

玉川法人会 青年部会会報誌

はばたき 61号

# Habataki'61

羽げナ!  
青年部会!

OGAFUKASAWA TAMAGAWA DENENCHO FUOKA  
AKURASHIMMACHIKAMATAUNANEOKUSAWA  
OMAZAWASETAOYAMADAI YOGAFUKAZAWATA  
AMAGAWA DENENCHO FUOKAMOTOTAMAGAWA  
HIMMACHITATSUTSUMIAMIYOGAOKURAHIC  
AKAMACHI KAMATAUNANAKAMAMINOGEKOMAZAW  
ETAOYAMADAOGAFUKAWATA MAGAWADE  
GASHITAMAGAWANAKAMACHITUDOROKINOG  
NANEOKUSAWAKAMINOGEKOMAZAWASETAO  
YAMAYOGAFUKAZAMAWADENENG  
AMASHIMMACHITUDOROKINOG  
KUASHIMMACHITUDOROKINOG  
OGIYOGAOKURAHIGASHITAMAGAWANAKAMA  
AMINOGEKOMAZAWASETAOYAMADAIYOGAFU  
KAMOTOTAMAGAWASHIMMACHITAMAZUTSUN  
AMIYOGAOKURAHIGASHITAMAGAWANAKAMA  
DODOROKINOGESAKURASHIMMACHIKAMATAUN  
KUSAWAKAMINOGEKOMAZAWASETAOYAMADAI  
AMIYOGAOKURAHIGASHITAMAGAWANAKAMA

PAGE . 12

## リモートワークを楽しもう！

プロが教えるリモートワークで起こりがちな腰痛撃退法

腸を制する者は美と健康を制す！

スマホでお料理写真をより美しく撮影するコツ

クラフトビール家飲みのすすめ

コロナ禍の中リモートワークについて

マスクで肌荒れ、化粧品のご紹介

テレワークで運動不足に最適！多摩川サイクリングロードをご紹介

PAGE . 4

## タマガワ「の匠」シリーズ

PAGE . 3

玉川法人会入会のメリット 税務署からのお知らせ

はばたき61号

令和3年1月31日発行

公益社団法人 玉川法人会 青年部会 Facebook

www.facebook.com/tamagawa.seinen

## INTRODUCTION

青年部会部会長からのお挨拶

### 玉川法人会青年部会 会報誌HABATAKI 61号発行に向けて

今年度は新型コロナウィルス感染拡大防止のため、ほとんどの事業が中止または延期となり、法人会活動を支え、楽しみにしてくださっている皆様と交流し、事業を行うことができず大変残念に思っております。今回のHABATAKI61号は、例年とは違い打ち合わせや取材活動が思うようにできない中でも、チーム一丸となることで発行することができました。日頃より玉川法人会、及び青年部会の活動に深いご理解と、温かいご支援をいただいている皆様方のおかげと、心より感謝申し上げます。

今後しばらくの間は活動がままならない時期も続くと予想されますが、どのような状況下でも、私たち青年部会員として健康に留意しつつ、精一杯できることを模索し、進めてまいります。そして、このHABATAKIを通じて、青年部会、法人会の良さを伝えていくことができれば幸甚に存じます。

これからも青年部会は「税知識の普及、納税意識の高揚」という法人会の基本理念に立脚した活動に、全力で取り組んでまいります。

公益社団法人 玉川法人会青年部会 第14代部会長 上田 恵子



### 公益社団法人 玉川法人会とは？

昭和22年4月、法人税が申告納税制度に移行したと同時に、帳簿の整備や税などの知識が納税者に必要となったため、企業の間から自発的に「法人会」が誕生しました。現在は、全国440の法人会が、その地域に密着した活動を展開しています。

玉川法人会は昭和25年の創立、昭和50年の社団法人化、平成23年の公益法人化を経て以来、70年に渡り、公平で健全な税制実現、税の啓発や租税教育を積極的に進める活動をしています。中でも青年部会は50歳以下のメンバーで構成され、異業種交流会など積極的に行ってています。

### 玉川法人会 青年部会 公式Facebook Page

<https://www.facebook.com/tamagawa.seinen>

玉川法人会青年部会では、部会活動を紹介する公式Facebook Pageを公開中です。

活動レポートはもちろんイベント情報などを配信しておりますので、皆様の「いいね！」をお待ちしております！

#### 公益社団法人玉川法人会公式ウェブサイト

<http://www.tamagawa.or.jp/>

#### 玉川法人会公式ブログ

<http://blog.ap.teacup.com/tamagawa/>

#### 玉川法人会へのご入会方法

<http://www.tamagawa.or.jp/nyukai/>



青年部会部会長からのお挨拶



### 地元経営者 50歳以下のメンバー集合！ 青年部会で仲間づくりしませんか？

玉川法人会は、規模や業種を問わずどんな企業・個人でも入会することができます！



税務の知識向上を目指す  
研修活動



税のオピニオンリーダーとしての  
提言活動



救急救命研修や献血活動などの  
社会貢献活動

これら3つを柱とし、広く社会繁栄を目指した活動をしています。あなたもぜひ、ご参加ください！

会費は月額800円から3,500円

資本金規模により会費が設定されていますので、詳しくは事務局へお問い合わせください。  
ご入会いただくと…



無料や格安で受けられる！  
経営支援サービス

- スキルアップや社員教育に使える  
豊富なDVDライブラリー貸出し
- AGS信用格付情報・TSR企業情報の  
照会が1件 2,100円



企業も社員も嬉しい！  
会員支援サービス

- 大型保障の各種保険制度（保険料が割引になります）
- 各種生命保険、損害保険が割引になります。
- 健康診断が特別価格に
- 全国規模の福利厚生保養施設（ラフォーレ俱楽部等）
- 特定退職金共済に加入できます



地元の方々と交流できる！  
公益事業活動

- 和太鼓コンサート
- 献血活動ボランティア
- 救命救急講習…など、  
毎年恒例の行事が盛りだくさん！



その他にも玉川法人会ならではの…  
会員限定特典

- 新車購入で8,000円～20,000円の謝礼金・ギフトカード進呈。  
社員や家族にも適用。※車種による
- 広報誌「たまでん BOARD」（玉川地区で約2,000部配布）。  
公式ホームページに企業PRを掲載。

公益社団法人 玉川法人会へのお問い合わせは、玉川法人会事務局 〒158-0094 東京都世田谷区玉川2-1-15 TEL 03-3707-8668 FAX 03-3707-4992

### SKTにもご参加を。でも、SKTって何？

世田谷区内の法人会青年部会メンバー（世田谷、北沢）ともにぎやかに交流中。

知り合いしたい人につながったり、事業や仕事などでも、さまざまな輪が広がっています！

今後は第3ブロックの品川・荏原・大森・雪谷・蒲田・目黒・渋谷の各法人会とも連携を進めます！



玉川法人会で見つけた!

タマガワの

# 「街の匠」

に学ぶ

「日本で唯一」「国内で初めて」「伝統を守つて数十年」など、  
玉川法人会で活躍されている人や企業を、総務広報室メンバーが取材してきました。  
皆さんはそれなりに想いがあり、努力をされて今があるとおっしゃいます。  
私たちにも参考になることが、たくさんあります。  
凄技（スゴワザ）を持った人がたくさんいることが自慢の、私たちが活動する玉川エリア。



第3支部

プルデンシャル生命保険  
豊嶋 啓聰さん



お客様から一番相談し易く  
頼りがいのある存在へ、  
世田谷を愛する20年目の  
熟練のライフプランナー

## 世田谷をますます良い街にしていきたい

生まれも育ちも世田谷区。ずっと用賀、桜新町との間で過ごしました。愛着のある我が街世田谷区を、ますます良い街にしていきたいと思い法人会に入りました。

大学を出てからは、大手信託銀行で勤務していましたが、約20年前に転職し、プルデンシャル生命保険においてライフプランナーとして、リスクマネジメントを軸にお客様の人生のサポートをしています。

前職の経験を活かし、リスクマネジメントのみならずファイナンシャルプランニング、相続事業承継、資産運用、不動産の売買、有効活用等まで幅広くこれまでの経験を生かした情報提供をしています。

## 一生涯のご縁を築く覚悟

転職を考えた当時を思い出すと、信託銀行という安定的な職種から外資系金融機関で完全歩合制となる当社へ転職することに家族から猛反対を受けたのを思い出します。

前職で相続問題等もサポートしてましたが、相続という大変デリケートな事はいくら仲良しの親族、親子間でも生前から話し合うということは難しいこと、いざ問題が発生した際は傍にいて助言してくれる人が必要と心底感じていました。

