

目次

税のページ	02
» 各省庁の令和 6 年度(2024 年度)税制改正 要望が出そう	
経営のページ	04
» 自社の IT 活用の課題が見える化!? IT 戦略ナビ	
マネーのページ	05
» 2024 年 1 月から大幅拡充 新しい NISA	
保険(リスクマネジメント)のページ	07
» 出産育児一時金が50万円に増額改正されました	
ニュースな数字	08
エコのある暮らし	09
» 脱炭素社会へ ゼロカーボンアクション 30	
栄養と健康のページ	10
» 調味料の塩分を確認しよう!	
おいしいレシピ	11
» さっぱり照り焼きチキン / きのこのしょうゆ汁	
会計について考えるページ 9	12
» 税務会計について	
仕事のエスプリ	14
» 仕事のストレスをコントロール セルフ・コンパッション	

各省庁の令和6年度(2024年度)税制改正 要望が出そろった



各省庁からの令和6年度(2024年度)税制改正に対する要望がとりまとめられ、財務省のホームページで公表されました。各省庁の要望は各省庁のホームページでも公表されていますが、それらの要望には、令和5年度で期限切れとなる措置の拡充・延長のほか、制度・措置の新設の要望もあります。

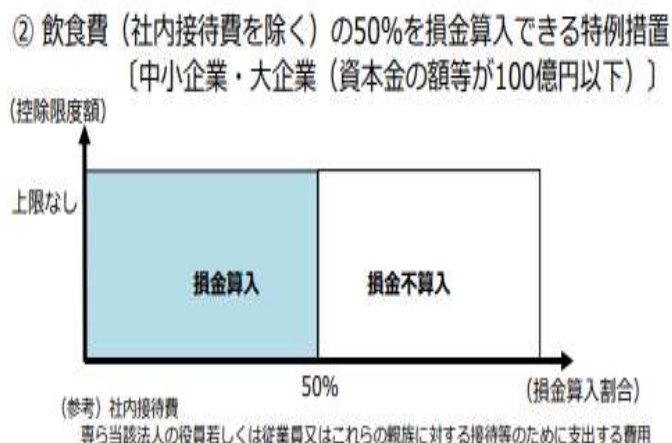
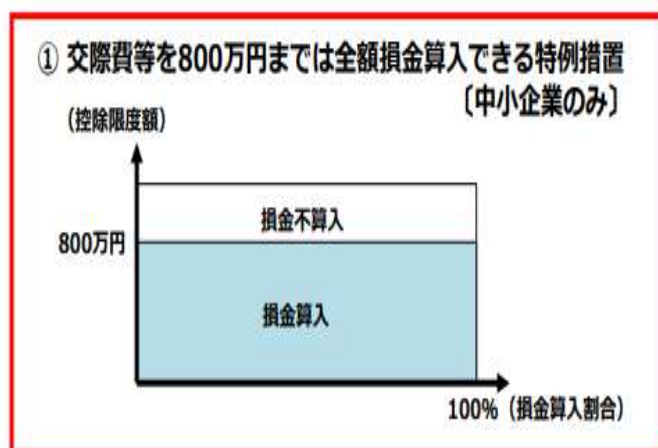
経済産業省が掲げている5項目の要望の1つに、「中小企業・小規模事業者の事業承継・成長支援等」がありますが、今回はその中から、「中小法人の交際費課税の特例の延長」と、「中小企業者等の少額減価償却資産の取得価額の損金算入の特例措置の延長」について、確認してみました。

◆ 「中小法人の交際費課税の特例の延長(法人税・法人住民税・事業税)」

- 租税特別措置法上、*交際費等については、損金不算入が原則。
- 1人あたり5,000円以下の飲食費は、「交際費等」から除外(損金算入可)。企業の活力の強化等を図る観点から特例措置(以下、①、②)が設けられている。
- 販売促進手段に限られる中小法人にとって、交際費等は事業活動に不可欠な経費で、当該措置は非常に重要であり、定額控除限度額(800万円)までの全額を損金算入可能とする特例措置(以下①)の適用期限を延長する。

*交際費等：交際費、接待費、機密費、その他の費用で法人がその得意先、仕入先その他事業に関係がある者等に対する接待、供応、慰安、贈答その他これらに類する行為のために支出するもの

