

真のタックスパイヤーをめざす

UENO



NO.507



公益社団法人
上野法人会

<https://www.uenohoujin.or.jp>

令和5年度 税制改正大綱

—法人会の税制改正提言—

～中小企業向けの軽減税率や投資促進税制、経営強化税制の2年延長、インボイス制度における各種特例措置など～

政府は、令和4年12月23日に令和5年度税制改正大綱を閣議決定しました。

法人会が提言していた法人税の軽減税率の特例期限の延長は実現され、インボイスについては影響が大きい改正となりました。また、NISAや相続時精算課税制度、電子帳簿保存法も改正され注目論点が多い年となっています。主な内容をお知らせします。

法人税関係

(1) オープンイノベーション促進税制の見直し

対象となる特定株式について、発行法人以外からの購入により取得して議決権の過半数を有することになる場合まで拡大されました。従来の払込みによる場合の上限額は引き下げられています。

	払込みによる取得	発行法人以外からの購入
投資金額の下限額	大企業1億円以上 中小企業1千万円以上 海外企業5億円以上	5億円以上 海外企業は対象外
投資金額の上限額	50億円	200億円
特定事業活動の継続期間	3年	5年

(2) 研究開発税制の見直し

一般試験研究費の額にかかる税額控除制度については、下限を2%から1%に引き下げ、上限を10%から14%に引き上げ、適用期限は3年間延長されます。試験研究費の額が平均売上金額の10%を超える場合の税額控除率の特例及び控除税額の上乗せの特例の適用期限は3年間延長されます。

中小企業技術基盤強化税制については、増減試験研究費割合が12%を超える場合に引き上げられます。税額控除率の12%に、増減試験研究費割合から12%を控除した割合に0.375を乗じた割合を加算します。試験研究費割合が10%超の場合の上乗せ措置については従来通りです。

特別試験研究費に対する税額控除制度については、①対象となる特別試験研究費の額に、特別新事業開拓事業者との共同研究及び特別新事業開拓事業者への委託研究に係る試験研究費の額を加えられます。税額控除率は25%とされます。②対象となる特別試験研究費の額に、一定の要件を満たす新規高度研究業務従事者に対する人件費が含まれます。税額控除率は20%とされます。③対象となる特別試験研究費の範囲から、研究開発型ベンチャー企業との共同研究及び研究開発型ベンチャー企業への委託研究に係る試験研究費が除外されます。

(3) 中小企業等の法人税の軽減税率の特例の延長

中小企業者等の法人税の軽減税率の特例期限は2年間延長されます。

(4) 中小企業投資促進税制の見直し

中小企業投資促進税制については、コインランドリー等を利用した節税を除外して2年間延長されます。

(5) 中小企業者等が特定経営力向上設備等を取得した場合の特例

中小企業経営強化税制について、コインランドリー業(主要な事業であるものを除く)又は暗号資産マイニングを委託している場合などを除外して2年

間延長されます。

相続税・贈与税関係

(1) 相続時精算課税制度についての見直し

相続時精算課税適用者が、特定贈与者から贈与により取得した財産に係るその年分の贈与税については、従来の基礎控除とは別途、課税価格から基礎控除110万円を控除できるようになります。さらに、特定贈与者の死亡の際の相続税の課税価格に加算となる額は、基礎控除額を控除した残額とされます。

相続時精算課税適用者が特定贈与者から贈与により取得した一定の不動産について、災害等によって被害を受けた場合は、相続税の課税価格への加算となる額は、贈与時の価額から被害を受けた部分に相当する額を控除した残額とされます。

2024年分の贈与から適用されます。

(2) 生前贈与加算の期間の見直し

相続税の生前贈与加算される期間が、3年以内から7年以内に変更されます。なお、3年以内に贈与された財産以外については、財産の価額の合計額から100万円を控除した残額が課税価額に算入されます。2024年以後贈与により取得する財産から適用されます。