もう一つは、父親と姉の死をきっかけにライフプランナーの重要性を再認識したことです。父親の逝去時は諸問題のため相続放棄、姉の時は事前準備に取り組めず高額の相続税を納税しました。

そして、それまで業務では富裕層（経営者や地主）のお客様が多く、そのお客様とは一生懸命ご縁を築く覚悟が無いと信用されないと感じたため勇気を持って飛び込むことが出来ました。

私のお客様はもちろんのこと、周りにいる全ての人々の人生の不安を少しでも解消出来る存在としてライフプランナー業に取り組んでいます。

## 若い経営者が集まる玉川法人会を目指す

接点が多い玉川法人会の青年部会メンバーは、皆さん元気で前向きな人が多いです。それと当然ですが私と一緒に世田谷区が大好き、という人も多いです。

これまでに経済団体に所属した経験が少ない人もいるので、玉川法人会のみならず世田谷法人会、北沢法人会の方々とも色々連携していく必要があります。

公益社団法人ですから、社会や地域への存在価値を高める必要がありますが、所属するメンバーが法人会活動を通じて信頼関係を築きそれぞれのお仕事に繋がって欲しいと心から願っています。

まずは地域に貢献することで組織の認知度を上げて、ますます多くの若い経営者が集まる団体になっていく一助になれば嬉しいです。

information  
ブルデンシャル生命保険 首都圏第八支社  
東京都千代田区神田錦町3-22 テラススクエア 6階  
TEL: 03-6777-0911 携帯電話 090-1437-1670  
Email hiroto.toyoshima@prudential.co.jp

豊嶋啓聰プロフィール  
エグゼクティブライフプランナー  
ファイナンシャルプランナー  
宅地建物取引主任  
MDRT成績資格終身会員  
2021年度COT(Court of the table)  
玉川法人会青年部会副部会長  
横浜金港ライオンズクラブ副会長



## 熱意を肌で感じる街

私の家内がトゥエンティーンというお店（ピース教室、アクセサリー販売、ピロッキーグッズ販売）を等々力（玉川法人会4支部）にてやらせさせていただいております。

ここ2年ほどは会場である玉川区民会館が建て替え工事の為にお受けできていないのですが、毎年7月に開催される等々力渓谷商店街主催の「おどろきどろき祭り」にて10年以上、総合司会をさせて頂いております。

このお祭りは、朝11時から夜19時半まで、玉川小学校の児童による玉小ソーランや東京都市大の中高生、大学生によるチアリーディング、日体大生達による合氣道披露さらには等々力在住のプロミュージシャンのバンド演奏など多岐にわたる演目が1日中繰り広げられ、まさに等々力の街が皆さんの熱気で一体となるようなイベントです。

玉川法人会色々な事業主の方が集まり、支え合い、地域を盛り上げてくださる事に感謝しております。

現在新型コロナウイルスの影響で経済が落ち込む中、会員の皆様の力で地域をまた盛り上げてくださることを望んでおります。

また、今年は新型コロナの影響で開催されないか伺っておりますが、等々力渓谷商店街の方々は毎年冬には餅つき大会や街バルなどを盛大に様々なイベントを開催しており、商店街の皆さんがこれらのイベントを通じて一丸となり地元を盛り上げようとする姿にとても感銘を受けております。

これらのイベントに私も一緒に参加させて頂くことで、地元のファンの皆様とも直接お会いできまして温かいご声援を多数頂けることは私の1番の心の支え、励みとなっております。

## 今後の目標

お芝居やタレントの仕事もちろん続けて行きたいですが、この先は音楽活動もやっていけたらと思っております。

現在「オーパーオールズ」というバンドをやっています。

こちらも応援していただけたらと思います。

ロケット[MINI ALBUM] / 石塚英彦  
ASIN : B00H1KVZHE  
石塚さんの内に眠るソウル溢れる音楽感をカタチにしたミニアルバム登場。  
楽曲提供に山崎まさよし氏や「ゆず」の北川悠仁氏を招いた渾身の一作。純質発売中です。



地元が一丸となる街  
等々力

令和元年「おどろきどろき祭り」の様子



石塚英彦(イシヅカヒデヒコ)

1962年2月6日生まれ  
神奈川県出身

出演  
・テレビ東「よじごじDays」MC(月)15:40~  
・日本テレビ「火曜サブライズ」(火)19:00~  
・TBS「びつたんこカンカン」(金)20:00~

勉強も怠らず、  
注意も怠らず



株式会社清水  
清水 明洋さん

### 世の中の変化に合わせて対応を求められる時代

清水呉服店は創業70年で、私は3代目になります。  
祖父、そして父と、また親戚など周りも呉服商を営んでおり、自然と私もそのまま家業に入りました。祖父の代から玉川法人会にはいろいろお世話になり、たくさんの事業に関わらせてもらいました中、祖父のあとを継ぐ形で26歳のときに私も法人会、そして36歳で青年部部長を二期務めました。  
私が呉服商に入った当時は、パブルの絶頂期、冠婚葬祭や節目には着物を購入するお客様がまだまだいました。  
しかし、パブルははじけ、インターネットが普及され、徐々に物流が変わり、買い物方が変わり、我々のような高額な商品の専門店はついていけず、客層も高齢化していく、若い世代の購買層の開拓が大変な時期に入りました。  
多くの仕立て屋は、それまでの小売店相手の大手のOEMへとシフトしていき、大手はさらにコストに合わせて海外生産へと流れ、生地屋も仕立て屋もどんどん廃業してきました。  
私たちの商売は、お客様と会話して対人販売が大事と考えていますが、伝統である着物も世の中の変化に合わせて対応を求める時代になりました。  
そこで、高額な着物を販売するだけでしたが、買取、レンタル、そして出張着付から撮影と若い世代のニーズに合わせてきました。

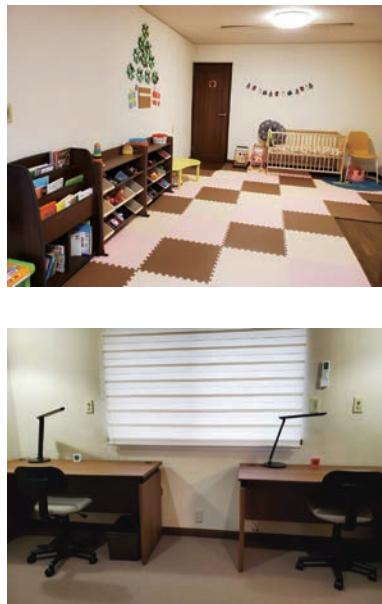
### 地元を巻き込む、そんな事業を考える

そんな中、商店街連合会から空き店舗を活用した運営ができるかと相談がありました。  
5年前、世田谷区子ども家庭課に、未就学の幼児とそのお母さんが集まる場所を提案したところ、「ぜひやってほしい」と返答をいただきました。  
この取り組みは、世田谷区の「おでかけひろば」という支援策となっています。  
母が呉服商に入る前に幼稚園の先生をやっていたからでしょうか、私自身も子育てという支援に携わりたいのもあり、今や私の一つの事業となっています。  
多くの世田谷区の子育てのお母さんは他県から転居してきた方が多く、その孤独感、疎外感からの育児ノイローゼ、虐待の予防対策の一つとして運営しています。さらにスーパーなどで買い物をするので地元の良いお店を知らない、地元に关心が生まれない。そこで昔からのお店と連携をとり、地域のコミュニティ、街の活性化を計りました。例えば、地元の小児科が定期的な身体測定や医療講座をひらくべきですが、利用したお母さんたちは自然とその小児科へ通っています。ひとつが多くつながっています。  
街が一つになるというのは、商売が回るというだけでなく、防犯という点でも変化が生まれます。  
昨年11月には深沢にも一周年を迎えることができ、そちらは働くお母さんたちがお仕事もできるようにワークスペースも用意しています。奇しくもコロナ禍を見据えたようなお話です。

### 地域の仲間と助け合い、絆を深め、仕組みになっていく

「おでかけひろば」を開設するにあたって、多くの仲間に助けられました。  
丸山工務店、東京組、ファイブスター、そのほか多くの仲間に内装から何まで手伝ってもらいました。  
法人会は、こうした地域の仲間と助け合い、地域の仲間絆を深め、またそれが地域の仕組みになっていく会だと思います。  
呉服商は色々な世界の人が出入りするからでしょうか、私の心のどこかに「多くの人と関わる」「誰かのために役立つ」という思いがあります。  
青年部会も、どんどん部会でイベントや事業を立ち上げて、多くの人の力を借りて、そして多くの人に役立つて欲しいなと見守っています。

