやきの苑西原 | ● 11月21日 特養ホーム慰問：美竹の丘渋谷 |
| ● 10月14日 税制改正を踏まえた年末調整説明会＜第1日＞ | ● 11月26日 決算法人説明会 |
| ● 10月15日 税制改正を踏まえた年末調整説明会＜第2日＞ | ● 11月27日 決算法人説明会 |
| ● 10月16日 法人会全国大会高知大会（税制改正要望全国大会） | ● 11月27日 代々木山谷小学校租税教室＜青年部会＞ |
| ● 10月29日 決算法人説明会 | ● 11月28日 女性部会役員会 |
| ● 11月1日 渋谷区くみのの広場：代々木公園＜第1日＞ | ● 12月2日 地方税セミナー |
| ● 11月2日 渋谷区くみのの広場：代々木公園＜第2日＞ | ● 12月3日 税に関する合同表彰式＜女性部会＞ |
| ● 11月5日 税制改正を踏まえた年末調整説明会＜第3日＞ | ● 12月4日 広報委員会 |
| ● 11月7日 令和7年度 親睦ゴルフコンペ | ● 12月7日 フェスタ原宿＜第11ブロック／税金クイズ＞ |
| | ● 12月9日 税務相談日 |
| | ● 12月11日 令和7年度第4回理事会 |

決算法人説明会ご案内に関するお知らせ

例年決算期を迎える法人に対して、お葉書で“決算法人説明会”のご案内を差し上げておりましたが、本年9月期決算からお葉書でのご案内を廃止することになりました。

決算法人説明会は、1月～11月（12月は11月と合同）の年13回（3月、11月は各2回）開催しておりますので、日時・会場につきましては渋谷法人会ホームページでご確認下さい。

お申込みにつきましては渋谷法人会HPトップページのトピックスからお申込み下さい！

ブロック税務講習会について

10月から各ブロックで税務講習会を企画、開催いたします。開催日時、会場等については、お葉書等でお知らせいたしておりますので、是非ご出席下さい。

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| ● 10月3日 第7ブロック税務講習会 | ● 10月21日 第4・5ブロック合同税務講習会 |
| ● 10月6日 第6ブロック税務講習会 | ● 10月22日 第8ブロック税務講習会 |
| ● 10月10日 第3ブロック税務講習会 | ● 10月27日 第2ブロック税務講習会 |
| ● 10月16日 第1ブロック税務講習会 | ● 10月28日 第10ブロック税務講習会 |
| ● 10月20日 第11ブロック税務講習会 | ● 10月29日 第9ブロック税務講習会 |

令和7年10月～令和7年12月は 法人会の会員増強月間

ー増強目標は250社です達成にご協力下さいー

今年度法人会では、令和7年10月～令和7年12月の3ヶ月間、会員増強月間を実施いたします。増強目標は今年は250社と定め、各ブロック役員、また会員の皆様のご協力をお願いすることといたしました。

会社経営者や総務・経理担当者の方は、税理士に相談できるぐらいの知識は必要です。知らなかったでは済みません。

法人会に入会しますと、法人会が開催いたします諸事業に無料、または非常に安い料金で参加可能です。決算法人・新設法人等の税務関係説明会や経営セミナー、簿記講習会、政治・経済等の講演会、人事・労務関係等のセミナーなど、幅広い分野にわたる事業に参加し、自由に最新の情報を得ることができます。また、各地域（ブロック）の諸活動にも参加でき、地域での情報も得ることができます。法人会は、様々な業種の法人の集まりです。多業種の法人が入会しており、研修会やセミナー、新年賀詞交換会、総会後の懇親会で、多くの経営者の方々と親交を深められ、事業のプラスになります。

☆同封の新入会員紹介キャンペーンのチラシをご活用いただき、是非ご紹介下さい☆

☆令和7年度会員増強合同会議を開催☆

去る8月27日(水)パンダレストランにおいて、今年度の会員増強運動推進について、正副会長、監事、常任理事、組織委員そして福利厚生事業推進協力3社を加えて、会員増強合同会議を開催した。

今年度は、年間目標を250社（各ブロック20社、事務局30社）として、役員の方々に1人1社の勧奨をお願いし、会員の方々にも同封の新入会キャンペーンチラシを活用していただき（ご紹介・ご勧奨1社につき3,000円のギフトカードを進呈）、会員増強運動を推進することになった。福利厚生事業推進協力3社（大同生命、AIG、Aflac）も訪問させていただく場合がありますので、ご協力下さい。



会員増強合同会議



雨宮組織委員長挨拶

正しい税知識を学ぼう

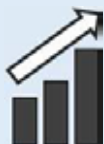
e-Tax申告法人の 4社に3社が ALL e-Tax です！！

国税庁では、納税者や税理士の皆様の利便性向上と税務行政の効率化のため、**添付書類（財務諸表や勘定科目内訳明細書等）を含めたe-Tax（ALL e-Tax）**を推進しています。