(3) 教育資金贈与の見直し

直系尊属から教育資金の一括贈与を受けた場合の非課税措置について、次の変更を加えて、適用期限が3年間延長されます。①贈与者の死亡に係る相続税の課税価格の合計額が5億円を超える場合は、常に課税対象とされます。②受贈者が30歳に達した場合等において、贈与税が課されるときは、一般税率が適用されます。③教育資金の範囲に、都道府県知事等から国家戦略特別区域内に所在する場合の外国の保育士資格を有する者の人員配置基準等の一定の基準を満たす旨の証明書の交付を受けた認可外保育施設に支払われる保育料等が加えられます。2023年4月以後の教育資金について適用されます。

(4) 結婚・子育て資金贈与の見直し

直系尊属から結婚・子育て資金の一括贈与を受けた場合の非課税措置について、受贈者が50歳に達した場合等において、贈与税が課されるときは、一般税率が適用されることにした上で、適用期限が2年間延長されます。

2023年4月以後の贈与について適用されます。

所得税関係

(1) NISA制度の恒久化

NISA制度について、恒久化し、期限を撤廃しました。また、一般NISAとつみたてNISAを統合した上で、つみたて投資枠と成長投資枠が設けられます。なお、新NISA制度は2024年からとなり、2023年中は旧制度の適用となります。概要を比較すると次の通りです。

	つみたてNISA	一般NISA	新NISA
実施期間	2042年まで	2023年まで	2024年から恒久化
非課税保有期間	最大20年間	最大5年間	期限の制限なし
累計の非課税投資可能額	800万円	600万円	1,800万円 (内成長投資枠1,200万円)
年間投資可能額	40万円	120万円	つみたて投資枠120万円 成長投資枠240万円

ジュニアNISAは、2023年までで終了となります。新NISA制度は18歳以上が利用できます。

(2)極めて高い水準の所得に対する負担の適正化

基準所得金額から3億3千万円を控除した金額に22.5%の税率を乗じた金額が、その年分の基準所得税額を超える部分について、所得税を課税する制度が創設されます。

基準所得金額とは、その年分の所得税について申告不要制度を適用しないで計算した合計所得金額です。基準所得税額とは、その年分の基準所得金額に係る所得税の額です。なお、基準所得金額には、源泉分離課税の対象となる所得金額及びNISA制度で非課税となる額は含みません。

2025年から適用されます。

(3)エンジェル税制の改正

エンジェル税制については、投資した金額について、その年の株式の譲渡所得から控除できる部分については従来通りですが、株式を売却した際に20億円まで課税されない仕組みとなります。従来は課税の繰り延べだったものが20億円の非課税枠を設けた形です。

(4)特定中小会社設立時発行株式に関する控除制度

特定の中小会社の設立時に払い込んだ金額について、その取得をした年の株式の譲渡所得から控除できる制度が創設されます。また、その株式を売却した際に20億円まで課税されない仕組みとなります。エンジェル税制との選択適用となります。

(5)ストックオプションの改正

ストックオプション税制の株式の権利行使時期が、付与決議の日から2年超かつ10年以内から、2年超かつ15年以内に延長されます。

消費税関係

(1)売上税額の2割で消費税を計算できる特例

免税事業者が登録申請した場合、インボイス制度導入後3年間は、8割の仕入税額控除が認められます。つまり、売上税額の2割だけを納税することになります。

(2)1万円未満にはインボイスを不要とする特例

基準期間の課税売上高1億円以下又は特定期間の課税売上高5千万円以下である事業者が、インボイス制度導入後6年間の課税仕入について支払対価が1万円未満である場合には、帳簿のみの保存で税額控除を認められます。

