

目次

税のページ	02
»インボイス制度だけじゃない…電子帳簿保存法について確認しよう	
経営のページ	05
»LINE からも利用可能に 経営相談チャットサービス E-SODAN とは	
マネーのページ	06
»2023 年 4 月から解禁！ 給与デジタル払い	
保険(リスクマネジメント)のページ	08
»労働関係の助成金が電子申請できるようになりました	
ニュースな数字	09
エコのある暮らし	10
»災害に備えて 在宅避難の備蓄品リスト	
栄養と健康のページ	11
»夏バテ予防に！ 夏にとりたい栄養素	
おいしいレシピ	12
»うなぎのちらし寿司 / 赤パプリカとじゃこのきんぴら	
会計について考えるページ 8	13
»管理会計について	
仕事のエスプリ	15
»仕事のパフォーマンス向上に！ 「睡眠五感」を意識して、質の良い睡眠をとろう	

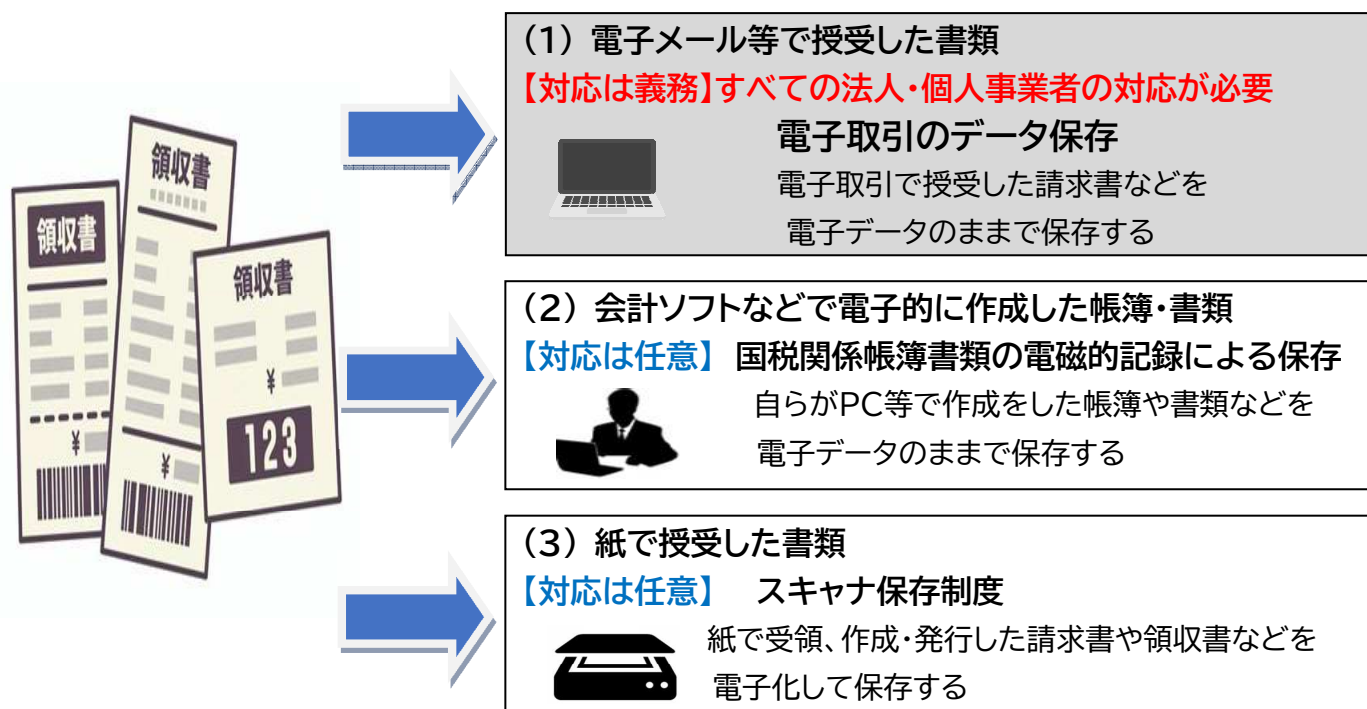
インボイス制度だけじゃない…

電子帳簿保存法について確認しよう



◆電子帳簿保存法とは

電子帳簿保存法とは、国税関係(法人税法や所得税法等)の帳簿や書類について、電子データで保存する時の取扱い等を定めた法律のことをいいます。国税関係の帳簿とは、仕訳帳や総勘定元帳等の帳簿のことで、国税関係の書類とは、決算関係書類(損益計算書、貸借対照表)や請求書、領収書等のことです。電子帳簿保存法上の区分のイメージとしては、以下のようになります。