ALL e-Tax のメリット

業務の効率化



発送の手間や税務署へ行く手間を解消

ペーパーレス化



書類の保管場所が不要
遠隔地でも書類が確認可能

コスト削減



郵送料、印刷代、交通費の削減



法人税の電子申告のQ&A

01

添付書類を含めたe-Tax（ALL e-Tax）の利用はどのくらい進んでいますか？

e-Taxで申告した法人の **4社に3社** が、ALL e-Taxです。

02

e-Taxで送信できる添付書類のデータ形式は決まっていますか？

法令により、提出する書類ごとにデータ形式が定められています。

◇財務諸表 **XBRL形式・CSV形式**

◇勘定科目内訳明細書

XML形式・CSV形式

※ 上記の添付書類はPDF形式による提出が認められていません。

03

CSV形式で財務諸表を作成し、e-Taxで送信する方法を教えてください。

「**国税庁動画チャンネル**」に動画を掲載しています。

YouTube
「国税庁動画チャンネル」

※ 財務諸表データの提出方法については裏面をご覧ください。



国税庁 法人番号7000012050002

令和6年10月

法人会はよき経営者をめざす者の集まり

Check



財務諸表データの作成方法

『会計ソフト』と『税務（申告）ソフト』の互換性に応じた対応

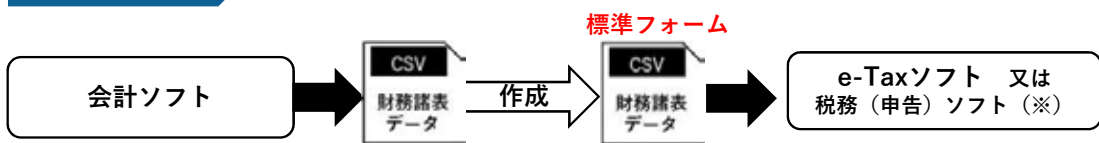
パターン① ソフト間に互換性がある



税務（申告）ソフトからe-Taxに送信することができます！！

※ 会計ソフトからのデータの出力方法や税務（申告）ソフトへの取り込み方法は、ご利用のソフト会社にお問い合わせください。

パターン② ソフト間に互換性がない



**標準フォームを活用し、CSV形式のデータを作成します。
作成後、e-Taxソフトからe-Taxに送信することができます！！**

※ ご利用の税務（申告）ソフトによっては、国税庁標準フォームに加工した財務諸表データ（CSV形式）を取り込んで送信することも可能です。

Check

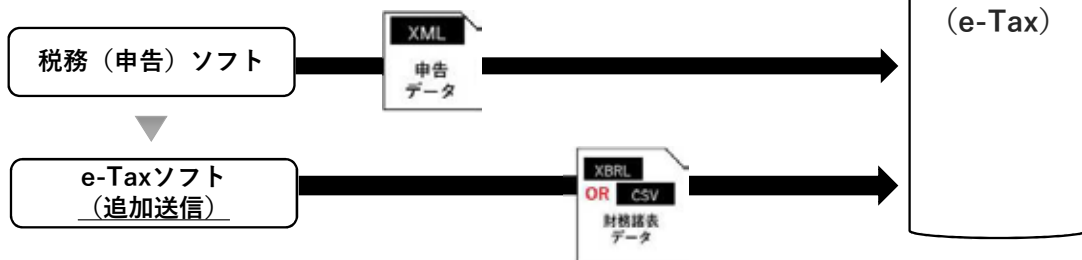


財務諸表データのe-Tax送信方法

パターン① 申告データと同時送信



パターン② 申告データ送信後にe-Taxソフトで追加送信



※標準フォームの場合はCSV形式

詳しくは、**e-Taxホームページ**をご覧ください。

財務諸表データの送信



事業に参加することがメリットにつながる

法人会 事業 アラカルト

令和7年度第2回理事会及び法人会 福利厚生制度役員連絡協議会を開催

去る7月22日(火)AP渋谷道玄坂において、まず渋谷税務署異動後初となる令和7年度第2回理事会を開催し、渋谷税務署新幹部、法人会新執行部、新役員の紹介と挨拶後議事に入り、これまでの事業報告とこれからの事業の検討・確認などを行った。

続いて同所において、福利厚生制度を推進する、大同生命保険(株)、AIG損害保険(株)、Aflac 3社の担当者と正副会長、常任理事、理事、監事、厚生・組織委員との法人会福利厚生制度推進連絡協議会を開催した。

この会議は会員のみが加入出

来たり、保険料の割引を受けられ、経費として計上できるなど、経営者向けの有利な保険の進捗状況を法人会役員に説明し、理解と協力を得る為のもので、まず大同生命保険(株)渋谷支社栗山支社長の挨拶に続き、大同生命の中島課長、AIG損害保険(株)丹営業部長、東條推進部長と疋田課長、Aflacの村井支社長補佐より、それぞれ現状説明とこれからの方針説明があった。