(3)適格返還請求書の交付義務の免除の特例

売上に係る対価の返還が税込み1万円未満の場合、適格返還請求書の交付義務が免除されます。

事実上、振込手数料分の値引きに対する特例です。

(4)登録申請書の提出期限の変更

2022年10月1日から登録したい場合に、2022年3月末までに申請が必要という取り扱いが事実上なくなります。

国際課税

(1)グローバル・ミニマム課税への対応

特定多国籍企業グループ等に属する法人に対して、国際最低課税額に対する法人税を課税する仕組みを創設します。2024年4月以後開始する対象会計年度から適用されます。

(2)外国子会社合算税制等の見直し

外国子会社合算税制について、特定外国関係会社の税負担割合が27%以上(現行は30%以上)である場合には適用が免除されることとなります。2024年4月以後に開始する事業年度から適用されます。

(3)非居住者のカジノ所得の非課税制度の創設

非居住者の2027年から2031年までの間の課税所得については所得税を課さない取扱いが創設されます。

納税環境整備

電子帳簿保存制度に関して見直しを行います。①過少申告加算税の軽減対象となる優良な電子帳簿の範囲について明確化されます。2024年1月以後に申告期限等が到来する国税に適用されます。②スキャナ保存制度について、解像度、階調及び大きさに関する情報の保存要件は廃止されます。記録事項の入力者等に関する確認要件が廃止されます。相互関連性要件については、契約書・領収書等の重要書類に限定されます。2024年1月以後に保存が行われる国税関係書類に適用されます。③電子取引について、判定期間における売上高が5千万円以下である保存義務者と電磁的記録の出力書面を用意し、かつ電磁的記録を行う者については、検索要件の全てを不要とします。2024年1月以後に行う電子取引について適用されます。

防衛力強化に係る財源確保のための税制措置

防衛力強化に係る財源確保のための税制措置として、2024年以降の適切な時期を施行時期として、2027年度までに段階的に実施されます。

①法人税額に対し、税率4～4.5%の付加税を課すこととされます。ただし、課税標準となる法人税額から500万円が控除されます。②所得税額に対し、当分の間、税率1%の新たな付加税を課すこととし、一方で、復興特別所得税の税率を1%引き下げるとともに、課税期間が延長されます。③たばこ税については、一本あたり3円の引上げが、段階的に実施されます。

☆記事内容についてのお問合せは…

TIS税理士法人
税理士 飯田 聡一郎
TEL: 03-5363-5958
FAX: 03-5363-5449
HP: <http://www.iida-office.jp/>

東京法人会連合会

マイクロプラごみの化学物質、 魚の可食部に蓄積

産経新聞科学部記者 伊藤壽一郎

世界中の海や川に漂うマイクロプラスチックごみは多様な化学物質を含み、人体に有害なものもあります。これらは北海道大などの最近の研究で、マイクロプラごみを飲み込んだ魚の筋肉などに蓄積することが判明。そんな魚が食卓に上がれば人の健康への影響が懸念されるため、プラごみの環境流出防止がますます急務になってきました。

■有害性が疑われる添加剤

マイクロプラスチックは、大きさ5ミリ以下の微細なプラスチックの破片や粒です。レジ袋や食品容器、ペットボトルなどのプラスチック製品の一部がごみとなって川や海に流れ込み、紫外線の影響や波の力で細片化して生じます。

プラスチック製品は製造時、機能向上のため添加剤と呼ばれる多様な化学物質が加えられています。燃えにくくする臭素系難燃剤や、紫外線による劣化を防ぐ紫外線吸収剤などで、生物への有害性が疑われているものもあり、マイク

ロプラごみにも残留しています。

マイクロプラごみは、北極から南極まで地球全体の川や海に漂い、しばしば魚が天然の餌と見誤るなどして飲み込みます。

これまで約500種の魚の体内から見つかри、消化管の損傷などが報告されています。ただ、マイクロプラごみ自体は分解されず排せつされるため、人の食生活に影響があるかどうか、よく分かっていませんでした。

■カジカとアミを使い実験

そこで研究チームは、マイクロプラごみを飲み込んだ魚の体内で、化学物質がどうなるかを調べる実験を始めました。実験用のマイクロプラごみとして、臭素系難燃剤と紫外線吸収剤を含む大きさ約0.03ミリのポリエチレン粒を用意。それを飲み込ませる生物として、肉食魚のシモフリカジカと、その餌となる小型甲殻類のイサザアミを海で採取しました。