人の力を借りて、  
人のために役立つ



information
株式会社清水
世田谷区上野毛1-27-5
電話 03-3703-0238
<a href="http://shimizugokuten.com">http://shimizugokuten.com</a>
<b>清水明洋プロフィール</b>
株式会社 清水 代表取締役 第10回玉川法人会青年部部長 公益社団法人玉川法人会 常任理事 商店街振興組合 山手毛利和会 副理事長 世田谷区商店街連合会 理事 かみのげでかけひろば 代表 ひかさわでかけひろばワクスベースプラス 代表 煎茶道静風流 師範 瑞明本條流 名取 株式会社エイ出版社 世田谷ライフマガジン 前編集長



株式会社鈴木塗装工業所  
鈴木 芳昭さん

### 4代目として継承するまで - 無駄ではない充実した5年間

私は深沢に生まれ、深沢小学校・深沢中学校と世田谷育ちです。  
小さい頃のエピソードとしては、まずはほとんど家にいなかった。毎日学校から帰ったら即遊びに行って、毎回洋服が真っ黒になっていました。母親から叱られていました。  
また夏休みになると、友達は田舎に帰省したり、旅行に連れてってもらったりとかして、すごく羨ましかったです。というのも、父は休日でもほとんど仕事でいなかったのが印象的です。  
あの頃は、自動車・自家用車・商用車の区別なく、どこかに行く際はその車で出かけるのですが、乗るとベンキ臭く、毎回車酔いしていました。(笑)  
大学卒業後、ある洋服のメーカーに5年ほど勤めました。営業として、地方を回っていました。その頃は、現在のような量販店(青木、青山)は無く、まだ専門店、百貨店が元気な時代でもありました。すると、入社後4年過ぎ、量販店の進出、それにより専門店、百貨店の売り上げが低迷していき、入社5年目で退職させて頂きました。とは言いつても、退職後目的もなく、とりあえず身近にいた父の稼業にお世話をすることとなり、現在に至ります。  
そのわずか5年ですが、自分にとって一番苦手意識があったかもしれません、先輩方々からの指導もあり、決して無駄ではない充実した5年間でした。その会社もだいぶ前に無くなり、5年ほど前からその会社のOB会に呼ばれることがあります、今でもその先輩方からの交流もあります。

鈴木塗装工業所は、私が4代目として継承させて頂いて今年が120年目を迎える年となりました。創業は明治34年で現在の麻布の方で開業、現在の玉川地域(新町)に店を構えて63年となります。実は、先代(父)より引き継ぎた当初は、恥ずかしながら100年を過ぎていることさえ知りませんでした。(笑)。



### 地元の皆様から支えられ、地元メインで商売できる喜び

弊社は建物の全般の改修を主体としています。戸建て住宅、アパート、マンション等の外壁改修、防水工事改修、建物に関する改修工事を自社にて施工、管理しています。  
塗装と言いますと皆様はベンキと思い浮かべる方が多いと思われますが、塗料も多種多様ございます。建物を保護する目的はもちろんのこと、それ以外にも様々な事態に応じる機能性塗料が数多く販売されています。  
例えば、屋根、屋上の遮熱塗料ですか、外壁の断熱塗料、また内部ですと抗菌塗料、漆喰塗料などが今の流行りとなっています。  
様々な良い塗料が開発、使用される中、被塗装物に対する向き不向きもありますが、何よりも塗装前の下地処理、下地調整です。  
具体的には鉄部の替え時に錆をきれいに除去する工程が一番大事である事は間違ひありません。それを怠ると本来であれば数年もつゝろ一年足らずで不具合が発生してしまう場合があります。これまで積んだ経験を活かし勉強も怠らず、被塗装物の本質を失うことがないように注意を怠らず、丁寧に作業を行なっております。

先代の時代は、町場の工務店さんの下請けとしての仕事がメインでした。しかし時代の移り行きで、ハウスメーカーさんが増える一方、町場の工務店さんは事業承継がうまくいかず店をたたむところが年々増えていき、弊社と取引していた工務店さんは今ではほぼいませんでした。

そんな中、以前ですと私は職人として現場に行くことを主なメインとして仕事をしていましたが、地元の行事に参加することがきっかけで、今では、地元の皆様から支えられる零細企業として、地元がメインで商売をさせていただいている。

### 深沢に生まれ、地元を愛する1人です

ある時に顧問税理士さんからの勧めもあり、異業種交流会にも参加するようになりました。参加してもう10年を経過します。いろいろな業種の方々が集まる中、年数を経て、信頼頂き仕事の発注を多数いたしました。  
現在私が関わっております東京都塗装工業協同組合、(一財)日本塗装工業会がございます。同業種の会ではあります、その中であらゆる塗装に関する事をまだいろいろと学び、日夜業界の発展に努めています。  
玉川法人会もまさに地元の異業種交流会です。私は12支部に所属いたしますが、橋本支部長を中心にイベントを企画し実行、非常に楽しく過ごさせて頂いております。  
コロナ禍で活動は自粛していますが、また玉川法人会、12支部の皆さんと再会できること楽しみにしております。  
現在、神社総代、商店会、そして消防団等に係り、何より深沢に生まれて地元を愛する一人です。  
今後も玉川地域発展のために出来る限りのことはやるべきだと思います。これからも玉川法人会がご清栄ありますことを祈念申し上げます。

information
株式会社鈴木塗装工業所
〒154-0014
東京都世田谷区新町一丁目11番12号
TEL 03-3429-6277 FAX 03-3429-6760
<a href="http://www.suzukitosoukougousho.com">http://www.suzukitosoukougousho.com</a>
<b>代表取締役 鈴木芳昭プロフィール</b>
1958年7月23日生 現在の住所にて 世田谷区立深沢小学校 深沢中学校卒 1983年 株式会社鈴木塗装工業所入社 現在孫6人 趣味はゴルフ、料理、ドライブ



匠の  
たまご

第10支部  
用賀  
LL MUSIC  
しづにゃん

### 高校時代にダンスに出会い「あ!これだ!」

父が指揮者、母がピアニスト、私はチアを幼少期からやっていて、音大に入ろうと思っていました。しかし、高校時代にダンスに出会い、「あ!これだ!」と思い、これまでのミュージシャンからダンサーに転向しました。そこからはダンス一本、海外留学経験も経て、ひたすら努力してきました。今までに様々なアーティストのバックダンサーやMVに出演してきました。現在もラジオのパーソナリティや、様々なイベントのMC、シンガーとしてもステージに立ち、マルチアーティストとして全国規模で活動、近年では全国のダンスの大会の審査員としても活動しています。

### 夢を具現化するお手伝い

ダンサーとして活動していくうちに、キッズたちにダンスや音楽を通じて夢を具現化するお手伝いができるかと企業を決意しました。個人で活動してからは13年、企業して7年、スタジオを構えてからは4年になりますが、創業から変わらない「夢は夢中の中にある」をスローガンに沢山の人にHappyを届ける想いで指導しています。

### みんなが集まる場所、夢叶う場所

がんばるみんなが集まる場所、夢叶う場所を作りたくて、現在のスタジオ「Studio LL MUSIC」を用賀に設立しました。ダンススタジオ運営のほかにも、全国規模のダンス大会やクラシック音楽などのイベント企画運営、司会進行役、ラジオ番組、TVなどの振付、芸能案件キャスティングと様々な事業を行っています。スタジオでは、ダンスだけでなく挨拶や礼儀も全国のキッズダンサーに教えています。「Studio LL MUSIC」の元生徒達には現在芸能界でも活躍をしています。その中、カリスマの小学生版の振付がバズり、このダンスは全国の運動会で踊る定番ダンスとなりました。キッズダンサーを優勝へ導くカリスマプロデューサーとして、様々なメディアにも取り上げられ、今では、スタジオには地元の子だけでなく、全国から集まる場所となっています。これからもダンスや音楽を通じたエンターテイメントをお届けし、沢山の方の夢や希望を叶えるお手伝いをしていきたいと思います。



**information**

しづにゃん (LL MUSIC) プロフィール  
ダンス界で活躍するカリスマプロデューサー  
・株式会社 LL MUSIC 代表取締役社長・プロデューサー  
・ダンサー・シンガー・MC(司会)・公認ダンス審査員・振付師・TV・ラジオ・キャスティング・ダンス指導・アイドル指導・イベント企画運営・イベントCLOVER主宰・ピアノ・ピアノ・モデル・ビートボックス・動物愛護ボランティアなどなどマルチアーティスト!  
ダンス業界・音楽業界・各メディアにも注目され、全国で活躍中!  
カリスマの振付は全国の小学校や幼稚園などで大流行中!  
詳しくは <http://ll-music.com/>