続いて、大同生命保険(株)のFP相続コンサルタント



理事会



税務署新幹部



栗山大同生命支社長
挨拶



AIG丹営業部長



AIG東條推進部長



AIG疋田営業推進
担当課長



Aflac村井支社長補佐



事業承継セミナー講師
板本喜美代氏

の板本喜美代氏より、『事例で学ぶ！円滑な事業継承のための自社株評価と相続対策』と題した事業承継についての講演を聴講した。

その後それぞれの推進員の紹介があり、制度推進のご協力のお願いがあった。

出席者は役員・保険会社合わせて49名。



理事会福利厚生制度連絡協議会

ブロックだより

初台地区ふれあい祭りに参加

第8ブロック(光山ブロック長)

第9ブロック(野口ブロック長)

例年7月20日頃開催している初台祭りだが、今年は参議院選挙の影響で7月13日(日)の開催となった、初台地区の初台ふれあい祭りに、去年に引き続き、第8ブロックと第9ブロックで合同参加し、大同生命から3名と事務局からも2名参加した。



長島法人会長挨拶



時村署長挨拶



増田厚生委員長挨拶

この社会あなたの税がいきている

今年も大変な猛暑の中での開催となったが、ここ最近の中では、用意した景品も順調に配り終わることが出来た。



初台ふれあいまつり

恵比寿盆踊り大会に参加

第2ブロック(並木ブロック長)

去る7月25日(金)26日(土)と恵比寿盆踊り大会が開催され、第1日目の25日に5時30分からの第2ブロックの役員の方々と事務局1名、大同生命3名が参加した。

今年も猛暑の中、“税金クイズ”に挑戦してもらい、解答していただいた方にはお菓子を提供し、法人会をアピールした。



恵比寿盆踊り大会

笹塚サマーフェスティバルに参加

第7ブロック(飯島ブロック長)

笹塚駅前で、毎年7月下旬に金・土の2日間開催している、午後4時からの笹塚サマーフェスティバルの



笹塚サマーフェスティバル

1日目の7月25日(金)に今年も参加した。

今年も猛暑の中のフェスティバルとなったが、恒例の“税金クイズ”に子供も大人も挑戦していただき、解答いただいた方にお菓子などの景品を提供し、法人会をアピールした。

第10ブロック見学研修会

大河ドラマ「べらぼう」ドラマ館と 浅草寺・皇居外苑散策の旅

第10ブロックは、去る9月6日(土)昨年好評だった、都内散策の旅を企画した。今年の大河ドラマ「べらぼう

う」のドラマ館や浅草寺見学・散策し、さいごに皇居外苑・東御苑を廻る、ちょっと趣のある旅だったが、昨今どこに行っても外国人観光客



篇屋のセット前にて

が多いが、特に浅草寺は売店の人を除くと、全て外国人ではないかと思えるほどだった。

第10ブロックでは、今後も色々な旅を企画実行しますので、是非ご参加下さい。



10Bバス見学研修会

金王八幡例大祭に参加

第3ブロック(水野ブロック長)

第4ブロック(伊藤ブロック長)

金王八幡例大祭とは毎年9月の中旬の土日に開催される渋谷区最大の祭りで、今年は13日と14日に開催された。2日目には109前に15の地区の神輿が集結したり、高張提灯の披露もあり、テレビの取材もあつたりすること。



4B金王八幡例大祭税金クイズ

法人会では、第3ブロックと第4ブロックが13日の



3B金王八幡例大祭税金クイズ

土曜日の部に参加。第3ブロックは、金王八幡宮境内、第4ブロックは京王井の頭線渋谷駅ガード下で、渋谷税務署監修の“税金クイズ”に子供も大人も挑戦していただき、お菓子などの景品を提供し、法人会をアピールした。

みんなの力で法人会を大きく育てよう

部会だより

救急救命講習会を開催

渋谷法人会青年部会では、去る7月8日(火)午後1時より渋谷消防署において、令和7年度第1回救急救命講習会を開催した。

内容は、まず座学で約30分説明を受け、その後倒れている人への声の掛け方、心肺蘇生法を体験していただいた。休憩を挟んで、AEDの使い方、気道異物除去法、止血法を体験学習していただいた。出席者は18名。



救急救命講習会



救急救命講習会

渋谷清掃工場見学研修会を開催

去る7月2日(水)女性部会では渋谷区東の、渋谷清掃工場の見学研修会を開催した。

当工場は、都心に在りながら最先端のごみ処理技術を備えた施設で環境への取り組みが学んでいただけの施設となっている。その後はランチ交流会で親睦を深めていただいた。参加者14名。



渋谷清掃工場見学会と交流会



渋谷清掃工場見学会と交流会

『租税教室』を開催(加計塚小学校)

全国法人会総連合の青年部会は、将来を担う小学生を対象に税金とは何か?税金はなぜ必要なのか?ということ学んでもらい、税金を正しく理解してもらうために租税教室を全国で開催している。