【現行制度】(適用期限：令和5年度末まで)



※中小法人については、上記特例措置①と交際費等のうち接待飲食費の50%までを損金に算入することができる措置(②)との選択適用が可能。

出典：経済産業省「令和6年度税制改正に関する経済産業省要望【概要】令和5年8月」

➔ 【要望内容】 上記の特例措置①の適用期限を2年間延長する(令和7年度末まで)

◆「中小企業者等の少額減価償却資産の取得価額の損金算入の特例措置の延長(所得税・法人税・個人住民税・法人住民税・事業税)」

- 中小企業者等が30万円未満の減価償却資産を取得した場合、合計300万円までを限度に、即時償却(全額損金算入)することが可能。
- ①償却資産の管理などの事務負担の軽減、②事務処理能力・事務効率の向上を図るため、本制度の適用期限の2年間延長を行う。

【現行制度】(適用期限:令和5年度末まで)

○適用対象資産から、貸付け(主要な事業として行われるものを除く。)の用に供した資産を除く

	取得価額	償却方法	
中小企業者等のみ	30万円未満	全額損金算入 (即時償却)	 合計300万円まで  本則※2
全ての企業	20万円未満	3年間で均等償却※1 (残存価額なし)	
	10万円未満	全額損金算入 (即時償却)	

※1 10万円以上20万円未満の減価償却資産は、3年間で毎年1/3ずつ損金算入することが可能。

※2 本則についても、適用対象資産から貸付け(主要な事業として行われるものを除く。)の用に供した資産が除かれる。

出典:経済産業省「令和6年度税制改正に関する経済産業省要望【概要】 令和5年8月」

➔【要望内容】 適用期限を2年間延長する(令和7年度末まで)

上記はあくまで要望で、もちろん現時点で決まったというわけではありません。各省庁の要望が出そろくと、今後年末の税制改正大綱の公表までに議論が重ねられていきます。

今後の議論の行方、各省庁の要望を含めてどのような改正がなされるのか、注目です。

自社の IT 活用の課題を見える化!? IT 戦略ナビ

IT戦略ナビとは、ITを活用して営業力・生産性向上を目指したい中小企業の経営者の方に向けて、IT活用診断を提供しているサービスのことで、(独)中小企業基盤整備機構が運営するWEBサイト上で簡単にIT戦略をナビゲーションし、成果物として「IT戦略マップ」「導入プラン」が自動で作成されます。

■IT戦略マップとは

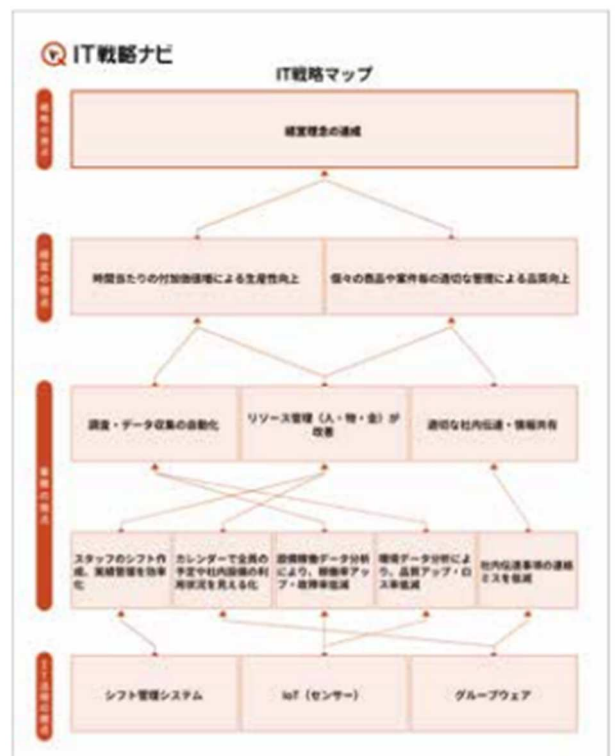
どのようにITを活用したら、ビジネスが成功するか?という仮説ストーリーを1枚の絵にまとめたものです。IT戦略ナビのWEBサイト上の「IT戦略マップ・プランを作成する」をクリックし、質問事項を答えていくとマップが作成されます。