まず、海水を入れた水槽にポリエチレン粒を浮遊させ、24時間ごとにイサザアミを与えながら、シモフリカジカを10日間飼育。さらに、別の水槽ではポリエチレン粒を入れず、事前にポリエチレン粒を食べさせたイサザアミを24時間ごとに与えながらシモフリカジカを10日間飼育。それぞれのシモフリカジカの筋肉や肝臓に、添加剤が移行するか確認しました。

■食物連鎖で蓄積が加速

すると、ポリエチレン粒を入れた水槽のシモフリカジカの筋肉と肝臓には、臭素系難燃剤と紫外線吸収剤が大量に蓄積していました。一方、ポリエチレン粒を食べさせたイサザアミを与えて飼育したシモフリカジカも、筋肉や肝臓に添加剤が大量に蓄積していましたが、臭素系難燃剤の量は、前者の数倍から数十倍にも及んでいました。これらによって、魚が直接、間接にマイクロプラごみを摂食すると、含まれる添加剤が筋肉や内臓など可食部に移行し蓄積することが実証されました。また、大きな生物が小さな生物を餌として食べる「食物連鎖」を経由してマイクロプラごみを体内に取り込んだ場合は、

蓄積が加速し、高濃度になるケースがあることも判明しました。

チームによると、生物が摂取したマイクロプラごみに含まれる添加剤が、筋肉などに移行し蓄積することは、貝類での報告例はありましたが、魚類で実証されたのは世界初だそうです。北海道大の仲岡雅裕教授は、「私たちが食料としている水産資源に危険が迫っていることが分かりました。プラごみの環境流出を抑止する取り組みを急ぐとともに、添加剤の移行や蓄積のメカニズムを早く解明し、食の安全に貢献していかなくはなりません」と話しています。

【筆者紹介】伊藤壽一郎 (いとう・じゅいちろう)

東京都生まれ。学習院大学卒業後、産経新聞社に入社し、文化部、経済部、社会部などを経て2002年から科学部。現在は文部科学省の科学技術部門を担当し、原子力から地震、宇宙、物理、化学、生物、ITまで、幅広い分野を取材対象としている。著書に『生きものの変遷 温暖化の足音』（共著、扶桑社）、『新ライバル物語 闘いが生む現代の伝説』（共著、柏書房）などがある。

事業承継税制の落とし穴!?

財産評価額によっては効果なし

NTS総合税理士法人
代表社員 / 公認会計士 / 税理士 吉井 清信

「事業承継税制」は、経営承継円滑化法に基づく認定のもと、会社や個人事業主の後継者が取得した一定の資産について、贈与税や相続税の納税を猶予する制度です。この、事業承継税制には、会社の株式等を対象とする「法人版事業承継税制」と、個人事業主の事業用資産を対象とする「個人版事業承継税制」がありますが、単純に株式評価額（事業用財産の評価額）に見合う相続税の納税猶予が受けられるわけではないので、注意が必要です。

例)

前提条件：

非上場株式 3,000 万円 + その他の財産 7,000 万円 = 計 1 億円

- ◆ 相続人：子（後継者）のみ
- ◆ 取得財産：全て後継者が取得
- ◆ 事業承継税制の適用を受ける場合

・ 相続税額全体の計算

1 億円（課税価格） - 3,600 万円（基礎控除額） = 6,400 万円
相続税の税率は金額ごとに決められており、今回の 1 億円

以下の場合には 30% となるため、

6,400 万円 × 30% = 1,920 万円

・ 納税猶予額の計算

3,000 万円（株式評価額） - 3,600 万円（基礎控除額） = △600 万円
→ マイナスのため、総額 0 円

・ 納付税額

1,920 万円 - 0 円 = 1,920 万円

このような例ですと、猶予税額が 0 円となります。ですが、本制度の適用を受けるためには、事前に経営承継円滑化法に基づく都道府県知事の「認定」を受ける必要がありますので、猶予税額が 0 円になる場合は、都道府県の認定を受けるために要した時間と費用が全く無駄になってしまうという事態も考えられるということです。