## 玉川法人会所属の専門家による 遺言・相続コラム

### ■相続対策と生命保険

ブルデンシャル生命保険株式会社 天沼 尚之

### ■配偶者居住権は相続税でどう扱われるの?

久野豊仁税理士事務所 久野 豊仁

### ■「法定相続情報証明制度」で 相続手続が簡単に。

世田谷用賀司法書士事務所 司法書士 高野源弘

### ■相続争いはなぜおこるのか

はぶ行政書士事務所 羽生 雄二郎

コロナ禍になり、遺言や相続に関するご相談をなさる方が増えたそうです。

お読みいただいている方の中にも、遺言や相続に関してご关心をお持ちの方はいらっしゃるかと思います。

そこで今号のHABATAKIでは、遺言書作成や相続に関する仕事をしている会員に、  
遺言や相続に関するコラムを書いていただきました。

ぜひ、お時間あるときにお読みください。

またご質問等ございましたら、お気軽に執筆した専門家にお問い合わせください。

皆様のお役に立てれば幸いです。

## ■相続対策と生命保険

あまり世間に意識されていないかもしれません、相続と生命保険は密接な関係があります。なぜなら生命保険の保険金は性質上、被保険者が亡くなったとき(すなわち相続が起きたとき)に保険金が支払われるからです。そこには相続民法上、税務上、で相続に有利な点がたくさんあります。

相続対策は一般的に①相続財産圧縮対策 ②納税資金対策 ③遺産分割対策の3つの観点で検討しなければならないと言われています。実は生命保険をうまく活用すれば、この3つの対策に使うことが出来ます。

具体的には、①では、被相続人を被保険者とし、保険金受取人を相続人にすれば、生命保険金非課税枠が適用され500万円×法定相続人が非課税となります。金融資産のポートフォリオに生命保険を加えるだけで相続財産の圧縮になります。

②納税資金対策についても、生命保険では相続が発生したとき生命保険金が支払われますので、それを納税資金にすることが出来ます。さらに保険商品をきちんと選べば支払保険料よりも多く保険金を受け取ることが可能になります。

③遺産分割対策では、生命保険金は、受取人固有の財産として、遺産分割協議の対象にはなりません。例えば長男には少し多めに相続させたいなどの場合、長男が受取人となる生命保険に加入するだけで解決することが出来ます。

上記で挙げた例以外にもまだ相続対策に活用できる方法はたくさんあります。これから相続対策をしたいと考えている方は、生命保険の活用を検討してみてはいかがでしょうか。

このご案内に記載の情報は法律上又は税務上の助言ではありません。このご案内をもって専門家の助言に代えることはできません。

このご案内は、2020年12月現在の税制に基づいています。今後、制度内容が変更される場合があります。個別の税務取扱いについては、所轄の税務署もしくは税理士等にご確認ください。

### プロフィール

ブルデンシャル生命保険株式会社  
首都圏中央支社 第6営業所  
シニア・ライフプランナー  
天沼 尚之

〒107-0062  
東京都港区南青山2-26-1  
D-LIFEPLACE南青山5F(総合受付)  
電話:03-6890-1870  
FAX:03-6890-1874



## ■「法定相続情報証明制度」で相続手続が簡単に。

「相続」といえば、身近な方が亡くなった後、相続人の方々は様々な手続きに追われます。例を挙げると、相続を放棄するには3ヶ月以内、相続税の申告は10ヶ月以内など多くの手続には期限があり、またその手続はとても煩雑なものであります。相続手続が難しくて手間がかかるといわれる大きな理由の一つは、(ほとんどの手続が必要になる「戸籍の収集」)にあるといえます。必要な戸籍は、「被相続人(亡くなった方)の出生から死亡まで」のものと「相続人全員の現在」のものです。ひとつの役所で集められることは稀で、多くの場合には複数個所、それも遠方の役所になることもあります、郵送で取得しなければならず、その労力は結構なものであります。また、原則としてその「戸籍」は手続する役所や金融機関に原本を提出することが求められます。そこで利用したいのが、平成29年5月29日より全国の法務局で開始された「法定相続情報証明制度」です。この制度は、一度収集した戸籍を提出すれば、法務局で法定相続人が誰であるかを特定する証明書を発行してくれるというものです。簡単に言えば、収集した「戸籍」の束を一つにまとめ、かつ一覧性の高い証明書として利用できる制度です。しかも、手数料は無料で、必要な通数を請求することができます。また、足りなくなった場合には、追加で証明書を発行してもらうことができます。この証明書を提出すれば、たとえば銀行窓口での残高証明書や口座の検索、税務署での相続税申告の相談等、先方の担当者にとっても確認が容易になり、時間の短縮にも大きく役立ちます。法務局といふ、「不動産を持ってないから関係ないのでは?」と思われる方がいらっしゃるかもしれません、この制度は相続財産のなかに不動産がなくても利用できるのです。とはいって、最初の「戸籍の収集」のハードルが下がったわけではありません。当事務所では、「戸籍の収集」から「証明書の取得」までをお手伝いいたします。ご不明な点はいつでもご相談下さい!

法務局参考HP [http://houmukyoku.moj.go.jp/homu/page7\\_000014.html](http://houmukyoku.moj.go.jp/homu/page7_000014.html)

### プロフィール

世田谷用賀司法書士事務所  
司法書士 高野 源弘  
世田谷区用賀4-4-7福ビル4F  
TEL 03-5491-5055  
FAX 03-5491-5056  
Mail [yoga1@shihousyoshi.tokyo](mailto:yoga1@shihousyoshi.tokyo)



## ■配偶者居住権は相続税でどう扱われるの?

民法の改正で、配偶者居住権が創設された事は皆様もよく御存知のことと思います。新しく創設された配偶者居住権により、父親が亡くなったとして、住んでいた居宅とその敷地は子どもに相続させ、配偶者には、配偶者居住権を相続させるといった事が可能になったわけですが、この配偶者居住権の財産評価はどのように計算するのでしょうか。そして、相続税にどのような影響が出るのか大変に興味の有るところだと思います。ここでは、相続税を計算するうえでの評価方法をご説明します。簡単な例として、建物の全てが居宅であり、一切賃貸の用に供していない場合を説明します。

### 1. 配偶者居住権の価額

$$\text{居住建物の相続税評価額} - \text{居住建物の相続税評価額} \times \frac{\text{耐用年数}-\text{経過年数}-\text{存続年数}}{\text{耐用年数}-\text{経過年数}} \times \frac{\text{存続年数に応じた法定利率による福利原価率}}{\text{耐用年数}-\text{経過年数}}$$

### 2. 居住建物の価額

$$\text{居住建物の相続税評価額} - \text{配偶者居住権の価額}$$

### 3. 敷地の利用権の価額

土地の所有権が配偶者に相続されない場合は、配偶者居住権により土地に対する敷地利用権が発生します。

$$\text{居住建物の敷地の用に供される土地の相続税評価額} - \text{居住建物の敷地の用に供される土地の相続税評価額} \times \frac{\text{存続年数に応じた法定利率による福利原価率}}{\text{応じた法定利率による福利原価率}}$$

### 4. 居住建物の土地の評価

$$\text{居住建物の敷地の用に供される土地の相続税評価額} - \text{敷地利用権の価額}$$

### プロフィール

久野豊仁税理士事務所  
久野 豊仁  
東京都世田谷区等々力3丁目5-3  
電話:03-6809-7411  
tk@kuno-tax.com



## ■相続争いはなぜおこるのか

### 1. 相続争いは遺産額が少ないと起こりにくい?

「相続で揉めるのは遺産額が多い家のことで、我が家は少ないから関係ない。」と思われている方、いらっしゃいませんか。はたして本当にそうなのでしょうか。ここでとあるデータをご覧いただきます。

裁判所から公表されている司法統計より、平成30年度に認容・調停が成立した遺産分割事件の遺産額ごとの件数をみてましょう。

遺産総額 1,000万円以下・・・2476件 約33%  
遺産総額 5,000万円以下・・・3249件 約43%  
総数・・・7507件  
(司法統計より)<https://www.courts.go.jp/app/files/toukei/738/010738.pdf>

見ていただいたお分かり通り、5000万円以下が約76%占めています。これは何を意味しているかというと、当事者同士の話し合いで遺産分割がまとまなかった件数の約76%は5000万円以下ということです。遺産総額が1,000万円以下も約33%です。