■導入プラン

IT戦略マップで導き出されたITソリューションの導入計画を立てます。優先順位の高い、取り組みたい事を3つまで選択することでスケジュール案が作成されます。

優先順位	経営課題	業務上の課題	取り組みたい事	導入するITソリューション	2021年12月～	2022年6月～	2022年12月～	2023年6月～
1	経営課題の解決 業務上の課題 社内の業務効率 社内の業務効率 社内の業務効率	リソース管理(人・物・金)の効率化	スタッフのシフト作成、業務効率化	シフト管理システム	調査	試行	導入	
2	経営課題の解決 業務上の課題 社内の業務効率 社内の業務効率	リソース管理(人・物・金)の効率化	カレンダーで業務効率化、社内業務効率化	グループウェア		試行	導入	
3	経営課題の解決 業務上の課題 社内の業務効率	顧客・データ収集の自動化	顧客データ分析により、業務効率化	IoT(センサー)		調査	試行	導入

導入プラン イメージ



IT戦略マップ イメージ

◎ITソリューションについては、「ITソリューションのご紹介」というタブから、業種別・カテゴリー別(顧客対応・販売支援等)に絞り込んで検索することも可能です。

■IT戦略ナビの効果

✓課題が見える

経営上の課題から、業務上の課題、これらの解決策まで、IT戦略マップ上で「見える化」される

✓IT導入の意思統一ツールになる

課題解決に必要なITソリューションとスケジュールが示され、導入に向けた社内の意思統一が図れる

✓社員のモチベーションアップツールとして使える

導入や運用に向け、社員がITの活用目的を意識し、モチベーションアップにつながる

■詳しくはIT戦略ナビのHPをご確認ください ⇒ <https://it-map.smrj.go.jp/>



2024年1月から大幅拡充

新しいNISA

「令和5年度税制改正」により、2024年1月から新しいNISA制度が始まります。新しいNISAでは投資枠の拡大や制度が恒久化される予定です。今までのNISAとどのように変わるのか変更点を確認してみましょう。



■そもそもNISAとは

NISAとは、2014年1月にスタートした、少額からの投資を行う方のための非課税制度です。

通常、株式や投資信託などの金融商品に投資をした場合、これらを売却して得た利益や受け取った配当に対して約20%の税金がかかります。NISAは、「NISA口座(非課税口座)」内で、毎年一定金額の範囲内で購入したこれらの金融商品から得られる利益が非課税になる、つまり、税金がかからなくなる制度です。

イギリスのISA(Individual Savings Account=個人貯蓄口座)をモデルにした日本版ISAとして、NISA(ニーサ・Nippon Individual Savings Account)という愛称がついています。

■新しいNISAのポイントと注意点

- ・非課税保有期間が無期限化されます。
- ・口座開設期間(NISAの制度)の存続が恒久化されます。
- ・つみたて投資枠と、成長投資枠の併用が可能となります。
- ・年間投資枠が拡大されます。
(つみたて投資枠:年間120万円、成長投資枠:年間240万円、合計最大年間360万円まで投資が可能)
- ・非課税保有限度額は、全体で1,800万円となります。
(うち、成長投資枠は、1,200万円。また、売却後の投資枠の再利用が可能)
- ・ジュニアNISA口座の投資可能期間は、2023年で終了となります。
(現行のジュニアNISAで投資した商品については、非課税期間(5年)終了後、自動的に継続管理勘定に移管され、18歳になるまで非課税で保有することが可能)
- ・現行NISA制度と新しいNISA制度は分離扱いのため併用が可能となります。
- ・現行NISAの資産を新NISAへ移すことはできません。(ロールオーバー不可)

■新しい制度

	つみたて投資枠	併用可	成長投資枠
年間投資枠	120万円		240万円
非課税保有期間(注1)	無期限化		無期限化
非課税保有限度額 (総枠)(注2)	1,800万円 ※簿価残高方式で管理(枠の再利用が可能)		
口座開設期間	恒久化		恒久化
投資対象商品	長期の積立・分散投資に適した 一定の投資信託 〔現行のつみたてNISA対象商品と同様〕		上場株式・投資信託等(注3) ①整理・監理銘柄②信託期間20年未満、毎月分配型の投資信託及びデリバティブ取引を用いた一定の投資信託等を除外
対象年齢	18歳以上		18歳以上
現行制度との関係	2023年末までに現行の一般NISA及びつみたてNISA制度において投資した商品は、新しい制度の外枠で、現行制度における非課税措置を適用 ※現行制度から新しい制度へのロールオーバーは不可		