今回の例で、猶予税額が 0 円となったのは株式評価額が基礎控除より低かったことが要因であり、これは「個人版事業承継税制」でも同じことが言えます。

事業承継税制の適用に当たっては、事前に最終的な納税猶予の効果を十分に検討しておくことが重要であり、単純に株式評価額による計算のみでなく、相続財産全体を把握したうえでどれだけの効果が得られるかをシミュレーションし、制度の適用を受けるかどうか決断することが求められていると思います。

支部・地区だより

竹町支部

竹町中地区
【防災訓練】 (新井地区長)



令和 4 年 12 月 28 日 (水) ~ 29 日 (木) 竹友会館
各日 15 名ずつで約 2 時間かけて町内をパトロールしました。

入谷支部

北上野二丁目地区
【ワケ-アソビ外観】 (上田地区長)



令和 4 年 12 月 28 日 (水) 東京ベルト (株) 内
感染防止の為、参加者に先生のお手本を見ていただき花材は持ち帰りにしました。

金杉支部

金杉一丁目地区
【夜警】 (鈴木地区長)



令和 4 年 12 月 28 日 (水) ~ 30 日 (金) 金杉一丁目町会
拍子木を持ち、町会の方々と年末の防犯・防火の警備を行いました。

金杉仲通地区
【もちつき】 (有賀地区長)



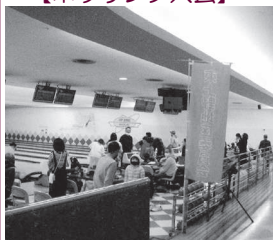
令和 5 年 2 月 19 日 (日) (株) カワサン 駐車場
コロナ禍ということで子供会ではなく、町会員のみのもちつきとなりました。



東上野支部

東上野支部 (尾高支部長)

【ボウリング大会】



令和 5 年 2 月 12 日 (日) アイビーボール向島
子供から高齢の方まで幅広い年齢層が参加し、大変盛り上がりました。

【女性部研修会】



令和 5 年 2 月 22 日 (水) 東上野区民館
マルコメ株式会社から講師をお招きし出前みそ講座を実施しました。

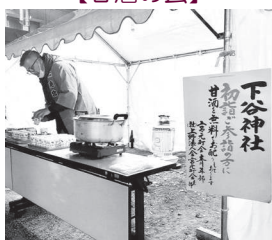
【歳末警戒】



令和 4 年 12 月 27 日 (火) ~ 30 日 (金) 東上野宮元町会
町内の防火・防災の警戒 (火の用心) を行いました。

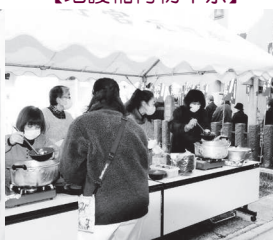
東上野宮元地区 (矢口地区長)

【甘酒の会】



令和 5 年 1 月 1 日 (日) 下谷神社
初詣の人々に甘酒を提供し、寒さを和らいでもらいました。

【地護稲荷初午祭】



令和 5 年 2 月 11 日 (土) 地護稲荷神社
参拝者にお雑煮を振る舞い、子供にはお菓子を配りました。

委員会報告

第2回公益事業委員会

[と き] 令和5年2月22日(水) 11:00～
[と ころ] 朝日信用金庫西町ビル7階

公益事業委員会(志賀委員長)では、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から三密対策を十分に施し、第2回公益事業委員会を開催しました。特別講演会「池田清彦氏講演会」、令和5年度税を考える週間協賛「大型講演会」等について話し合いを行いました。