今回、渋谷法人会青年部会でも、去る9月2日(火)加計塚小学校で6年生を対象に開催した。生徒の出席者は2クラス併せて37名。

当日は、楽しく学べるように“絵”を利用して、税金の種類と概略、税金は何に使われている

て、もし税金がなかったら…といったことから、日本と外国の消費税についても説明した。

講師：山本幹事、助手：福島幹事。講師：山下副部長、助手：佐藤副部長。



加計塚小学校租税教室



加計塚小学校租税教室

渋谷いま・むかし～そして未来へ～

建築家：團 紀彦講演会

渋谷法人会女性部会では、9月4日(木)14時より、渋谷法人会館3階研修室において、建築家・都市計画家として有名な團 紀彦(だんのりひこ)氏を講師にお迎えし、世界中の駅と日本の駅そして、大規模開発の進む渋谷駅周辺について「渋谷いま・むかし～そして未来へ～」と題してご講演いただいた。出席者は38名。



北川部会長挨拶



講師
團 紀彦氏



團 紀彦氏講演会

中小企業向け賃上げ促進税制の適用要件と税額控除割合

～経理課社員リサと顧問税理士サキ先生の税務問答～



税理士 野川 悟志



リサ：法人税における賃上げ促進税制は3種類あると聞きました。どのような措置がありますか？



サキ先生：この制度は従来全企業向けと資本金等の額が1億円以下の一定の法人が対象となる中小企業向けの2種類でしたが、令和6年度税制改正で、常時使用する従業員の数が2000人以下の法人が対象の中堅企業向けが新たに設けられ、3種類となりました。さらに、中小企業向けでは、当期の法人税額から控除できなかった分を5年間繰り越すことができることとされました。



リサ：それぞれの措置の適用要件にはどのような違いがありますか？



サキ先生：まず全企業向けと中堅企業向けは継続雇用者の給与等の支給額が前期から3%以上増加している場合に適用があるのに対し、中小企業向けは雇用の継続に関わらず雇用者の給与等の支給額が前期から1.5%以上増加している場合に適用がある点に違いがあります。



リサ：全企業向けと中堅企業向けの継続雇用者は、どのように判定するのですか？



サキ先生：継続雇用者は、当期と前期の全期間において給与等の支給がある一定の雇用者とされています。



リサ：中小企業向けでは中途入退社に係る雇用者の給与等を把握する必要がないようですので、まずはこの措置を検討してみます。中小企業向けの税額控除割合はどのようになっていますか？



サキ先生：2025年5月期決算で適用するとして、雇用者の給与等の支給額が前期から1.5%以上増加している場合には増加額の15%が法人税額から控除されます。これは標準的な控除割合です。なお、給与等に充てるために他の者から支払いを受ける金額がある場合には、これを給与等の支給額から控除するなどの点には注意してください。



リサ：このほかにどのような控除割合がありますか？



サキ先生：控除割合の上乗せ措置があります。まず、給与等の増加割合が2.5%以上である場合は15%が上乗せされます。また、教育訓練費が前期から5%以上増加し、かつ、教育訓練費の雇用者の給与等に対する割合が0.05%以上である場合には10%が上乗せされます。さらに、子育てと仕事の両立支援や女性活躍の推進に積極的な企業が認定される「くるみん認定」や「えるぼし認定」等を受けている場合には5%が上乗せされます。



リサ：これら3つの上乗せ措置の要件をすべて満たしている場合にはどのようになりますか？



サキ先生：すべての要件を満たしている場合にはそれぞれ15%、10%、5%の合計30%が上乗せされますので、標準的な控除割合の15%に上乗せ分の30%を加えて、最大45%となります。ただし、控除額は法人税額の20%が限度となりますので注意してください。

【著者紹介】野川悟志（のがわ・さとし）福岡県出身。国税庁課税総括課、国税局法人課税課などを経て、東京都品川区で税理士登録。近著『知っておきたい中小企業の税務・法務・労務・許認可』、『税制改正経過一覧ハンドブック（令和6年版）』（共著、大蔵財務協会）、『税務図解の技法』（大蔵財務協会）など。

退職勧奨の限界

1. 退職勧奨の違法性

使用者として解雇を相当と考える労働者に対して、一方的に解雇を通知するのではなく、合意退職を目指して退職を勧奨する（労働者が自ら退職する意思表示を行うように使用者が働きかけること）ことが実務ではよく行われます。

退職勧奨自体は、労働者に退職を勧める使用者の行為にすぎず、このような勧奨行為を行うこと自体は自由であり、原則として違法とはなりません。しかし、退職勧奨が、対象とされた労働者の自発的な退職意思の形成を促すという本来の目的を超えて、社会通念上相当とは認められないほどの執拗さで行われるなど、当該労働者に不当な心理的圧力を加える態様で行われたり、その名誉感情を不当に害するような言葉を用いたりして行われた場合には、当該労働者の自由な退職意思の形成を妨げたり、不当にその名誉感情を侵害したりする違法なものとして不法行為を構成すると考えられています（東京地判令和3年11月9日など）。