- (注1)非課税保有期間の無期限化に伴い、現行のつみたてNISAと同様、定期的に利用者の住所等を確認し、制度の適正な運用を担保
(注2)利用者それぞれの非課税保有限度額については、金融機関から一定のクラウドを利用して提供された情報を国税庁において管理
(注3)金融機関による「成長投資枠」を使った回転売買への勧誘行為に対し、金融庁が監督指針を改正し、法令に基づき監督及びモニタリングを実施
(注4)2023年末までにジュニアNISAにおいて投資した商品は、5年間の非課税期間が終了しても、所定の手続きを経ることで、18歳になるまでは非課税措置が受けられることとなっているが、今回、その手続きを省略することとし、利用者の利便性向上を手当て

■現行制度

	つみたてNISA (2018年創設)	選択制	一般NISA (2014年創設)
年間投資枠	40万円		120万円
非課税保有期間	20年間		5年間
非課税保有限度額	800万円		600万円
口座開設期間	2023年まで		2023年まで
投資対象商品	長期の積立・分散投資 に適した一定の投資信託 (金融庁の基準を満たした投資信託に限定)		上場株式・投資信託等
対象年齢	18歳以上		18歳以上

引用：金融庁NISA特設ウェブサイト「新しいNISA」

少額から投資ができる非課税制度のNISAですが、あくまで「投資」であり、将来の運用結果が保証されているものではありません。自身で選択する保有期間や選ぶ商品等によって様々な運用方法がありますが、いずれも元本割れのリスクはありますので、そういったリスクをしっかりと確認した上で、新しいNISAを活用するようにしましょう。

参考：金融庁「新しいNISA」 <https://www.fsa.go.jp/policy/nisa2/about/nisa2024/index.html>

出産育児一時金が50万円に 増額改正されました

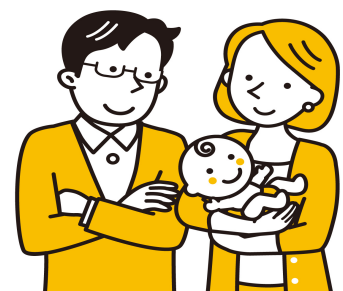
健康保険や国民健康保険の被保険者等が出産したときは、出産育児一時金が支給されます。その支給額については、令和5年4月より、42万円から50万円に引き上げられました。

(※)妊娠週数が22週に達していないなど、産科医療補償制度の対象とならない出産の場合は、支給額が48.8万円となります。

(※)産科医療補償制度とは、分娩時に予知せぬ事態が発生した結果、重度の障害を負ってしまった新生児やその家族に対して一定の補償を与える、医療機関が加入する制度です。

	令和5年4月1日以降 の出産の場合	令和4年1月1日から 令和5年3月31日ま での出産の場合	令和3年12月31日 以前の出産の場合
産科医療補償制度に加入 の医療機関等で 妊娠週数22週以降に出 産した場合	1児につき 50万円	1児につき 42万円	1児につき 42万円
産科医療補償制度に未加 入の医療機関等で 出産した場合	1児につき 48.8万円	1児につき 40.8万円	1児につき 40.4万円
産科医療補償制度に加入 の医療機関等で 妊娠週数22週未満で出 産した場合			

なお、多胎児を出産された場合には、出産された胎児数分だけ支給されますので、双生児の場合は、2人分が支給されることになります。



(人事労務事業部 有田一範)