▲志賀委員長



部会報告

青年部会 第3回役員会

[と き] 令和5年1月25日(水) 11:00～
[と ころ] 朝日信用金庫西町ビル7階

青年部会(桜井部会長)では、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から三密対策を十分に施し、第3回役員会を開催しました。令和5年度税金ジュニアスクール実施、青年セミナーなど、今後の事業予定等について話し合いを行いました。



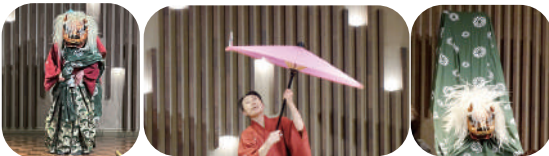
▲桜井部会長



新年賀詞交歓会

[と き] 令和5年2月9日(木) 18:15～
[と ころ] 東天紅上野本店8階「ルーキス」

同日開催の青年セミナー後に、青年部会員の親睦をはかるため「新年賀詞交歓会」を開催いたしました。新型コロナウイルス感染防止により中止がつづき、今回3年ぶりの開催ということもあり、参加者の皆様は大いに盛り上がりおりました。



桜井青年部会長



ご挨拶: 佐藤会長



乾杯のご発声
金海青年担当副会長



中締めのご挨拶
森重青年顧問



講演会

生物学から見たホンマでっか!?な生き方 ～人生を楽しく生きるために～

[と き] 令和5年 **3月7日(火)**
18:00～19:30

[と ころ] 東天紅上野本店 3階「鳳凰の間」

生物学者の池田清彦氏をお招きして、特別講演会を開催しました。各メディアでご活躍の人気講師でお話も大変面白く、大勢の皆さまにご参加いただきました。



講師

生物学者
早稲田大学名誉教授
山梨大学名誉教授

いけだ きよひこ
池田 清彦氏



〈司会〉
志賀公益
事業委員長



〈主催者挨拶〉
常見公益事業
担当副会長

上野新論：ありあまる都市的魅力を コロナ後に活かすには

【日 時】令和5年2月9日（木）17：00～

【と ころ】東天紅上野本店6階「ルナホール」

＜講師＞筑波大学人文社会系 教授
上野まちづくり協議会事務局アドバイザー

いがらし やすまさ
五十嵐 泰正 氏



2月9日（木）東天紅上野本店6階「ルナホール」にて上野法人会青年セミナーが新年賀詞交歓会と同日開催されました。

今回のセミナーは講師に筑波大学人文社会系教授で上野まちづくり協議会事務局のアドバイザーも務めておられる五十嵐泰正氏をお招きし、近著『上野新論』（せりか書房、2019）で書かれている内容もまじえて「上野新論：ありあまる都市的魅力をコロナ後に活かすには」をテーマに上野の魅力についてご講演頂きました。

講演内容は上野について、前半は【ごちゃごちゃ感】、後半は【人と人の繋がりを感じる街】を主として話されました。

【上野のごちゃごちゃ感】

まず最初の内容では「上野らしさとは何か？」というお話をされました。「上野らしさとは？」言われたときに皆さんいろいろあげると思います。

教授が以前留学されたイギリスのロンドンと比べてみると、

①駅（キングクロス駅＝北の玄関口⇒上野）②動物園（リージェントパークのロンドン動物園⇒上野動物園）③博物館（大英博物館⇒国立博物館等）④マーケット（カムデンタウン＝屋台と若者ファッションの街⇒アメ横）⑤移民街（チャイナタウン⇒キムチ横丁）とロンドンでは10キロ圏内にある都市のさまざまな機能が上野では半径500mという歩ける距離に方向性の違う全てがあるという実は世界的に見ても稀なレベルの豊かな都市という事を話されて改めて上野の魅力・良さに気づかされました。