2. 具体的ケース毎の検討

このように裁判実務では、退職勧奨は原則として適法であるものの、労働者に不当な心理的圧力を加える態様で行われると、当該労働者の自由な退職意思の形成を妨げることになり、また、労働者に対する言葉が当該労働者の名誉感情を不当に侵害する場合には、例外的に違法なものとして不法行為が成立すると判断されることになりますが、具体的にどのようなケースで違法と判断されることになるのかという点を考えるうえで、以下では、近時の裁判例をご紹介します。

(1) 懲戒処分や解雇の対象となる旨を告知した上で行う退職勧奨

退職勧奨は、通常、使用者として退職してもらいたいと考えている労働者に対して行われるものであるため、対象労働者が懲戒処分や解雇の対象となっている、あるいは、その可能性が高いことを告知したうえで行われることがよくあります。対象労働者に対して、懲戒処分や解雇などの不利益処分を受けること、あるいはその可能性が高いことを告知して退職勧奨を行ったとしても、直ちに違法とはなりません。

ある裁判例では、労働者に対して懲戒処分の対象となる旨を告知した上で退職を勧奨する場合であっても、それが、例えば、解雇事由が存在しないにもかかわらずそれが存在する旨の虚偽の事実を告げて退職を迫り、執拗又は強圧的な態様で退職を求めるなど、社会通念上自由な退職意思の形成を妨げる態様・程度の言動をした場合に当たらなければ、意思決定の自由の侵害

(原則と例外)

社会保険労務士 安藤 貴裕

があったとはいえないとして、懲戒処分の対象となる旨を告知した上で行う退職勧奨が原則として不法行為を構成するということとはできないと判示しています(札幌高判令和4年10月21日)。

労働者が、使用者から懲戒事由や解雇事由に該当すると判断している具体的事実について説明を受けた場合には、当該労働者としては、懲戒処分の可否を争うのか否か、すなわち、懲戒処分を受ける危険にさらされることと自主退職してこれを避けることとの選択をする機会を得られるという利益を享受することができる場合もある(前掲・札幌高判)のであって、このようなやり取りの結果として当該労働者が自ら自主退職の途を選択したのであれば、当該労働者の自由な退職意思の形成が妨げられたとまではいえないからです。

しかし、対象労働者に対して虚偽の事実を告げたり、執拗又は強圧的な態様で退職を迫ると労働者の自由な退職意思の形成を妨げたという意味で、違法と評価されてしまう場合があります。

(2) 退職勧奨を拒否した者に対する退職勧奨

次に、退職勧奨を拒否した労働者に対して、使用者として翻意を促すための説得を行うことは直ちに違法とはなりません。

裁判実務上も、使用者からの退職勧奨を労働者が拒否した場合であっても、使用者としての提案の趣旨を更に具体的かつ丁寧に説明又は説得活動をしたり、また、真摯に検討してもらえたのかどうかのやり取りや意向聴取をし、退職勧奨に応ずるか否かにつき再検討を求めたり、翻意を促したりすることも、社会通念上相当と認められる範囲を逸脱した態様でなされたものでない限り、当然に許容されるものと解されています(東京地判平成23年12月28日など)。

しかし、翻意を促すための説得を行っても、対象労働者が自ら退職する意思のないことを明確にしている場合に、その後の執拗に退職勧奨を繰り返したり、その際に対象労働者の名誉感情を不当に侵害する言動などを行うと違法と評価されてしまう場合があります。

ある裁判例では、使用者がこれ以上働きかけても、対象労働者が自発的に退職を選択する見込みはなかったにも関わらず、社長が、対象労働者にはマーケティング等の知識がない、給料を半分にするなどの発言を繰り返した上で、対象労働者の担当業務を全て新入予定社員に移す旨のメールを社員全員に送るなど対象労働者に退職以外の選択肢がないかのような心理的圧力を加え、さらに、その後対象労働者を掃除等の担当とする配転命令を行った上、対象労働者をサポートする人は会社には一人もいない、皆が対象労働者と仕事をしたくないと言っているなどと、対象労働者の名誉感情をいたずらに傷つける言動を繰り返したとして、退職勧奨は、対象労働者の意思を不当に抑圧して精神的苦痛を与えるものといわざるを得ず、社会通念上相当と認められる範囲を逸脱した違法な退職勧奨であると判示しています(令和5年4月28日)。

仕事の欲求不満を収める4つのコツ

産業カウンセラー
柏木 勇一

◆営業外勤から窮屈な内勤異動で意欲消失

食品会社の営業職として16年、営業企画部に異動した38歳の男性Mさん。主任の肩書もつき、周囲から見れば順調な会社員生活だが、外回りで自社製品の販路を拡張、信頼を深めて契約維持に携わってきたMさんにとって、内勤になったこと自体が不満だった。外勤なら気分転換もできるが、限られた人数、同じ顔ぶれという職場にはなじめなかった。そもそも営業企画とは？ 自社製品のPRが目的で、業界紙への展開、時にはメディアの取材を受けることもある。華やかそうだが、部長がすべてを仕切っているのが現実で、みんな言いなりになるだけ。経験を積むことも成長につながる、と考えたMさんだったが、定年間際だった部長が肩書は変わらず定年延長されるという噂を聞きイライラが募って相談してきた。