中小企業庁の資金繰り支援、借換目的限定で12月末まで延長

中小企業庁は、指定期間が令和5年9月30日までとなっている新型コロナウイルス感染症に係るセーフティネット保証4号について、資金用途を借換目的に限定の上、全ての都道府県において期間を3ヵ月延長し、令和5年12月31日までとすることを発表しました。セーフティネット保証4号とは、自然災害等の突発的事由により経営の安定に支障を生じている中小企業者への資金供給の円滑化を図るため、災害救助法が適用された場合又は都道府県から要請があり国として指定する必要があると認める場合に、信用保証協会が通常とは別枠で借入債務の100%を保証する制度です。なお、今回の期間延長の対象は借換目的のみで、新規融資は予定通り9月末で終了します。

【出典】中小企業庁「新型コロナウイルス感染症に係るセーフティネット保証4号について、資金用途を借換目的に限定の上、指定期間を延長します」令和5年8月30日

首都圏・本社移転動向、「転出超過」だが超過数は大幅減少

帝国データバンクの調査によると、2023年1～6月の間に本社を首都圏から地方へ移転した企業は172社に上ったことがわかりました。昨年に続いて3年連続で150社を超えたほか、昨年同期の水準を上回る高水準で推移しています。一方で、同期間における首都圏への転入企業は164社でした。首都圏への転入企業は昨年と比べ大幅に増加しており、過去10年をみても3番目に次ぐ多さです。企業の首都圏流入の動きは、昨年まで停滞していたものの、2023年は一転して活発化しています。この結果、2023年上半期における首都圏への本社移転動向は、転出企業が転入企業を8社上回る「転出超過」となりましたが、昨年同期の企業の転出超過数は44社ただけに、コロナ禍から増加していた企業の「脱首都圏」の動きは急減速の兆しがみえてきています。

【出典】(株)帝国データバンク「首都圏・本社移転動向調査(2023年上半期)」令和5年9月6日

岸田首相 最低賃金「2030年半ばまでに1,500円を目指す」

首相官邸で行われた第21回新しい資本主義実現会議にて、岸田首相は「2030年代半ばまでに最低賃金額の全国加重平均が1,500円となることを目指す」と表明しました。今年の賃上げ率は3.58%、中小企業に限っても3.23%であり、約30年ぶりの高水準であったことに加え、10月の改定で今年度の最低賃金額は全国加重平均1,004円となり、目標であった1,000円超えを到達することを受け、今後も着実に引き上げを行う考えであると述べました。また、賃上げに向けた中小・小規模企業の支援のために、一部の補助金や助成金について要件緩和を実施する意向です。

【出典】首相官邸「新しい資本主義実現会議」令和5年8月31日

1月以降の飲食料値上げ 3万1,024品目に

東京商工リサーチが主要飲食料メーカー200社に向けた「価格改定・値上げ」調査によると、2023年1月～8月30日公表分までに出荷・納品分の価格改定(値上げ)をした対象品目が3万1,024品に達したことがわかりました。値上げ理由をみると、「原材料」が2万9,007品(構成比93.4%)でトップでした。次いで、「資源・燃料」が2万5,488品(同82.1%)、「物流」が2万424品(同65.8%)、「資源・梱包」が1万9,299品(同62.2%)と続きました。同社は、長引く円安や高騰するエネルギー価格も影響し、輸入食品を中心に、メーカー側では自社でのコスト負担に耐えられず、商品の値上げや内容量の削減を余儀なくされている状態と分析しています。

【出典】株式会社東京商工リサーチ「主要飲食料品メーカー200社の「価格改定・値上げ」調査」
令和5年8月31日

脱炭素社会へゼロカーボンアクション 30

世界各地で異常気象が発生する中、気候変動という地球規模の課題の解決に向けて、日本は、「2050年カーボンニュートラル、脱炭素社会の実現」(2050年までに温室効果ガスの排出を全体としてゼロにすること)を目指しています。

地球温暖化に影響を及ぼす温室効果ガスには、二酸化炭素(CO₂)やメタン、一酸化二窒素、フロンガスといった類があり、特に温暖化への影響が大きいとして問題視されているのが二酸化炭素の排出量の多さです。

脱炭素社会の実現に向け、暮らし、ライフスタイルの分野でも大幅な二酸化炭素削減が求められています。しかし、「脱炭素」という言葉を知っている人は多いですが、脱炭素のために何をしたらよいか分からないなど、具体的な行動に結びついていない状況だそうです。