電子帳簿保存法(特に電子取引)は、個人事業主から法人まで、すべての事業者に影響します。今回は、2024年1月より義務化される電子取引のデータ保存について、確認したいと思います。

電子取引とは、取引に必要な情報を紙ではなく電子データで授受する取引を指し、具体的には、電子メールやクラウドサービスを利用した取引情報のやり取りがあげられます。

「電子取引のデータ保存」は2023年(令和5年)12月31日までは書面に印刷し保存することが許されていますが、2024年(令和6年)1月1日以後発生する電子取引は、必ず電磁的記録で保存しなければなりません。

◆「電子取引のデータ保存」の保存要件は

電子データを保存する際、「保存されたデータが改ざんされないようにする＝真実性の確保」と「保存されたデータを検索・表示できるようにする＝可視性の確保」の2要件を満たす必要があります。

「真実性の確保」は、次頁の表Aの①～④のいずれかの措置を行えば満たすことができますが、「可視性の確保」は、原則、表Aに記載されている措置のすべてを行う必要があります。

表A

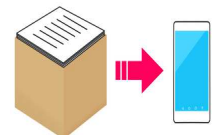
真 実 性 の 確 保	*以下のいずれかの措置を行う	
	①タイムスタンプが付された後、取引情報の授受を行う	
	②取引情報の授受後、速やかにタイムスタンプを付すとともに、保存を行う者または監督者に関する情報を確認できるようにしておく	
	③訂正や削除を確認できるシステム、または訂正や削除を行うことができないシステムで取引情報の授受および保存を行う	
	④訂正や削除の防止に関する事務処理規程を定め、それに沿った運用を行う	
可 視 性 の 確 保	*保存場所に、電子計算機(パソコン等)、プログラム、ディスプレイ、プリンタ及びこれらの操作マニュアルを備え付け、画面・書面に整然とした形式及び明瞭な状態で速やかに出力できるようにしておく	
	電子計算機処理システムの概要書を備え付ける	
	検索機能を 確保する	①取引年月日その他日付、取引金額、取引先について検索できる
		②日付または金額の範囲指定により検索できる
③2つ以上の任意の記録項目を組み合わせた条件により検索できる		

注1) 税務調査の際等に、税務署員から電磁的記録のダウンロードを求められた場合に、対応できる状態であれば、上記検索要件の②と③は不要となります。

注2) 基準期間の売上高が 5,000 万円以下の方、システムの対応が間に合わない等の相当の理由がある事業者等は、出力書面を保存(5,000 万円以下の事業者等は出力書面の保存も不要)、税務署員から求められた際にデータで渡せる状態であれば、従前の保存方法のままでよいこととされています。
(令和 5 年度税制改正)

◆電子データでの保存が完全に義務化されると、業務はどう変わるでしょう

請求書や領収書を紙で発行・受領した場合、電子データで発行・受領した場合に分けて確認します。



●電子データで発行した場合

電子で発行した請求書や領収書の控(電子)は、電子データのまま保存する必要があり、紙に印刷し、元の電子データを破棄することはルール違反となりますので、注意が必要です。

●電子データで受け取った場合

電子データで受け取った請求書や領収書は、電子データのまま保存する必要があり、紙に印刷し、元の電子データを破棄することはルール違反となりますので、注意が必要です。

●紙で発行した場合

紙で発行した請求書や領収書の控(紙)は、紙のまま保存して問題ありません。保存方法は、

- ①紙で発行した請求書や領収書の控をそのまま紙で保存
- ②スキャンし、データ化して保存
- ③PC 等で作成した電子データのまま保存(取引先へは紙で渡し)という方法があります。

*②の方法を取る場合、電子帳簿保存法の「スキャナ保存」のルールに従う必要があります。保存要件等の詳細はスキャナ保存関係パンフレット(国税庁)をご確認下さい。

https://www.nta.go.jp/publication/pamph/sonota/0018004-061_02.pdf

*③の方法を取る場合、電子帳簿保存法の「国税関係帳簿書類の電磁的記録による保存」のルールに従う必要があります。保存要件等の詳細は、法第4条 国税関係帳簿書類の電磁的

記録による保存等関係 をご確認ください。

<https://www.nta.go.jp/law/tsutatsu/kobetsu/sonota/980528-4/02.htm>

●紙で受け取った場合

紙の請求書や領収書を受け取った場合、紙のまま保存して問題ありません。保存方法としては

- ①紙で発行した請求書や領収書の控をそのまま紙で保存
 - ②スキャンし、データ化して保存
- ②の方法を取る場合は、電子帳簿保存法の「スキャナ保存」のルールに従う必要があります。保存要件等の詳細は前述のスキャナ保存関係パンフレット(国税庁) をご確認ください。