つまり遺産額の金額は関係ありません。まとまらないときはまとまりません。

### 2. 相続争いはなぜおこる?

相続争いの原因は遺産額に関係ないとなると、では相続争いがおこる理由はなんでしょうか。ここで唐突ですが私のお話をさせていただきます。

私は小学校5年生のときに父親を亡くなりました。父が亡くなった当時はバブルの影響で土地がかなり高騰していた時代です。そのような時代でしたので、相続をめぐって色々な経験をしました。また仕事柄、様々な相続の話を聞いてきました。どちらも生々しい話ばかりでした。

なので、ここから先は私が経験したことや聞いた話をもとにお話しさせていただきます。

あらためて相続争いはなぜおこるのか。

色々な原因はあると思うのですが、私が思うに親子関係や兄弟姉妹関係などの家族関係が原因になっているのではないかと思っております。

なぜこう思ったのかといふと、例えば母親が長男ばかりかわいがり、それ以外の子供をあまりかわいがらなかったといった場合、親が亡くなった場合に長男以外の子供がこれまでの不満を爆発させるというパターンをみできました。

表面上の理由は色々あるにせよ、突き詰めると原因是それまでの家族関係に行き着くと思つております。

要は感情の問題です。

だから相続争いは酷くなるとことん酷くなるのです。

ひどい言い方すればお金で解決できればマジです。

根っこにあるのが感情ですので、争いがおきてしまうと収集つかなくなくなります。

それでは相続争いが起きないためにはどうすればいいのでしょうか。

### 3. 遺言書

2で相続争いの原因はそれまでの家族問題であると申し上げました。では事前に防ぐためにはどうすればいいでしょうか。正直いって完全に防げる方法はないと思います。揉めるときは揉めます。でもこういっては身も蓋もありませんので、できるだけ防げる方法を書いていきます。ではどういう方法があるか。

それは遺言書です。

あまりにも当たり前すぎて拍子抜けした方もいらっしゃるかと思います。言つてしまえば定番中の定番です。

でも定番であるには理由があります。その理由をあげてみます。

(1) 亡くなった人の意思を知ることで残された家族・親族が揉めにくくなる。  
(2) 法定相続人以外に自分の財産を与えることができる。

理由は細かく言えばありますが、大まかにはこの2つです。

まず(1)「亡くなった人の意思を知ることで残された家族・親族が揉めにくくなる」について。遺言書があり、故人の意思がわからず残された家族や親せきは揉めにくくなります。やはり遺言書に逆らって相続財産を自分のものだと主張するのは心理的に抵抗がある方が多いようです。さらに公正証書遺言書というのを作成すれば、自筆遺言書よりも確実に財産を分与することができます。

ここで公正証書遺言書とか自筆遺言書という言葉が出てきましたのでご説明いたします。

#### ①自筆遺言

おそらく最も一般的な遺言書だと思いますが字の通り、遺言作成者が自筆で遺言書を作できます。ただし、遺言書の書き方には決まりがあるのですが、決まりを知らないで書いたり、内容が曖昧ですと、せっかく作成した遺言書が無効になってしまいます。また、遺言書の保管場所ですが、自筆遺言の場合ですと以前は遺言作成者が自己の責任において保管しなければいけませんでしたが、令和2年7月10日より自筆証書遺言書保管制度が開始しました。この制度は法務局に保管申請し、条件を満たせば法務局で保管してくれます。この制度のメリットは、

・遺言書を無くす心配がない

・遺言作成者が亡くなった場合、相続人が遺言書を開封する場合は家庭裁判所で検認を受けなければならないが、自筆遺言書補完制度を使って保管した場合、家庭裁判所の検認が必要ない。

です。

#### ②公正証書遺言

公正証書遺言とは、公証役場というところに行き作成します。公証役場には公証人という方がいらっしゃり、その方が決まりに従って遺言書を作成してくれます。つまり、確実な遺言書を作成することができます。ここで話がそれますが、公正証書について簡単にご説明いたします。公正証書とは、公証役場にいらっしゃる公証人が作成する文章、作成された文章は公文書として扱われ、遺産分割等で裁判になった場合、公正証書遺言があれば、大きな証拠となります。それ以外にも沢山のメリットがありますが、遺言書を公正証書で残すということは、より相続争いを防ぐことができるということです。

また、公正証書遺言に関しては、遺言の原本を公証役場で保管します。

デメリットとしては、遺言書作成に費用がかかります。

次に(2)「法定相続人以外に自分の財産を与えることができる」について。

遺言書作成者が亡くなり、相続が発生した場合の相続対象者ですが、法律により相続する割合も含めて決まっています。法律で決まっている相続対象者を法定相続人といいます。ですので、遺言書がなければ相続財産は法定相続人が法律の規定に従って相続します。従って、法定相続人以外に自身の財産を相続してほしい場合は、遺言書を作成し、誰にどのくらいの財産を相続するか書かなければなりません。

以上、かなり簡単にではありますが遺言書についてご説明させていただきました。

## 4.まとめ

今回は相続争いがおこる理由と防ぐ方法に関して書かせていただきましたが、あくまで私が経験したこと、聞いた話に基づいて書かせていただきました。というのも相続争いは、同じパターンのものがあります。聞きたびに驚かされることもあります。

ただどんな相続争いも誰も得しません。

裁判になってしまったなら年単位で争い続けなければなりません。

時間と労力とお金の無駄です。

争った者同士の人間関係は修復できない崩壊します。

なので、今回は相続争いを防止するために、遺言書について書かせていただきました。

繰り返しになりますが、この記事で書かせていただいたことはかなり簡単に書かせていただいているだけです。ですので、遺言書についてより詳しくお知りになりたい方は、専門家にご相談なさることをおすすめいたします。

最後までご精読いただきありがとうございました!

### プロフィール

はぶ行政書士事務所  
羽生 雄二郎  
東京都世田谷区等々力 6-28-9  
電話:03-6326-6602



## コラム

### リモートワークを楽しもう！

玉川エリアの会員さんにコラムを書いていただきました。

## プロが教える リモートワークで起こりがちな 腰痛撃退法！

リモートワークが多くなり、座りっぱなしの時間が増えた方も多いのではないかでしょうか？そこで付きまとつて来るのが腰痛と言ふ問題。

「私は腰痛持ちで。」なんて言葉を口にする方も多いでしょう。腰痛持ち、なんと嫌なものを持っているのでしょうか。嫌なら持たなければよいのに……。なんてお気軽なことを言うと「そう出来るならとっくにしているよ！」と言うお叱りの声が聞こえそうで、今回は腰痛対策について考えてみましょう。

腰痛は、2足歩行に進化した人類の宿命と言われています。ですが、最近の研究では、歩行は腰痛に良い影響を与えることがわかっていて、人類に腰痛が生まれたのは、古代人の遺骨の調査によると、農耕の始まりからと考えられています。

椎間板と言う言葉を聞いたことがあるでしょうか。背骨の骨と骨の間にあるクッションのようなものです。この椎間板に力が加わり、潰れて飛び出したのが椎間板ヘルニアです。

4足歩行ではこの椎間板にあまり負担はかかりませんが、2足歩行ではこの椎間板に負担がかかることになります。これが、腰痛は2足歩行に進化した人類の宿命であると言われる所以ですが、人類の構造はそれほどやわな方向には進化していないく、立位に十分に耐えられる構造を持っています。

では椎間板に負担をかけるのはどんな姿勢でしょうか？それが前かがみの姿勢です。直立して立っている姿勢より、前かがみの姿勢では、約3倍から4倍もの負担が椎間板にかかるのが計測されています。農耕作業は、ほぼ前かがみの姿勢で行われます。この長時間の姿勢によって椎間板が潰され腰痛が誕生します。

さて、今あなたはどういう姿勢をとっているでしょう？椅子に座ってこの本を読んでいるでしょうか。この座っている姿勢は、立位よりも負担がかかることが計測されています。

さらに少し前かがみになってパソコンに向かっていると、先ほど説明した農耕作業と同じようにさらに負担がかかります。現代のデスクワークもまた腰痛を起こしやすい姿勢なのです。腰の後ろ側にある筋肉、背筋は常にあなたの体を支えているのですが、前かがみや座ってデスクワークをしている時は、前に重心のかかる体を支えようと、背筋はさらに力を必要としています。あなたの背筋は常に緊張状態にあるのです。

ここで腰の前側の筋肉、腹筋を見てみましょうか。だらしなくなるんではないでしょうか。まさか、ぱっこりと膨らんではないでしょうか。どちらにしろ、後側の背筋に比べて少し緊張が足りないのは事実でしょう。