◆マンネリからの脱却。自分が主体だから効果は大きい

気持ちが満たされず不安定になる状態をフラストレーションとも言う。多くの方が経験している自然な感情と、まず受けとめてほしい。具体的には「些細（ささい）なことにも不満を感じる」「イライラして落ち着かない」「不安で仕方がない」「気分転換がうまくできない」など。このフラストレーションに振り回されて欲求不満になったのがMさんの状態。このような場合でも、心理的・精神的適応力があれば乗り越えられる。身につけてほしいのが「欲求不満耐性」。言い換えれば耐える力。「行動耐性」と合わせて人間の成長に関わるふたつの耐性と言われている。「行動耐性」は分かりやすい。それぞれの体力に合わせた身体的トレーニングを続け、慣れることで体力の向上につながる。「欲求不満耐性」は、緊張と不満の苦痛に耐えて、適切に状況を判断して現実処理ができる能力。やや硬い言葉だが、Mさんの場合は、この能力が乏しかったと言えよう。

◆マンネリからの脱却。自分が主体だから効果は大きい

「欲求不満耐性」を身につける4つのコツを紹介したい。

1. 不快な感情をすぐ吐き出さないで、いったんこらえてみる。
2. 状況が好転することを期待して、少し様子を見る。
3. 合理的に解決できる方法がないか、考えをめぐらせてみる。
4. 他人に相談する前に、気持ちを落ち着かせる。

何もしないのと同じではないかと考える方がいるかもしれないが、不快な感情はいったん胸に収め、冷静になった後で自分の言動を振り返ると、物の見方や考え方の幅が広がる、と指摘されている。

欲求不満状態を感じた時、次のように自分に問いかけてみませんか。「私はいま、このような状況だから気分を害しているんだ」「こういうことをされて不快に思ったからイライラしているのか」と。不安や苛立ちの背景も含めて、自分の感情をまるごと認めると、気持ちが落ち着き、ストレスを冷静に受け止められるようになるはず。自分の言動を振り返ると、物の見方や考え方の幅も広がり、ピンチを切り抜ける方法を自分で生み出すことにつながるはず。人生の生き方としてもぜひ心がけてほしい。

【著者紹介】 柏木 勇一（かしわぎ・ゆういち）大学卒業後、新聞社勤務を経て、現在EAP企業でカウンセラーとして活動。産業カウンセラー。家族相談士。交流分析士。

会員の増加は、会員のメリットに通じる

令和7年7月入会の新入会員をご紹介します（順不同／敬称略）

ブロック	法 人 名	代表者名	連絡先住所	電話番号	業 種
2	ワトソン(株)	木村 昌一	代官山町14-17	5615-3591	(理化学製品販売)卸売業
5	ラフゴ(株)	松間 一晃	宇田川町41-35		通信販売業
6	(株)大竹プリント	大竹 実	元代々木町11-1-101	3466-3701	印刷
6	(株)Side-Bクリエイションズ	遠藤 剛正	富ヶ谷2-3-7	6419-7393	卸売業
7	脈康(株)	陶 蕾蕾	笹塚1-61-8		健康・ヘルスケア
11	(株)WAOOON	栗田 将希	神宮前6-23-4		映像制作
区外	明治安田生命保険相互会社	林 恵	新宿区西新宿2-6-1		金融・保険
区外	明治安田生命保険相互会社	渡部 裕子	新宿区西新宿2-6-1		金融・保険

※①ご入会時に会報に掲載しないとの意思表示のあった方は掲載しておりません。②携帯の番号は掲載しておりません。

令和7年8月入会の新入会員をご紹介します（順不同／敬称略）

ブロック	法 人 名	代表者名	連絡先住所	電話番号	業 種
4	(株)TMエボルーション	平良 和琇	円山町5-4	5728-2113	編集プロダクション
10	リマナチュラル(株)	岩渕 春雄	千駄ヶ谷3-38-10	3982-5622	化粧品品の準製造・卸
11	(株)タカ・コーポレーション	神崎 太郎	神宮前4-32-7	3401-7660	土地売買業

※①ご入会時に会報に掲載しないとの意思表示のあった方は掲載しておりません。②携帯の番号は掲載しておりません。

コラム

フリーランスライター
藤木 順平

願わくば金持ちの苦勞がしてみたい

江戸っ子の生まれそこない金のため

「宵越しの銭」を持たないのが江戸っ子のきっぷのよさ。「それに引き替え、あいつはなんだい。銭（金）をためやがって！」と、その野暮さを笑った川柳だが、幾分のうらやましさが見て取れるのも確かだ。