そこで、普段のライフスタイルの中で、どのような行動が脱炭素社会の実現につながるのか、そのヒントをわかりやすくまとめているのが、環境省が提唱する「ゼロカーボンアクション 30」です。

食事を食べ残さない、使い捨てプラスチックの使用をなるべく減らす、宅配サービスをできるだけ一回で受け取る、マイバック、マイボトルを使うなどもすぐにはじめられるアクションです。他に、

- テレビやパソコン、見ない時、使わないときは消す。画面の明るさや音量は適切にする。
- 冷蔵庫の開け閉めは少なく、開けっ放しにしない。
- 照明の点灯時間を短くする。省エネ照明器具に買い替える。
- 洗濯物の量などにあった正しい量の洗剤を使う。
- 短い距離の移動は、徒歩や自転車にする。
- スーパーなどの買い物で、地産地消のものを選ぶ。



大切なのはエネルギーを無駄遣いしない意識と、日々の小さな行動の積み重ねです。世界共通の課題である脱炭素社会へ向けて、一人一人がしっかりと問題意識を持って日々の暮らしを見直していきたいですね。

出典:環境省「脱炭素ポータル」「ゼロカーボンアクション 30」

出典:JICA つながる世界と日本「カンタン! 私たちができるエコな行動」

調味料の塩分を確認しよう！

みなさんは普段の食事の塩分量は気にしていますか？わたしたち日本人の食塩摂取量は1日当たり約10gと諸外国と比べても大きく上回っているといわれています。この量は世界保健機構(WHO)が推奨している量(1日5g未満)の約2倍を摂取していることとなります。日本人の食塩摂取量の約7割はしょうゆやみそといった調味料からといわれています。塩分の摂りすぎは、さまざまな病気のリスクを高めることにもつながりますので、おいしく、健康的な食生活のためにも、減塩を意識しつつ上手に摂り入れたいですね。今回は調味料に含まれる塩分量についてご紹介します。

調味料に含まれる塩分量

以下は調味料に含まれる塩分量を多い順に表したものです。調味料を上手に使うためには、調理の際は目分量ではなく、きちんと計量して使うようにしましょう。調味料の量を正確に量ることは、塩分量の把握に役立ちます。

大さじ1杯(=15ml)分に含まれる塩分



減塩のコツは？！

薄味だと物足りないと思うかもしれませんが、少ない塩分量でもおいしく食べるためのコツは

- 塩分を含まない酢や香辛料(スパイス)を活用する。レモンや柚子などで香りと酸味を活かす。
- 香味野菜を使う。シソやみょうが、生姜、ねぎといった香味野菜を料理に使うと風味が味のアクセントになり、塩分控えめでもおいしく食べられます。
- うま味を利用する。昆布やかつお節でだしをとったり、干しいたけなどうま味の強い食品を使うことで、塩味が少なくてもおいしくなります。

また、出来上がった料理にしょうゆやソース、ドレッシングなどを使うときは、かけ過ぎないことや、料理に直接にかけず小皿などに調味料をとりわけてつけながら食べるなど工夫するとよいですね。

出典：厚生労働省「私たちの栄養課題 食塩の過剰摂取」

出典：e-ヘルスネット「調味料の上手な使い方」

出典：土岐市「はじめよう！美味しい減塩生活」

さっぱり照り焼きチキン

お酢を加えることで塩分控えめでもおいしい照り焼きチキンに！

<材料>2人分 1人分 238kcal

・ 鶏もも肉	大 1/2 枚(160g)	【調味料】	
・ サラダ油	小さじ 1	・ みりん	大さじ 2
【付け合わせ野菜】		・ 穀物酢	大さじ 1
・ レタス	適量	・ しょうゆ	大さじ 1/2
・ ミニトマト	適量		
・ きゅうり	適量		



<作り方>

- ① 鶏もも肉は筋を取り、皮目を上にしてまな板に置き、フォークなどで上からさして、皮目にいくつか穴をあけます。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、鶏肉を皮の面から中火で焼きます。3分ほど焼いてきつね色になったら裏返し、少し火を弱めてフライパンにふたをして1分ほど焼きます。ふたをはずし、余分な油と水分をペーパータオルなどでふき取ります。
- ③ ②に【調味料】を合わせたものを回しかけ、鶏肉全体に調味料がまわるように煮詰めます。
- ④ 焼きあがった鶏肉は食べやすい大きさに切り、お皿に盛り付け、付け合わせの野菜を添えて出来上がりです。