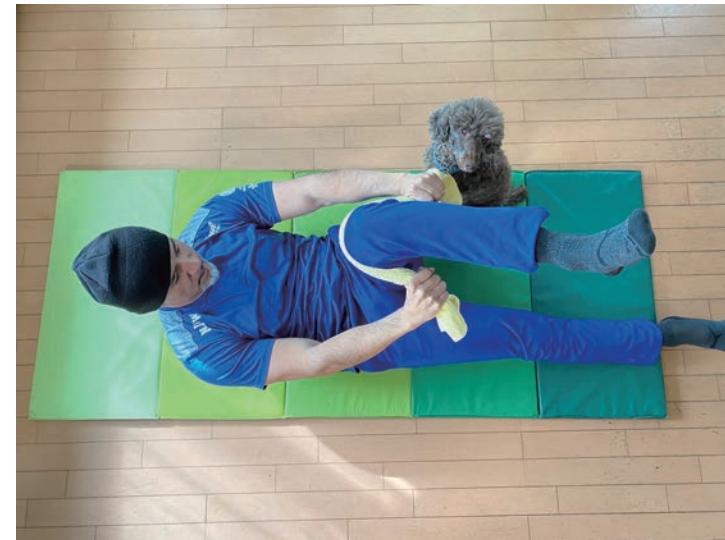
腹筋に力を入れ緊張させると、腹圧が上昇します。腹圧が高まるとコルセットのように背骨の支えになり、背筋の負担が減ることになります。どうでしょう、腹筋の重要性が分かっていただけたのではないですか。腹筋の緊張をうまく使うことと、疲労している背筋の緊張を取り除くことが、腰痛予防では重要なところです。

それが分かればやる事は決まってきます。腹筋を鍛え緊張させる筋力をつけること。背筋をストレッチさせ緊張を緩めること。この2つのことです。

今回は自宅に居ながらにして出来る簡単筋トレと体操で腰痛にサヨナラをしましょう。



ではさっそく、  
腹筋運動にチャレンジ  
してみましょう！



- ① タオルを用意します
- ② 仰向けに寝て、片足の股関節を曲げ足を上げます。
- ③ タオルを両手で持ち腿に当て、力を入れて押し付けながら、腹筋に力を入れ状態を起こす動作をします。足はタオルの力に負けないよう胸のほうに寄せようと力を入れ抵抗します。(息を一息にから吐きながら行います)ある程度疲労するまでこの動作を繰り返します。
- ④ 2セット目は反対の足を上げて同じ動作を行います。



次に背筋のストレッチをしましょう。

- ① 仰向けに寝た状態で両膝を抱え、体を丸めます。(15秒くらい)
- ② 仰向けの状態で両肩は床についたまま下半身をひねります。(15秒くらい)
- ③ これを左右行います。

今回は、腰痛について、人類が始めた農耕文化、デスクワークに伴う姿勢から考えてみました。腰痛は、進化で得た肉体の構造を超えた使い方を、人類がして来たと言う事も出来ます。それを生み出し実行したのは人の頭脳です。そしてそれによって生まれた腰痛に対処する方法を考えるのも、また人の頭脳なのです。頭脳と腰痛、チャンスがありましたら、そのあたりについてもう少しお話ししましょう。

#### このコラムを書いた人

##### ミサワ整骨院 三澤威 (第4支部)

大井町線等々力駅 徒歩1分  
東京都世田谷区等々力 3-10-3  
03-3703-9435  
<http://www.misawa.ne.jp>

新日本プロレスラー三澤威が代表の整骨院。  
等々力に開院して21年、お子様からプロレスラー  
まで、多くの方の身体の痛みや悩みの駆け込み寺と  
して、これからもあり続けます。



## テレワークで運動不足に最適!多摩川サイクリングロードをご紹介



走りやすいコースを知らないと途中でコースが途切れてたり、砂利道で走りにくかったりしますが、コースを知っておくととても快適に走れます。  
基本的に川崎側が走りやすいのですが、ガス橋から大師橋の間は東京側が走りやすいです。  
サイクリングロードには街灯がないため、暗くなる前に帰れるように余裕を持ってご計画ください。もし暗くなってしまった場合は街灯のある大きな道路の方が安全です。  
真冬に自転車乗るのは寒いと思われる方もいらっしゃると思います。防寒対策しないで乗れば寒いです。しっかりと自転車用の防寒具を着用してサイクリングをお楽しみください。

### このコラムを書いた人

#### トライアスロンショップtetto( テット )

柿本哲人 (第5支部)

世田谷区上野毛 2-7-17 ( 上野毛駅から徒歩 1 分、環八沿い )  
TEL : 03-6411-6312 営業時間 : 12:00 ~ 19:00  
定休日 : 曜日曜、火曜 URL : <http://tetto7.jimdo.com>

ママチャリや電動自転車の取り扱いもございますので、自転車のことなら何でもご相談ください。



## コロナ禍の中リモートワークについて

最近は働き方改革の考えに乗ってリモートワークがもてはやされています。実際の利用は半年間たってやっと統計が出てきました。約半分の方がリモートワークを利用してみたそうです。実際は1/4の方しか利用できないという状態になっており、リモートワーク中でも1週間のうち1~2日間は出社しているようです。大手化粧品会社の友達がリモートワークをやっていますが、トイレに行くにも連絡が必要で、洗濯ができると思っていたが洗濯すらできない状況だそうです。早く出社したいとこぼしていました。

昔は出会い系サイトと言えばいかがわしい出会いと思いまし

たが、最近うちの娘もマッチングアプリで知り合った彼氏です。出会い系サイトではなく、マッチングアプリというそうで、実際離婚率を統計してみると1~2割ほど離婚率が減るそうです。趣味とか、性格を事前に判断できるからでしょう。これからのお出会いはどのように変わるのでしょうか。楽しみです。

### このコラムを書いた人

#### 株式会社丸山工務店 丸山正高 (第11支部)

世田谷区上野毛 2-7-17 TEL : 03-6411-6312  
<https://www.maruyamakoumuten.co.jp>



## 腸を制する者は美と健康を制す!

腸は身体のあらゆるところに影響を与えています。免疫の70%は腸にあり、腸内細菌がたくさんいることで私たちの身体は守られています。また、消化・吸収の90%は腸でおこなわれています。食べた物がしっかり細胞に届くかどうかは、腸の状態に関係してきます。私たちは食べた物でできていると言われますが、それらがどれだけ吸収できているかがとても重要です。悪いものを溜め込まない、出せる身体をつくりましょう。便秘には決まつた定義はなく、2、3日に1回でもスッキリ出せば神経質になる必要はありません。スッキリ出すためには①②をとり入れてみてください。

### 1 食物繊維をたっぷり摂りましょう

・水溶性食物繊維(ネバトロ食材)は便をゲル状に包んでスルっと出してくれます。溜まりやすい方は意識して摂ってください。また、腸内細菌のエサにもなり、腸に住んでいる菌を元気に増やしてくれます。  
・不溶性食物繊維(葉物野菜、豆類など)は便の量を増やしてくれます。量が少ない、便が細い方はしっかり摂りましょう。不溶性食物繊維は、腸の動き(蠕動運動)を促してくれます。大切なのはバランスです。いろんな食材を摂るようにしてください。

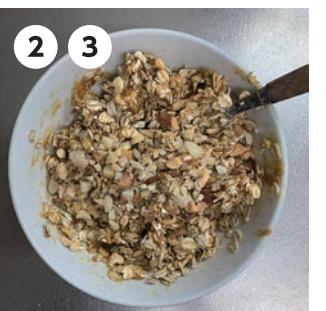
【朝食、おやつに、おすすめグラノーラバー】つぶして、刻んで、まぜるだけ!!