◆電子帳簿保存法を導入する場合の3ステップ

★ステップ1:現在の状況を整理して保存方法を決める

- ・どの文書を電子化するのか
- ・電子化する文書は「電子帳簿等保存」「スキャナ保存」「電子取引」のどの区分に該当するか
- ・自社に適した電子データの保存方法はなにか

★ステップ2:電子データの保存場所を決める

- ・電子データの保存場所(クラウドシステムや自社サーバ等)を決める。
- ・保存した電子データは必要に応じていつでも内容を参照できるように整理する。
- ・万が一に備えて、データ破損等を防ぐバックアップ体制も構築しておく必要がある。
- ・訂正や削除を確認できる、もしくは訂正や削除ができないようにするシステムを利用する場合は、タイムスタンプを付与しなくても電子データを保存できる。

★ステップ3:業務フローを見直す

例えば、電子データを紙に印刷してから経理に回していた企業の場合、

- ・上長の確認や承認方法はどのようにするのか
- ・経理への回付方法はどのようにするのか

等電子帳簿保存法に沿った社内ルールを設定し、適切に運用することが大切。

営業担当者の立替経費や交通費の IC カードによる支払データ等も電子取引に該当するため、電子取引のデータ保存については「経理担当者だけが知っていればいい」という話ではありません。保存すべき取引情報が誤って破棄されないよう、電子取引のデータ保存の概要や社内で決めた保存ルール、具体的にどのように対応してほしいか等を周知しておきましょう。



*「電子帳簿等保存制度特設サイト (国税庁) 令和5年6月30日 (一部改訂) 」

<https://www.nta.go.jp/law/joho-zeikaishaku/sonota/jirei/tokusetsu/index.htm>

LINE からも利用可能に イーソーダン 経営相談チャットサービスE-SODANとは

E-SODANは、独立行政法人中小企業基盤整備機構が運営する、中小企業の方や、その支援者の方が抱える経営に関する悩みに答えてくれる、経営相談チャットサービスです。AIチャットボットと、専門家とのチャットの2つで構成され、いつでも、どこでも経営に関する相談ができるとしています。さらに昨年12月1日からLINE(モバイルメッセージングアプリケーション)でのサービスも始まりました。

■2つの相談方法

AIチャットボット
24時間
受付中



①AIチャットボット「こーめい1号」が経営に関する様々な悩みに対し、豊富な相談対応実績のある専門家が監修する回答集のなかから、AIが最適と判断する回答や関連する情報等を提示します。

専門家とのチャット
平日9時～17時
受付中



②「司馬アドバイザー(中小機構所属の専門家)」と直接チャットができます。ベテランの中小企業診断士等、頼れる専門家が回答してくれます。毎週火曜日はITやECに関する相談にも対応、木曜日は、新型コロナウイルスを含む感染症や災害に備えるための事業継続力強化計画策定についてのアドバイスも行っています。

■LINE でも利用可能に

2023年12月1日から、LINEでも利用可能となりました。
「友だち追加」をし、登録してから利用開始となります。
※PC版LINEでは利用できません



■チャットサービス利用時の注意事項

- *氏名・電話番号・メールアドレス等の個人情報は入力しないでください。
- *企業の営業秘密等、第三者に対して秘密にしておく必要がある情報も入力しないでください。
- *推奨ブラウザがありますので、使用環境等は公式サイトにてご確認ください。
(一部の古いブラウザでは正しく表示されない場合があります)

経営相談チャットサービス E-SODAN公式サイト

<https://bizsapo.smrj.go.jp/>

2023年4月から解禁！ 給与デジタル払い

労働基準法では、給与の支払方法は現金払いが原則ですが、労働者の同意を得た場合には、銀行等金融機関の預金又は貯金の口座振込みが認められてきました。近年のキャッシュレス決済の普及や送金サービスの多様化が進む中で、4月から給与のデジタル払いも認められることとなりました。

■給与デジタル払い(デジタル給与)とは

給与デジタル払いとは、従業員の給与(賃金)を電子マネー(デジタルマネー)で振込むことができる制度のことです。2023年4月から給与デジタル払いを希望する労働者の同意を得た場合には、一部の(*1)資金移動業者の口座への給与支払いが可能となりました。

(*1)資金移動業者とは、銀行口座などを介さずに送金サービスができる登録事業者のことで、●●ペイなどと呼ばれるものが代表的です。その資金移動業者の中で一定の要件を満たした業者のみ、厚生労働大臣の指定を受け、給与デジタル払いを取り扱う業者になることができます。

なお、給与デジタル払いは2023年4月に解禁されたものの、厚生労働大臣による指定資金移動業者の審査を終える必要があります、2023年6月時点ではまだ、給与デジタル払いの利用を開始できる具体的な業者や日程などは公表されていません。