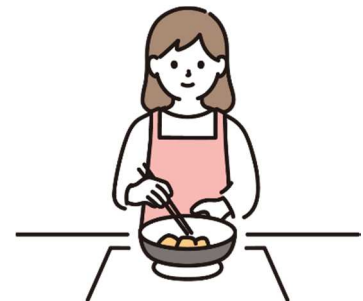


きのこのしょうゆ汁

最初にきのこを少量の水で蒸すことでうま味がアップ！仕上げのコショウ、三つ葉の香りもアクセントになります。

<材料>2人分 1人分 26kcal

・ しいたけ(4枚)	60g
・ えのきたけ	100g
・ 水	2と1/2カップ
・ しょうゆ	大さじ1と1/2
・ コショウ	適宜
・ 三つ葉	適宜



<作り方>

- ① しいたけは石づきをとって薄切りにし、えのきたけは根元をおとして幅3cmに切ります。
- ② 鍋に①を広げて入れ、水(大さじ1(分量外))を加えてふたをして中火にかけます。ふつつつとしたら軽く混ぜ、焦げないようにしながら鍋底に少しはりつくくらいまでそのまま2~3分炒ります。
- ③ 分量の水を加え煮立ったら弱火にし、ふたをして1~2分煮ます。しょうゆを加えて混ぜ、火を止めます。器に盛り、コショウをふって三つ葉をのせます。



これまで「財務会計」と「管理会計」を確認しました。

今回は税務会計をみていきます。

税務会計の目的と、財務会計、管理会計の復習もかねてその違いなどを確認していこうと思います。

■ 税務会計とは

税務会計とは、税金計算を目的とした会計のことです。税務会計が対象とする税金の種類は主に、法人税・所得税・消費税があります。法人税では、財務会計で計算した利益を法人税の課税所得に調整していくという手続きを行っていきます。この手続きには税効果会計が含まれることもあり、これも含めて税務会計ということがあります(税効果会計については、次回、みていこうと思います)。

また、個人事業主は所得税で事業所得などを計算するために帳簿付けを行いますが、決算を公表せず所得税計算のためだけに行っているため、所得税のルールに基づいて帳簿付けを行っています。財務会計で求められる利益や財産計算をしても、決算を公表しないために特にメリットがないため、個人事業主のほとんどは税務会計をおこなっています。

■ 税務会計の目的

税務会計の目的は税金を計算することです。この目的のために帳簿付けの方法として2つあります。1つは、税務会計に特化して帳簿付けを行う方法です。

具体的には、個人事業主など所得税を計算するためだけに帳簿付けを行うことが考えられ、所得税のみを想定するため、決算の公表はありません。よって会計基準よりも税法を優先して会計処理を行っていきます。

もう1つは、財務会計の結果を税金計算のために調整する方法です。

具体的には、決算の公表があり法人税を支払う企業が考えられ、まず、財務会計で正しく財産や利益の計算を行って決算書の公表を行います。その後、財務会計で計算される利益は、法人税の課税所得と必ずしも一致しないため、法人税の計算のために調整するという手続きを行います。

■ 税務会計と管理会計・財務会計の違い

主な違いは、目的、ルール、決算書や申告書の利用者です。

◆税務会計と管理会計を比較すると次のようになります。

	税務会計	管理会計
会計の目的	税金計算	企業等事業所の経営管理に役立つ情報の提供
ルールや法律	税法	なし、企業等各事業者の任意
利用者	税務署	企業等各事業者の経営者や管理者

管理会計は、経営管理に役立つ情報の提供を目的として、各事業者が任意に行う会計です。代表的なものに資金繰りや予算管理などがありますが、管理会計を行っても税金計算に直接影響することはありませんし、各事業者が任意に行う会計のため、厳密な定義や範囲はありません。

◆税務会計と財務会計を比較すると以下です。

	税務会計	財務会計
会計の目的	税金計算	財産や利益の計算
ルールや法律	税法	会計基準
利用者	税務署	株主や債権者、投資家など

税務会計と財務会計は厳密に区別できるものではありませんが、税務会計は申告書を作成することや課税所得を計算するために、(*1)益金や損金を計算することが税務会計です。