### 材料

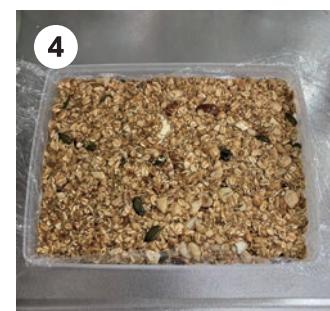
デーツ100g、オートミール30g、お好きなナッツ15g



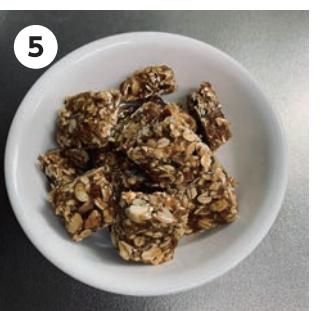
1) デーツはぬるま湯につけ、柔らかくなったら種を抜きつぶします。



2) 1) にオートミールと加えてuezます。  
3) ナッツを細かく刻み、2) に加えます。



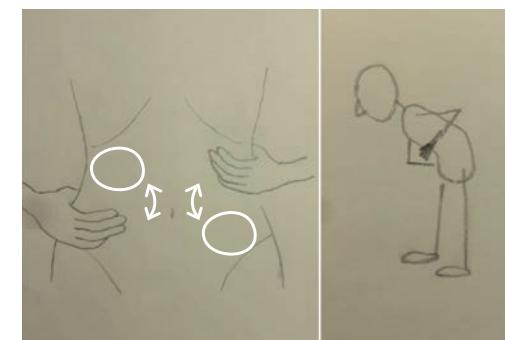
4) 容器にラップを敷き、生地を入れて、手で押し固めます。



5) 15分くらい冷蔵庫で休ませ、好きな大きさにカットすれば完成です。

### 2 腸の動き(蠕動運動)を促す腸マッサージ

・詰まりやすい四隅を刺激します。図のように手をそえます。  
・身体を腰から前に倒します。  
・力を入れなくても指が身体にグーっと入ります。  
・5~10回繰り返しましょう(上下手の位置を変える)  
※ 痛みを感じると腸は動かなくなるので、心地よい圧でおこなってください。



### このコラムを書いた人

#### 腸もみSalon La Vita 橋都幸恵 (第4支部)

世田谷区等々力 5-6-8 ツバキビル202  
尾山台駅 徒歩 2 分  
MAIL : h.yukie42@gmail.com  
[https://perachi.com/landing\\_pages/view/g55v4](https://perachi.com/landing_pages/view/g55v4)

オイルを使用した痛くない心地の良いマッサージで、腸の動きを促します。老廃物を溜め込まない出せる身体づくりをお手伝いします。腸内フローラ解析を取り入れ、その方に必要な菌活、食事のプランニングもしています。ガス張り、つまり、ゆるい、くびれ、へそ下ぼっこり、お腹の悩みご相談ください。



階段を登って

左手奥の扉です

## スマホでお料理写真をより美しく撮影するコツ

スタジオライフ、カメラマンの伽賀隆吾です。皆さんスマホで写真や動画を撮る方が大多数かと思います。外食で美味しい食事をいただいている時、旅行で綺麗な景色に出会った時や家族であったり、サッと取り出して撮れるし最近のスマホのカメラは優秀です。アプリもまた然り。とても綺麗に撮れます。しかし構図や光の向きなどを考慮して撮る方は少ないでしょう。このコラムではちょっとしたことで写真がグンと良くなるコツについて書いていきます。

我々のような職業ですと専門の照明などを使用します。しかし普段お食事をサッと撮影する時、そんなものはありません。当然その場の光で撮るわけですが、そこでちょっとしたコツです。可能な限り逆光で撮る!これです。逆光はツヤと立体感を出すものです。しかしそうするとカメラ側が暗くなります。そこをアプリやレフ板(光を反射させる板、白ければなんでも可)で補正してあげます。これだけでお料理のツヤと立体感、そして色の表現が格段に上がります!

### このコラムを書いた人

**スタジオライフ カメラマン  
伽賀隆吾**(第10支部)

〒153-0042 京都府京都市東山区青葉台3-7-17-1506  
TEL: 090-7058-7706  
MAIL: kaga@photo-studiolife.com  
URL: http://photo-studiolife.com/



これは自宅の窓際で撮ったものです。カメラの反対側から当たる光を手前のコピー用紙で反射させています。でもお店でこれはなかなか辛いので、後でアプリで手前の明るさを調整します。それでおおよその物は綺麗にツヤと質感そして色味が表現できます。できる範囲でキラッと逆光が入る方向を見つけることが肝です。ご興味ありましたらぜひ!

## マスクで肌荒れ、化粧品のご紹介



プラボーショップ <https://www.rakuten.co.jp/b-labo-shop/>

売れ筋商品は「ガラス製の爪磨き」「爪の弱い方用爪育セラム」など、「手指関連商品」「足関連商品・ガラス製のかかとや足の身嗜み商品」「首、肩、腰、膝、等の痛み緩和商品」等を取り揃えておりますので、商品或いは販売にご興味のある方は弊社ホームページか楽天で展開しております「プラボーショップ」をご確認ください。

### このコラムを書いた人

**株式会社ビーアンドオー研究所 坂東義治**(第8支部)

東京都世田谷区玉川1-4-15 サントピアニ子玉川第二 401  
TEL: 03-6447-9969 FAX: 03-6447-9925  
<http://www.b-and-o.co.jp>

## クラフトビール飲みのすすめ

はじめまして、二子玉川のローカルクラフトビール「ふたこビール」の製造、卸販売をしています(株)ふたこ麦麦公社の市原尚子と申します。

コロナ禍で、大勢の宴会や遅くまで飲むことができなかつたりと外食が制限されている中、おうちで楽しめる飲み方をご紹介させていただきます。どうぞよろしくお願いします!

### クラフトビールとは

クラフト(craft)は英語で「技術」「工芸」「職人技」などを意味する言葉。クラフトビールとは小規模な醸造所がつくる多様で個性的なビールを指します。これまでにない多様性と、個性的な味わいやブランドを備えているのが特徴です。

### ビールの原料、スタイル

ビールは、麦芽、ホップ、酵母、水が基本的原料となります。風味づけに、副原料としてスパイスや果物、ハーブなどを使用するスタイルもあります。

ビールのスタイルは100種類以上ありますが大きく分けて「ラガー」と「エール」の2つに分類されます。日本で一般的なビールはラガービールで、スッキリ、ゴクゴク飲むビール。一方のエールビールは、色や香り、味わいをゆったりと楽しみながら飲むビールです。



### このコラムを書いた人

**(株)ふたこ麦麦公社 市原尚子**(第6支部)

世田谷区玉川1-3-13-7 柳小路南角2階  
TEL: 03-6411-7125  
営業時間 11:30-23:00 無休(年末年始を除く)  
(現在 22:00までの短縮営業中です)  
<https://futakobeer.com>



グラウラー

### 選び方、購入方法

世田谷エリアでもここ数年で、マイクロブルワリーが増えました。お散歩がてらブルワリーをめぐって、グラウラー(ビール持ち帰り容器)に生ビールを詰めてもらい、自宅で楽しむことができます。グラウラーはガラス、ステンレスなど素材も大きさもいろいろな種類がありますのでぜひ用途に合ったマイグラウラーを探してみてください。

スーパー・マーケットや酒屋さんのクラフトビールコーナーにも瓶や缶で色々なものが選べます。ぜひ、その日の食事や気分に合わせて、いろいろなスタイルのビールを楽しんでください。

### ペアリング

ビールの個性を引き立てる一品とともにじっくりと味わいましょう。まずは、ビールの色合いと似た色の食事、同じ味わいや香りに近いものと合わせてみてください。

たとえば、麦のコクが感じられるペールエールには、ハンバーガーやジャーキーなど肉料理、重厚な黒ビールには旨味たっぷりの煮込み料理、すっきりとしたベルジャン・ホワイトには白身魚や貝料理、苦味が効いたインディア・ペールエール(IPA)には辛さの効いた中華やエスニック料理など、ビールとの相性がいいと言われています。

ぜひ、自分好みのベストペアリングを発見してください!



# チャットボットによる 税務相談が始まります。

年末調整のご相談は 令和 2 年 10 月 28 日から  
所得税の確定申告のご相談は 令和 3 年 1 月中旬から



税に関する疑問は、  
AIチャットボットの  
**ふたば** に  
ご相談ください。

税務職員ふたば

24時間いつでもご利用いただけます。  
※メンテナンス時間を除きます。

AIチャットボットとは

「チャット（会話）」と「ロボット」を組み合わせた言葉で、質問したい内容をメニューから選択するか、自由に文字で入力すると、AI（人工知能）を活用して自動で回答するウェブサービスです。

チャットボットは、国税庁ホームページでご利用いただけます。

国税庁 ふたば



スマホでのご利用  
は[こちらから](#)！



国税庁 法人番号7000012050002

1 メニューから選択する

2 文字で入力する

質問をすると…  
答えがすぐに表示されます。

詳しい情報は、  
[参考情報のリンク](#)をクリック

- ・チャットボットは、国税庁ホームページ (<https://www.nta.go.jp>)でご利用いただけます。
- ・画面は所得税の確定申告に関する相談のイメージです。実際の画面と異なる場合があります。
- ・令和 2 年 10 月 28 日から同年 12 月 28 日まで年末調整に関するご相談に、令和 3 年 1 月中旬から所得税の確定申告に関するご相談に対応する予定です。
- ・メンテナンス等によりご利用できない場合があります。

法人会会員のみなさまに

## 経営者大型総合保障制度

生命保険と損害保険の組み合わせにより、万一の場合はもちろん、働けなくなった場合のリスクに備えるための各種制度商品をご用意しています。さらに、2019年7月から総合型V Lタイプαを新発売いたしましたので「保険金額」「保険期間」に加えて「保険料・解約払戻金のバランス」をオーダーメイドで設定いただけるようになりました。