10月17日は「貯蓄の日」。そこで、日本人の平均貯蓄額はいかほど…と、調べてみると、おや？「結構ためてるねー」。生まれそこないじゃない方の江戸っ子の心持ちだ（江戸っ子じゃないけど…）。

気分直しに、検索していたら「富んでいる者が神の国に入るよりは、ラクダが針の目を通る方が、もっと易しい」と、かのイエス・キリスト様がおっしゃっていたのだ。間違いない。金持ちは天国に入れないのである。どうだ？

ただ、そうだとすると、針の目に関しては、どんなに関節の柔らかいラクダでも、針の目を通るのは苦勞すると思う。

長く続く物価高。給料や年金だけでは足りず、預貯金を取り崩す家庭も増えている。

いつまでもあると思うな親と金

なんか暗い気分になってきた？ でも大丈夫。明石家さんまさんの座右の銘を贈ろう。「生きてるだけでまるもうけ」ってね。

【筆者紹介】藤木順平（ふじき・じゅんぺい）フリーランスライター。日本笑い学会会員。

メールアドレスを登録しよう



11月は個人事業税第2期分の納期です

8月1日金にお送りした納付書により、12月1日(月)までにお納めください。

<ご利用になれる納付方法> ※ご利用の前に、主税局ホームページにて各納付方法の注意事項をご確認ください。

簡単・便利な口座振替Web申込で、都税の納め忘れなし!!

口座振替

都税Web口座振替申込受付サービスにて、11月10日(月)までにお申込みいただくと、個人事業税第2期分からの口座振替が可能です。



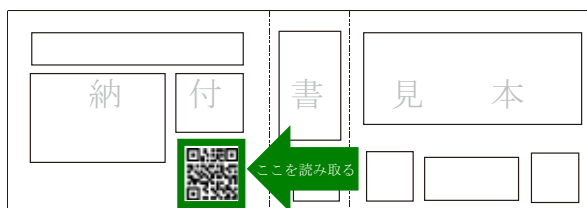
おうちで今、納付できます!!

スマホアプリ

納付書のeL-QRを読み取るだけで納付ができます。

クレジットカード
インターネットバンキング

地方税お支払サイトのeL-QR読取画面から納付書のeL-QRを読み取り、支払手続をすると納付ができます。



ページマークのついている納付書は、対応する金融機関のインターネットバンキングやモバイルバンキング、ATMから直接納付することができます。

他にもコンビニエンスストア、金融機関、郵便局、都税事務所等の窓口でも納付いただけます。



主税局HP
都税の支払い方法

【お問合せ先】 <課税について> 所管都税事務所の個人事業税班又は支庁
 <納付について> 所管都税事務所の徴収管理班又は都税支所・支庁

昨年度に引き続き、令和7年度も 小規模非住宅用地の固定資産税・都市計画税を減免します (23区内)

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・出資金の額が1億円以下の法人等が所有するものに限りします。

減免割合 固定資産税・都市計画税の税額の2割

減免手続 減免を受けるためには、申請が必要です。申請期限は令和7年12月26日(金)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、9月までに「固定資産税の減免手続きのご案内」をお送りしています。減免の要件を確認のうえ、申請してください。

※同一区内で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。

※こちらの申請については、インターネットでのお手続もできます。

【お問合せ先】 土地が所在する区にある都税事務所

【東京都主税局】 eLTAX電子納税のご案内

「電子申告手続は税理士」、「納税手続は法人」の場合に、便利な情報をお届けします

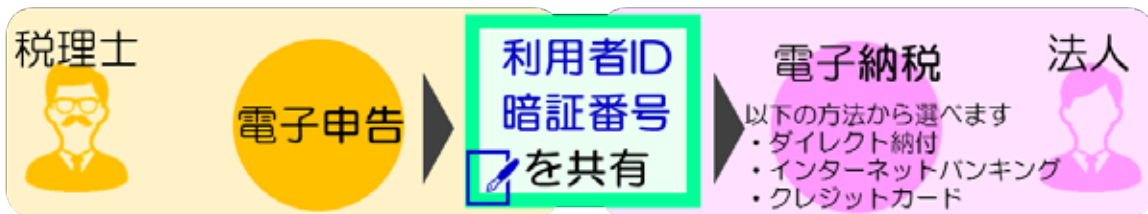
法人の都民税・事業税等について、関与税理士がeLTAXで電子申告した場合でも、利用者IDと暗証番号を共有いただければ、

法人側で、ダイレクト納付などの電子納税が簡単にできます!