税金計算が目的のため、法人税法や所得税法などの法律がルールで、計算結果である申告書は税務署に提出しなければなりません。

((*1)財務会計の収益と費用を法人税では益金と損金といいます)。

それに対して、財務会計は会計基準を順守して、財産や利益を正しく計算することが目的です。違いが生じる例として、財務会計では利益を正しく計算するために(*2)引当金を計上することがありますが、税務会計では引当金が基本的に認められません。つまり、財務会計では費用にできるものの、税務会計(法人税)では損金にすることができないというわけです。

((*2)将来的に発生するであろう損失や費用の支出に備え、準備をする見積金額のことをいいます)

法人は個人事業主と違い、決算を公表する義務があることがほとんどです。よって、財務会計で求められる利益や財産を正しく計算して決算書を作成する必要があり、さらに法人税も計算して納付をしなければなりません。つまり、財務会計と税務会計を取り入れることになります。

それでは、2つの会計を取り入れるので、財務会計のために帳簿を1つ、税務会計のために帳簿を1つと別々に作成をするのでしょうか。いいえ、そういうことはしません。現実的には財務会計のために帳簿を1つ作成して、財務会計の結果を法人税の計算のために調整するという手順をとります。

法人税の計算では、財務会計の収益と費用を法人税の益金と損金に調整していきます。そのような調整を行うことで、財務会計の利益を法人税の課税所得に変換することができるのです。



*次回は税効果会計についてみてみたいと思います。

仕事のストレスをコントロール セルフ・コンパッション

仕事をする上で、失敗や困難などのストレスに直面する場面があります。そのストレスと向き合うための方法として、セルフ・コンパッションが注目されています。

■セルフ・コンパッションとは

「セルフ・コンパッション」とは、「self＝自分自身」と「compassion＝思いやり、慈悲」を合わせた言葉で、米国テキサス大学のクリスティン・ネフ准教授が提唱しました。「愛する人に対する思いやりや、労りと同じ気持ちを自分自身にも向け、状況に関わらず自分を素直に受け入れること」と説明しています。セルフ・コンパッションは、フィジカルとメンタルの良好さ(ウェルビーイング)両方に影響を与えるとされており、ストレスや不安に捉われず困難を乗り越える力として、ビジネスシーンでも重視されています。

■セルフ・コンパッションに必要な3つの要素

セルフ・コンパッションは、3つの要素から構成されると考えられています。

1.「Self-Kindness」(自分への優しさ)

→苦しみや悲しみに直面した時に自己批判して自分を傷つけたりせず、大切な友人に接するように、自分を労り、優しくします。

2.「Common humanity」(共通の人間性)

→ミスや困難を経験した時に自分だけがしんどいと抱え込まず、誰もが苦しい時を経験し、失敗や困難は誰にでもあると肯定的な認識をします。

3.「Mindfulness」(マインドフルネス)

→否定的な考え方が浮かんだ時にそれにとらわれず、現実に行っていることに意識を集中し、あるがままを受け入れて感情のバランスを保つようにします。

■セルフ・コンパッションを高める方法(一例)

・慈悲の瞑想

軽く目を閉じ、ゆっくりと深呼吸をして瞑想を行うことで、慈悲(自分や他人に対して優しさや慈しみを向ける)の心を養う方法です。



・スージングタッチ

ストレスを感じたときに、手を胸に当てるなど、自分が安心感を得られる体の部位に手を当てる行動をとることで、自分の心を安定させ落ち着かせる方法です。



・ジャーナリング

頭に思い浮かんだことをありのままに“書く”ことで自分の気持ちを整理し、ストレスを軽減する方法です。



セルフ・コンパッションが高まると、様々なことに気づいて受け入れられるようになり、本当に自分のためになっているものや、喜びや幸せなどに意識が向いてくると言われています。工作中、困難な場面やストレスを感じる事があったら、一度一呼吸おいて、現状を受け入れて、感情をコントロールしてみるとよいかもしれませんね。

参考:セルフ・コンパッションと「あるがまま」(公益社団法人日本心理学会)