■給与デジタル払いのメリット・デメリット

給与デジタル払いのメリット・デメリットを企業側・従業員側それぞれの視点からみていきます。

メ リ ツ ト	企 業 側	<ul style="list-style-type: none"> *資金移動業者への送金手数料は比較的安価なため、振込手数料の削減に繋がる *銀行口座を持たない従業員へ給与の支給が可能になる *給与の支払い方法が増えることで、企業イメージの向上や雇用機会が増加する
	従 業 員 側	<ul style="list-style-type: none"> *キャッシュレス決済の利便性が向上する *ポイント還元をしている業者が多いため、利用分のポイントを受け取れる可能性がある *給与の一部のみを給与デジタル払いとすることができるので、自分の生活に合わせて利用選択の幅が広がる
デ メ リ ツ ト	企 業 側	<ul style="list-style-type: none"> *給与デジタル払いは従業員の希望によるため、従来の現金払いや銀行口座振込みと二重運用が発生し、事務負担が増える *新たな仕組みやシステム構築、セキュリティ強化に時間とコストがかかる
	従 業 員 側	<ul style="list-style-type: none"> *希望の資金移動業者が利用できない場合がある *資金移動業者の口座は、入金できる金額に100万円の上限が設定されているので、口座残高が100万円を超えないよう、事前に他銀行口座などに振り替えておく必要がある *資金移動業者によって補償範囲が異なるため、不正引き出しや破綻時の補償が不安

■給与デジタル払いの導入に必要なステップ

企業として給与デジタル払いを導入する場合、以下のようなステップが必要となります。

① 指定資金移動業者の選定

給与デジタル払いに利用する指定資金移動業者を選定します。

② 労使協定の締結

労働組合もしくは労働者の過半数の代表者と労使協定の締結が必要です。
この協定には、給与デジタル払いに関する具体的な内容や手順が含まれます。

③ 就業規則(給与規定)を改定・届出提出

給与規定を変更したら、変更届出の提出が必須です。
届出を怠った場合は、罰金が科せられる可能性があります。

④ 従業員への周知・留意事項を説明

利用可能な指定資金移動業者、給与デジタル払いの受取範囲(金額など)の選択肢、給与デジタル払いを希望する場合に会社に提出する必要書類などを従業員に説明する必要があります。

⑤ 給与デジタル払いを希望する従業員からの同意書の提出

同意書には、希望する従業員の署名をもらうことが一般的です。
同意書のフォーマット例が厚生労働省のHPに紹介されています。



⑥ 給与デジタル払い開始

日本国内のさらなるキャッシュレス化を進める上でも注目されている給与デジタル払い。
すでに厚生労働省へ指定申請を行っている公表している資金移動業者もあるようですが、実際の利用にはもう少し時間がかかりそうです。

ご興味のある方は厚生労働省のホームページで詳しく確認ができます。

「資金移動業者の口座への賃金支払(賃金のデジタル払い)について 厚生労働省」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/zigyonushi/shienjigyoku/03_00028.html

労働関係の助成金が 電子申請できるようになりました

i) 令和5年4月、6月から電子申請開始となった助成金は以下の通りです

- ・人材開発支援助成金
- ・両立支援等助成金
- ・キャリアアップ助成金(正社員化コース)
- ・キャリアアップ助成金(正社員化コース以外)
- ・通年雇用助成金
- ・人材確保等支援助成金
- ・地域雇用開発助成金
- ・トライアル雇用助成金(一般トライアルコース)
- ・トライアル雇用助成金(一般トライアルコース以外)
- ・中途採用等支援助成金
- ・労働移動支援助成金

※なお、キャリアアップ助成金については、これから計画書を提出する事業所に限られます。
また、既に計画書を提出している企業は、再度計画書を電子申請しなければ支給申請を電子で行うことはできません。

ii) 既に電子申請できる助成金は以下の通りです

- ・雇用調整助成金・産業雇用安定助成金
- ・特定求職者雇用開発助成金

電子申請により、書類の印刷や、労働局への持参の手間やコストが削減されるため、より便利になりました。

* 電子申請には、申請期限に間に合うように「GビズID」を申請して取得することが必要です。
(電子申請を社会保険労務士や代理人に依頼する場合もGビズIDの取得が必要)。
GビズIDの詳細・取得はこちらをご覧ください。 → <https://gbiz-id.go.jp/top/>

(人事労務事業部 有田一範)