業界初!  
オーダーメイド型定期保険  
Lタイプα

### 〈会社をお守りするトータル保障プラン〉



◎上記商品の正式名称は次のとおりです。

総合型V Lタイプα：大同生命の無配当歳満期定期保険(解約払戻金抑制割合指定型)とAIG損保のベーシック傷害保険

Tタイプ：大同生命の無配当就業障がい保障保険(身体障がい者手帳連動・無解約払戻金型)

Jタイプ：大同生命の無配当重大疾病保障保険(無解約払戻金型)

Mタイプ：大同生命の無配当総合医療保険(保険料払込中無解約払戻金型)

◎ご検討・ご契約にあたっては、「法人向け保険商品のご検討に際してご留意いただきたいこと」「設計書[契約概要]」「注意喚起情報」「ご契約のしおり」「約款」を必ずご覧ください。

◎記載は2020年2月現在の内容です。将来変更となる可能性があります。

引受保険会社

大同生命保険株式会社

渋谷支社/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

AIG 損害保険株式会社

東京第二プロチャネル営業部/東京都新宿区西新宿2-4-1 (新宿NSビル)  
TEL 03-6894-9110

F-2019-1021 (2020年2月26日)  
20-073001

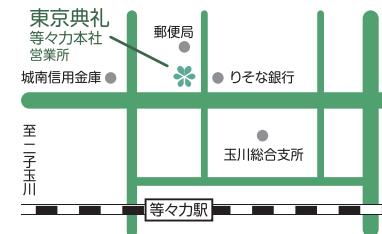
お葬式 119番

365日、24時間年中無休



0120-548-119

大好きだったお花を飾ってその人らしいお葬式を。 Flower Funeral フラワーフューネラル



ご葬儀のお申し込み ご相談資料請求は

東京典礼

事前相談随時受付中お気軽にご相談下さい

TEL 03-5760-1055 FAX:03-5760-1071

●本社 等々力営業所 東京都世田谷区等々力3-9-1  
●深沢営業所 東京世田谷区深沢3-4-4

創業72年  
和の装いを  
お手伝い致します  
お着付け、ヘアメイク、写真撮影も  
承っております。



お着物の  
下取り・買取り  
着物リフォーム  
強化中!  
メンテナンスもご相談ください

株式会社 清水

世田谷区上野毛1-27-5 (上野毛駅下車1分)

TEL 03-3703-0238

営業時間 10:00 ~ 18:00

定休日 日曜日

少人数:要予約

東京都公安委員会 第301000405113号

<http://shimizugofukuten.com/>

夢や目標をかなえるお手伝いします

世田谷ライフベスト株式会社

損害保険

生命保険

ファイナンシャルプランニング



ご相談・お問い合わせ

TEL 03-3707-3303

東京都世田谷区用賀2丁目27-1 大東京ビル

世田谷ライフベスト 検索

# SWTNM

令和2年度  
新入部会員紹介

令和2年度に玉川法人会青年部会にご入会された新入部会員をご紹介いたします。

正会員

## 合同会社Co-Work-A

代表社員

**田中 成幸さん**

タナカ マサユキ

Address:  
東京都世田谷区奥沢1-56-11

Phone number:  
090-9849-4604



賛助会員

## (株)ジェントル

代表取締役

**蒲谷 宜治さん**

カバヤ ヨシハル

Address:  
東京都渋谷区代々木3-37-7  
グランハイツ代々木706号室

Phone number:  
03-6450-8665



賛助会員

## Ku&Soul

**古屋 まきこさん**

フルヤ マキコ

Address:  
東京都世田谷区岡本1-22-19

Phone number:  
080-4299-0528



## 注文住宅・リフォーム住まい作り

総合建設・設計施工

## 株式会社 丸山工務店

建設業許可 東京都知事(特-24)第5899号

一級建築士事務所登録 東京都知事登録第8969号

宅地建物取引業登録 東京都知事(12)28427

設計から施工まで一貫受注致します。

社員一丸となって、  
皆さまの「住まいづくり」をお手伝しています。

〒154-0015 東京都世田谷区桜新町2-14-12  
TEL.03-3420-0277 FAX.03-3426-2115  
<http://www.maruyamakoumen.co.jp/>



2020  
Habataki 61

編集後記



上田 恭子



青年部会長  
有限会社さくらぐみ（デザイン制作・広告代理店）  
コロナ禍でもHABATAKIは充実した  
誌面になりましたね！さすが自井編集長  
&メンバーのみんな。模索、工夫、時には  
あきらめ、喧嘩（？）、でも皆さんサイコー  
です^^

9  
支部

平澤 一馬



副部会長 ネクサス株式会社（保険・FP）  
よくキレイって言われるんですが、最終的  
にはキレていなくていいですよ。意見を述べ、吠え  
ているだけです。なので怖がらないでね。  
「笑顔は演技」とかも言われますが、  
本心ですよ^^

5  
支部

白井 千博



副部会長 広報室室長  
株式会社イングロアス（只者）  
今回のHABATAKIは、「匠」では新  
しい試みとして対談やコラムといった  
コーナーができました！コロナ禍でいつ  
でもさらっと読み直したくなる誌面を目指  
しています

10  
支部

羽生 雄二郎



副部会長 はぶ行政書士事務所（行政書士）  
今号のHABATAKIはコロナ禍とい  
うことで、法人会の行事が無くなってしまった  
ので、行事報告の代わりに遺言・相続  
コラムを掲載しました。少しでも皆様の  
お役に立てれば幸いです。

4  
支部

廣瀬 幸子



副部会長 株式会社S.VOYAGE（イベント・人事コンサル）  
飲食店応援プロジェクト一人進行中！  
これからも感染対策も経済活動も行って  
日本経済に微力ながら貢献していきます。

8  
支部

豊嶋 啓聰



副部会長 ブルデンシャル生命保険株式会社（保険・FP）  
コロナ禍においても、青年部会は模索  
しながら会員サポートを進めていきます。  
役員会もまだまだ気遣いが足りないこと  
ばかりで恐縮ですが、皆様の優しさで  
なんとかなっている感じです。  
これからもよろしくお願いします。

3  
支部

齋藤 梨生希



副部会長 株式会社デザイングローブ（広告デザイン制作）  
これだけあらゆる場所でマスクを付けて  
るのは人生初です。マスクで顔が蒸れて  
エステのスチームみたいに顔痺れしないか  
と期待しましたが…それはなかったです  
ね。残念。

9  
支部

山内 裕介



副部会長 株式会社三善屋（デザイン制作）  
新型コロナウイルスのせいで、外出する  
のが気が引ける世の中ですが、飲食店  
を応援するために出来るだけ飲みに  
いきたいと思ってます。なのでガンガン  
誘ってくださいね。

10  
支部

高野 源弘



副部会長 世田谷用賀法律事務所・司法書士事務所（司法書士）  
誰にとっても特別な1年だったと思います。  
でも、いろんなことに気づき、また、新しい  
発見もできました。言い訳ですが、縮め切り  
に間に合わなかつたのは中森明菜のDVD  
のせいです。

9  
支部

角田 憲



副部会長 大信ホーム株式会社（不動産）  
ちょっとすみません。呼ばれた声に振り  
返りましたが、私のことではありません  
でした。なんだか照れ臭いので、少し  
不貞腐れた顔をして先を急ぎました。  
うつさずうつされず。

10  
支部

宮崎 辰也



副部会長 フロンティア司法書士事務所（司法書士）  
なかなか思うようにいかない一年でした  
が、来年、世の中が落ち着きましたら、  
活動ができなかつた分皆さんと笑顔で  
過ごせる一年にしていきたいです。

6  
支部

Habataki 61号を発行するにあたり、コロナ禍にも関わらず  
原稿を寄せてくださった皆様には、心より感謝申し上げます。  
今後とも、青年部会の活動を温かく見守っていただけます  
と幸いでございます。  
Thank you for taking the time to read.

編集者一同



私たち「アベコ」は、建築資材商品を取り扱う専門商社です。

株式会社アベコ

本社 〒154-0024 東京都世田谷区三軒茶屋2-11-20 サンタワーズD棟9階 Tel. 03 (5431)7111(代)

未来を、創る。夢やし人。



Habataki 61

はばたき61号

令和3年1月3日発行

公益社団法人 玉川法人会 青年部会

Facebook

[www.facebook.com/tamagawa.seinen](http://www.facebook.com/tamagawa.seinen)

玉川法人会 青年部会会報誌 はばたき 61号