詳しくは、こちら⇒



都税の納付はキャッシュレスで



【お問合せ先】 東京都主税局徴収部徴収指導課 TEL (直通) : 03-5388-2984

来所せずにお手続きができます！

東京都主税局では、納税者の皆様が都税事務所等に来所することなく、郵送やインターネット等でお手続きできる仕組みを設けております。郵送や電子による申告、申請・届出、キャッシュレスによる納付方法等をぜひご利用ください。

◆ご自宅等からお手続きが可能です！ぜひご利用ください！◆

◆申告

- 電子申告
 - ・eLTAX
 - ・LoGoフォーム
- 郵送（所管事務所 宛）

◆申請・届出（一部の手續を除く。）

- 電子申請・届出
 - ・eLTAX
 - ・LoGoフォーム
- 郵送（所管事務所 宛）

◆納付

- スマートフォン決済アプリ
- ペイジー（インターネットバンキング・モバイルバンキング・ATM）
- クレジットカード納付
- eLTAX電子納税
- 口座振替



◆証明書等の取得

- 郵送 〒112-8787
東京都文京区春日 1-16-21
都税証明郵送受付センター
- 電子申請
申請方法は東京都主税局ホームページをご覧ください。

※各種サービスのご利用条件・方法等の詳細は、東京都主税局ホームページをご覧ください。

都税証明 電子申請

検索

しゅば法人No.595
数独パズル●解答

解答 $6 + 4 = 10$

5	6	1	3	9	7	4	2	8
2	4	3	5	1	8	9	7	6
8	9	7	6	2	4	5	1	3
7	3	6	2	4	9	8	5	1
1	5	2	7	8	6	3	4	9
9	8	4	1	3	5	7	6	2
6	2	8	4	5	3	1	9	7
4	7	9	8	6	1	2	3	5
3	1	5	9	7	2	6	8	4

●当選者

しゅば法人No.595の“数独パズル”にご応募いただきありがとうございます。ありがとうございました。

西原 櫻井様
笹塚 井上様
宇田川町 時広様
幡ヶ谷 深沢様
幡ヶ谷 津野様

正解者の中から
抽選で5名の方に
クオカード1000円分
をプレゼント！

応募方法

郵便はがき：〒150-0045 渋谷区神泉町9-10 公益社団法人 渋谷法人会事務局、
e-mail : info.shibuya@tohoren.or.jp、FAX : 3461-0180まで、①クイズの答え ②郵便番号 ③送付先 ④氏名 ⑤法人名 ⑥連絡先電話番号を明記の上、お送り下さい。なお締め切りは、令和7年10月28日(火)〈消印有効〉とさせていただきます。また応募は**お1人様1通限り**とさせていただきます。ご応募お待ちしております。当選者は次号発表いたします。

※渋谷法人会報クイズにお申込みありがとうございます。現在数独と熟語づくりの2種類のクイズを交互に掲載しておりますが、数独の方はお陰様でお申込みが順調に増えておりますが、**熟語づくり**の方は、中々増えていません。お申し込みが少ないということは、言うまでもなく**当選率が高い**ということです。今回は**無抽選**でした。今がチャンスです。奮ってお申込み下さい！

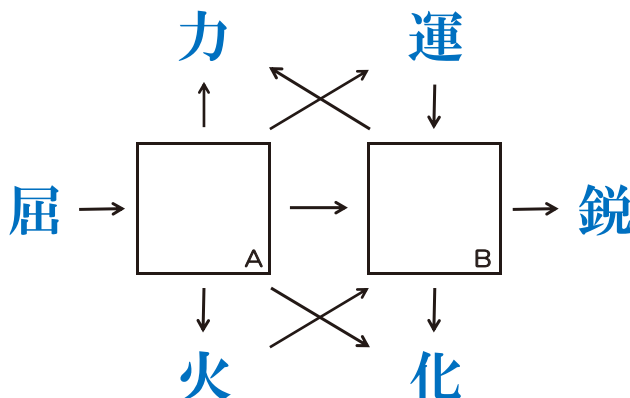
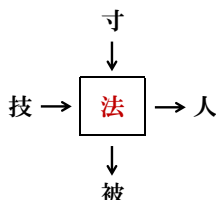
パズル・熟語づくり 提供：(株)ニコリ

問題

矢印の方向に2文字の熟語ができるように、
A・Bにあてはまる漢字を書きましょう

例題

矢印の方向に2文字の熟語ができるように、□にあてはまる漢字を書きましょう





パラパラ漫画
動画
配信中!



『葬儀』の制度が
あるなんて
知らなかった!

もしもの前に今から考える

実家の整理って
大変!

どこからは始める?

家族のための 終活支援

 公益社団法人 渋谷法人会
福利厚生

相続って大変?
結局何をすれば
いいの?

当会は会員企業と会員企業従業員の福利厚生として、
葬儀を中心とした終活支援のサービスを導入しています。



全国儀式サービス
公式キャラクター「しろ」



BEST FUNERAL 500
GOOD SERVICE NETWORK

葬儀支援サービス



家族のための

生前整理・遺品整理



家族のための

相続手続



家族のための

不動産売却

ご依頼・お問合せ: 全国儀式サービスコールセンター

万一の時は
まずは
お電話ください。

葬儀支援サービス



0120-421-493

遺品整理、相続、不動産売却



0120-204-122

相談無料
24時間・365日対応

ホームページ