2024年から市場価格の6割で評価 マンション相続税

国税庁は2024年1月1日からの適用を目指し、相続税の課税のもととなるマンションの評価額が市場価格の6割以上になるように引き上げる、相続税の新たな算定ルールを発表しました。相続税法の時価主義の下での相続税の評価額と市場価格との乖離の実態によりますと、マンションは全国平均で評価額が市場価格の42%~50%にとどまっており、マンションの65%で評価額が半分以下となっている現状があります。タワーマンションの高層階などで評価額の低さを利用した節税策、いわゆる「タワマン節税」を抑止する狙いがあるようです。新たな算定ルールは、相続税評価額が市場価格と乖離する要因となっている築年数、総階数、所在階、敷地持分狭小度の4つの指数に基づいて、市場価格との乖離率を予測し、その結果、評価額が市場価格理論値の60%に達しない場合は60%に達するまで評価額を補正するとしています。

【出典】国税庁「マンションに係る財産評価基本通達に関する有識者会議について」令和5年6月30日

コロナ禍で人員削減した企業の6割が現在、人手不足状態

株式会社東京商工リサーチが行った2023年企業の「人手不足」に関するアンケート調査結果によりますと、全国の約1割(構成比9.8%、599社)の企業がコロナ禍(2020年2月以降)で何らかの人員削減を行ったと回答、そのうち(有効回答数507社)の61.5%(312社)が現在、人手不足状態に陥っていることがわかりました。2023年4月の全国の有効求人倍率(季節調整値)は1.32倍で、2022年8月以降、9カ月連続で1.3倍台と高水準で推移しています。コロナ禍以降で人員削減が行われたと回答した企業のうち、とくに宿泊・飲食サービスや小売では、本年4月の新規求人も、依然として前年同月を7%以上上回るなど、人手不足は常態化しているようです。

【出典】株式会社東京商工リサーチ「2023年企業の「人手不足」に関するアンケート調査」
令和5年6月20日

2022年度個人株主数、過去最多6.982万人

2022年度の全国4証券取引所上場会社(調査対象会社数:3.927社)の株主数合計(延べ人数)は、前年度比525万人増加して7.140万人、そのうち全体の97.8%を占める個人株主数は、前年度比521万人増の6.982万人となり、過去最多を記録したことが、東京証券取引所が公表した「2022年度の株式分布状況調査」結果からわかりました。個人株主の増加は9年連続です。個人の株式保有金額も10兆530億円増の131兆2553億円と過去最高を更新、保有比率では個人が17.6%、外国人投資家が30.1%と、いずれも前年度並みでした。来年に始まる少額投資非課税制度(NISA)の拡充や株価の大幅な変動などが押し上げ要因となっているようです。

【出典】株式会社東京証券取引所「2022年度株式分布状況調査の調査結果について」令和5年7月6日

社長の平均年齢は60.4歳、過去最高を更新

株式会社帝国データバンクが発表した「全国社長の年齢分析調査(2022年)」結果によりますと、2022年時点の社長の平均年齢は60.4歳となり、前年を0.1歳上回り、32年連続の上昇で過去最高を更新しました。社長が交代した割合は3.82%で、前年から0.1pt低下し、2010年以降は3%台後半で推移しています。社長が引退する平均年齢は68.8歳と、70歳が現在の段階で交代している結果になりました。また、社長の年代別構成比をみますと「50歳以上」の社長が8割を超え、この5年間で3.0pt上昇しています。そのうち70代以上は25.2%となり、社長の4人に1人は70歳以上で占められている一方で40歳未満の社長は3.3%にとどまっています。

【出典】株式会社帝国データバンク「全国「社長年齢」分析調査(2022年)」令和5年6月15日

災害に備えて在宅避難の備蓄品リスト

近年、全国各地で台風や大雨といった自然災害による被害が増えてきています。災害が起こった際、都市部などの人口の多い地域では住民全員を避難所に収容するのが難しくなっていることから、在宅避難の重要性が高まっているといわれています。今回は在宅避難となった場合に必要な備蓄品についてご紹介します。

在宅避難とは？

在宅避難とは、災害が起きたときに、身の安全が確保され、自宅に倒壊や焼損、浸水、流失の危険性がない場合に、避難所へ行かずにそのまま自宅で避難生活を送ることをいいます。

最低 3 日分の備蓄をしましょう

大規模災害時にはライフラインが使えなくなる可能性があります。災害状況が落ち着くまでの間に必要な水や食料、衛生用品や生活用品なども備蓄しておきましょう。災害用の備蓄は「最低 3 日間、推奨 1 週間」とされています。在宅避難をする場合の備蓄品の一例をご紹介します。

水・食料

- 飲料水
- 非常食(ともに最低 3 日分)

道具類

- LED ライト
- 卓上コンロ・カセットボンベ
- ラジオ
- モバイルバッテリー

衣類・生活用品

- 下着・防寒着
- ウェットティッシュ
- タオル
- ごみ袋

医療・衛生用品

- 常備薬・お薬手帳
- 簡易トイレ
- 除菌シート・せっけん
- 生理用品
- 歯磨きセット
- 使い捨てビニール手袋

赤ちゃん用

- 乳幼児用液体ミルク・粉ミルク
- 哺乳瓶・紙コップ
- 親子健康手帳(母子健康手帳)
- ベビーフード
- おむつ・おしりふき



通常購入している保存性の良い食料品は少し多めに買い置きし、その後、賞味期限などを考えながら計画的に消費し、消費した分を新たに買い足すようにするローリングストックを活用するとよいですね。

いざという時に期限切れで使えなかったということのないよう、定期的にチェックして災害時に備えましょう。

出典：東京都「東京備蓄ナビ」「東京防災」

出典：葛飾区「災害に備えて「分散避難」を考えてみましょう」

夏バテ予防に！夏にとりたい栄養素

本格的な夏がやってきました。疲れが抜けにくかったり、暑さで食欲がなくなったりと、すでに夏バテ気味の方もいるかもしれませんね。

夏バテを防ぐには、生活リズムを整え、食欲がなくても、できるだけ栄養バランスのよい食事をとることが大切だそうです。今回は夏に積極的にとりたい栄養素についてご紹介します。

夏にとりたい栄養素とは？

》 ビタミン B1

ビタミン B1 は、疲労回復に欠かせない栄養素だそうです。食事から摂取した糖質を体内でエネルギーに変えたり、疲労物質を分解する働きがあるといわれています。ビタミン B1 は体内に蓄えておくことができず、汗とともに排出されやすいため、発汗量の多い時期はどうしても不足しがちになるそうです。

ビタミン B1 を多く含む食材は、豚肉(特にヒレ肉やもも肉)、卵、玄米、アボカドなどがあります。

》 ビタミン C

ビタミン C は、ストレスを軽減するホルモンを合成する働きが期待できます。暑さや疲労を感じると、副腎からストレスを軽減するためのホルモンが多く分泌されますが、この時にビタミン C が大量に消費されるので、ストレスが多いとビタミン C が不足してしまうそうです。ビタミン C は体内で合成できないため、毎日の食事からしっかりとることが大切です。

ビタミン C は、じゃがいも、カラーピーマン、キウイなど、野菜と果物に多く含まれています。ビタミン C は水に溶けやすく、調理時に失われやすいのですが、じゃがいものビタミン C はデンプンで覆われているため、流出が少ないといわれています。

》 良質なたんぱく質

良質なたんぱく質とは、必須アミノ酸をバランスよく含んでいるたんぱく質のことをいいます。体の中で効率よく利用され、体を作る材料となるそうです。暑さで食欲がなくなると、食事量の低下に比例して、たんぱく質の摂取量も不足しがちになるため、意識してとることが大切だそうです。

良質なたんぱく質は、肉類、魚介類、大豆製品、卵などに多く含まれています。

夏バテしないよう、栄養バランスのよい食事を心がけて暑い夏を乗り切りましょう！

出典：NHK 健康チャンネル「夏に摂取したい栄養素とは？」



うなぎのちらし寿司



うなぎにはビタミン A、ビタミン B1・B2、ビタミン D、
ビタミン E が豊富に含まれています。

<材料> 5~6 人分 1人分 432kcal

・ 米	3 カップ
・ 昆布	10 cm角 1 枚
・ 酒	大さじ 2
・ 実山椒	大さじ 2
・ いりごま(白)	大さじ 3
・ うなぎのかば焼き	1 串
・ きゅうり	1 本
・ 塩	少々
・ サラダ油	少々
・ みょうが	2 個
・ 青じそ	6~7 枚

【合わせ酢】

・ 酢	大さじ 4
・ みりん	大さじ 1
・ しょうゆ	小さじ 2

【炒り卵】

・ 卵	1 個
・ みりん	小さじ 2
・ 塩	少々



<作り方>

- ① 米をといで炊飯器に入れ、酒、昆布、水(分量外、炊飯用)を入れ、水の量を調整していつもより少し硬めに炊きます。
- ② 【合わせ酢】の材料を鍋に入れ、ひと煮立ちさせます。
- ③ ご飯が炊き上がったら昆布を取り除いて飯台にうつし、②を加えてすし飯をつくり、実山椒、いりごまを混ぜます。
- ④ うなぎは耐熱皿にのせ、ふんわりラップをして 600W の電子レンジで 30 秒ほど加熱して温め、7mm幅に切ります。きゅうりは小口切りにして塩をふり、しんなりしたら、水気を切ります。卵は割りほぐし、みりんと塩を入れます。フライパンにサラダ油を熱して炒り卵を作ります。
- ⑤ みょうが、青じそは縦半分に切り、千切りにします。
- ⑥ 器にすし飯をよそい、うなぎ、炒り卵、みょうが、青じそを乗せて出来上がりです。

赤パプリカとじゃこのきんぴら



パプリカにはビタミン C、β カロテン、ビタミン E が豊富に含まれています。パプリカに含まれるビタミン C は、加熱しても壊れにくいといわれています。

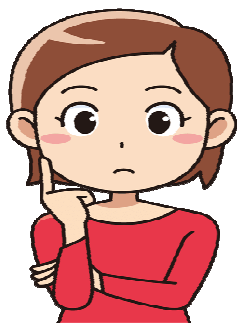
<材料> 2 人分 1人分 70kcal

・ 赤パプリカ	2 個
・ ちりめんじゃこ	20g
・ いりごま(白)	適量
・ パセリ(生)	少々

・ しょうゆ	大さじ 1
・ 酒	大さじ 1
・ みりん	大さじ 1/2

<作り方>

- ① パプリカはヘタを切りとり、縦に 5mm 程度の細切りにします。
- ② 耐熱容器にパプリカ、ちりめんじゃこ、しょうゆ、酒、みりんの材料を全て入れたら、軽く混ぜ合わせます。
- ③ ふんわりラップをして、600W の電子レンジで 4 分加熱します。
- ④ ③を器に盛りつけ、いりごま、刻んだパセリを振りかけて出来上がりです。



「財務会計」と「管理会計」。

経理や会計の本などを見ていると目に入ることがあります。

企業の会計はその目的の違いによって、2つに大きく区別されます。前回は「財務会計」についてみていきました。今回は、「管理会計」について、目的や機能などから確認していこうと思います。

■ 管理会計とは「社外に公開されない内部向けの会計」

管理会計とは、自社の経営に活用するため、社内向けにまとめる会計のことをいいます。

株主や取引金融機関等社外の利害関係者に提出する「社外の利害関係者向けの会計」である財務会計と異なり、経営判断に活用するために役立てられます。経営に関する迅速な意思決定を行うためには、自社の現状をタイムリーに把握する必要があります。そのため管理会計には、現状の可視化だけでなく、スピーディーさも求められます。

■ 管理会計を行うメリット

(1)会社の経営状態を明確にし、かつタイムリーに把握することで、目標や戦略がたてやすくなる
事業規模が拡大すると、部門別財務状況の把握や収益バランス、人員や資本、経営資源の配分等を検討する重要性も増してきますが、「決算報告書の開示」を目的に作成される財務会計だけでは、上記のような経営課題における指標を経営に活かしていくには難しい面があります。

管理会計では、月単位や週単位等社内ルールに従い経営状況の「見える化」が可能ですから、管理会計で得た情報を具体的な施策に活用していくことで、適切な時期に適切な施策を立案・実行することにつながるといえます。

(2)部門ごとの業績・評価・改善が管理しやすくなる

管理会計を部門ごとに行うと、利益が出ている部門、苦戦している部門が見えてきますが、現状を部門単位で把握することで、時間利益目標やコストカット目標等も現場ごとに適した目標がたてやすく、業績の評価や管理もしやすくなります。また、管理会計の情報を現場に提供することで、現場担当の指示にも客観性が加わって説得力が増し、現場からも自発的に経営改善に取り組む意識が芽生える等、結果としてさらなる利益増大も狙えるということになります。

さらに、「財務会計」は、金融商品取引法、会社法等の法律によって定められ、法令に準拠した会計基準に基づいて算出しなければなりません。管理会計は法令上「任意」となっているため、財務会計のように損益計算書や貸借対照表等書式が決まった書類もなく、「社内で理解されればよい」とされているため、法律に縛られた難しいルールもなく、自社の状況に合わせ自由にカスタマイズできるので、スピード感のある経営判断のためにも取り組むことが望ましいとされています。

■ 管理会計の主な業務

管理会計は、企業によって必要な情報をカスタマイズできるものですが、一般的に概ね「予実管理」「原価管理」「経営分析」「資金繰り管理」の4要素で行われます。

①予実管理

予算管理は、年度ごとや中長期的期間で、予算管理とその情報を経営に活かすことを目的とし、全社で目標を立て、各部門に分配したり実績と対比したり等で部門の成果を管理します。一定期間ごとに予算と実績を比較することで、計画の進捗状況を確認することができ、遅れや苦戦が見られる部門にはテコ入れを行う等、PDCA サイクルで管理することもできます。また、月次決算とあわせて把握することで、月単位で営業成績や経費状況を迅速に比較でき、次月の施策に反映する等、意思決定のスピードアップに繋がります。

②原価管理

利益を確保するためには、コスト(原価)がどのくらいかかっているかを正しく知ることも重要です。原価管理は、原材料や部品のコストを計算するだけでなく、人件費、設備費等も算出し、正確に原価を把握することで、製品価値や利益に見合った価格設定を行ったり、損益や経営状況を把握することにも利用できます。原価管理では、基準となる標準原価を概算で設定し、製品完成時に実際に必要とした原価を計算して、標準原価との差異を分析します。標準原価と実際原価を比較することで、どの工程・材料を抑えるか等の対策を立てやすくなり、売値や利益の適正化にも役立てることができます。

③経営分析

企業規模や業種・業態等により、どのような経営分析が必要かは変わりますが、最低限見ておきたいポイントは収益性(損益)と安全性(資産)です。現状どのくらい成長しているか(売上成長率や営業利益率)、現在の資本はどのくらいか(自己資本比率、当座比率等)は、あらゆる企業で分析しておきたい指標といえます。

特に収益性は、財務会計では売上総利益、営業利益、経常利益、当期純利益等が重要な指標となりますが、管理会計では「限界利益」が重視されます。限界利益とは、売上高と変動費の差のことで、損益分岐点の分析時に出てくる、全ての固定費を回収できる地点を示す管理会計上の指標です。例えば、1つの商品を200円で仕入れ、250円で販売する場合、単純に考えると50円の利益ですが、その中には人件費や広告宣伝費などの変動費も含まれますから、これら変動費が高ければ、限界利益は低くなり、そこから固定費を引いてマイナスになってしまうと、「利益で固定費を賄えていない」という事態になるわけです。限界利益を出し損益分岐点を求めることで、利益を生むために必要な売上高も把握することができます。

④資金繰り管理

損益計算書では利益が上がっているのに、キャッシュフロー計算書では収入にはならないため、利益が上がり黒字化していても資金が足りない…ということがあります。資金繰り管理では、日々の入金金を管理することで現金の流れを把握し、資金の過不足を調整する等し、現在の財務状況だけでなく、運転資金の状況を踏まえて将来の資金需要も予測することが可能になります。

* 次回は「税務会計」についてみてみようと思います。

仕事のパフォーマンス向上に！

「睡眠五感」を意識して、質の良い睡眠をとろう

十分な睡眠が取れていないと、仕事において重要な判断力や状況把握能力、記憶力、コミュニケーション能力などあらゆる機能に影響を与え、パフォーマンスの低下につながりかねません。そこで、今回は私たちが持っている5つの感覚に分けて、より良い睡眠を取るためのポイントをご紹介します。

◆睡眠五感 とは

睡眠五感とは、私たちが眠っている間に働いている5つの感覚のことを指し、それぞれで快適だと感じられる環境を整えることで、睡眠の質を高めることができると言われています。

1) 視覚

睡眠ホルモンであるメラトニンは、目からの刺激に左右されるため、夜は明るすぎない照明にしましょう。就寝中は必ずしも真っ暗である必要はありませんが、まぶたを通じて光は感知されるので、暗い方が良いです。また、よく言われていますが、パソコンやテレビ、スマートフォンなどブルーライトを発生する電子機器の使用は、就寝前はなるべく避けましょう。

2) 聴覚

人間は45dB(デシベル)以上の音を感じると脳が覚醒し始めると言われています。例えば線路の近くに住んでいれば電車の音が聞こえるように、私たちは生活騒音によって思っている以上に安眠が妨害されています。安眠するためには、40dB以下(図書館の静けさをイメージ)に抑えるといいそうです。外からの騒音は厚手のカーテンに変えて遮断するなど、対策をしましょう。

3) 嗅覚

好きな香りは副交感神経が刺激され、身体をリラックスさせてくれます。ルームスプレーの使用やアロマを焚くなどして、香りを楽しみましょう。また、リラックスにはヒノキ、サンダルウッド、ラベンダーなどが良いとされており、中でもラベンダーの香りは不安感を抑えてくれる働きがあるといわれます。

4) 触覚

「肌触りが良い」という感覚は、リラックス効果に繋がり、快眠を考える上でとても重要な要素です。直接肌に触れるパジャマや布団はもちろん、枕カバーの肌触りも大切だと言われています。シルクやオーガニックコットンなど、素材の特徴や季節に合わせて変えてみてもよいかもしれません。

5) 温熱感覚

温熱感覚とは、室内において人が感じる暑さ寒さの感覚のことを言います。日本は四季によって温湿度が大きく異なるので快適な室温の維持が大切です。室温は16～27℃、湿度は55%前後を保つのが理想的だと言われています。冷暖房や空気の循環などを利用し、快適な寝室環境を目指しましょう。

睡眠五感それぞれに着目し、眠りやすい環境を整えることで自然と深い睡眠が得られるようになるはずです。睡眠の質を高め、明日の仕事に良い影響を与えましょう！