そして浅草といえば？＝雷門、渋谷といえば？＝スクランブル交差点、ニューヨークといえば？＝タイムズスクエアというように都市によってイコールの景観があるが、上野は前記のようににごちゃごちゃといろいろな場所がある事で、幅広い年齢層・人種・来街者が来る事がありそれらの要因で逆に上野といえばというイメージが結びにくい。それぞれが違う目的をもって来る事が多い為、逆に上野の街を歩き回るといふ回遊性が低いという弱点も都市社会学的にはあるという事も納得でき新鮮でした。誰もがそこに行き、写真を撮り、「上野といえばここ！」と感じる場所を創る事の重要性を改めて考えさせられました。

また、上野まちづくり協議会で議論している歩行者天国を創る事により「上野広小路ヒロバ化計画」や袴腰広場に象徴的なモチーフ作る例えばアートの「令和の黒門」を作るというお話も確かに面白く興味深い内容でした。

【人と人の繋がりを感じる街 上野】

大通りと路地裏がある事により、上野は昔から多様な人を集める街であり、コロナという災害体験によりさまざまな潜在的な問題が露わになり、東日本大震災の復興の後のように一過性で終わるものではなく、問題の解消を継続的に行う事の大切さを教えていただきました。

またコロナ後の世の中として「対面交流の重要性」つまり「モノ消費からコト消費へ」実感・体験・対面交流、人と人の繋がりが重要視されていくようになっていて、人との繋がりにより上野はイノベーションを生み出せる可能性がある街であるという事を認識しました。

コロナ後の上野の街の今後の可能性を上げるために、

⇒対面的交流と上野という街の体験価値の復権

- ・ ついでではない目的地になる事（通勤通学のついでではなく）
- ・ インバウンドが本格的に戻る前に固めるべき国内の需要の取り込み
- ・ 親密でインフォーマルな関係性・目的（家族・友人で・・・）で繰り返す行く馴染みの街になる事（主要駅の中で定期券利用率が60%を切る唯一の駅なので本質的には馴染みの街になる可能性が高い）

社会学や都市学や震災復興など、多種多様な知見を持たれた五十嵐教授の講演は、聞きやすく、台東区・上野という街の今後の発展のために、いろいろ考えてアクションをしていかないといけないと改めて考えさせられる、とても良いセミナーでした。

＜五十嵐泰正氏プロフィール＞

1974年生まれ。都市社会学・地域社会学を専門に研究。近著『上野新論』で日本都市学会賞を受賞。学生時代から社会的なフィールドワークを進めてきた上野や生まれ育った地元の柏で、まちづくりに実践的に取り組むほか、原発事故後の福島県の農水産業をめぐるコミュニケーションにも関わる。

＜文 青年部会副部会長 吉田 斉史＞

スマホ、PC… うつむく姿勢が危ない

産業カウンセラー 柏木勇一

■テレワーク、 ひとり自宅でのPC作業で首痛に

建築会社の設計士として働く30代のMさんは、大卒後入社して一級建築士の資格も取得、中堅社員として会社の成長にも貢献してきた。

コロナ禍でテレワークの日々。現場作業員や営業職は出勤していたが、PCによる設計業務は在宅でも十分可能だった。むしろ、作業に集中できる利点があった。自宅から駅までの徒歩や電車での往復時間がない分、作業できる時間も多くなった。そんな日々が続いて1年半。首の痛み、頭痛、手のしびれを感じるようになり、近くの整形外科医院へ。頸椎（けいつい）椎間板ヘルニアの疑いと、手術が必要になる可能性があることも指摘された。驚いたMさんは会社の健康管理室に相談、産業医（内科医）から理学療法士を紹介された。戸惑いもあったが、結果的にはいい展開になった。

■それは現代病のひとつ 理学療法士の原因説明に納得

理学療法士はまず、最近特に首から肩にかけての痛みを示す「頸部（けいぶ）痛」の発生が増加していること、その原因の多くは、PC作業とスマホの普及と説明。Mさんは自宅で長時間うつむく姿勢で作業していることから、常に首に負担がかかっていたことを指摘した。椎間板がつぶれやすくなっていること、椎間板にある髄核という物質が飛び出して痛みやしびれにつながっていることなどから、「一種の現代病」と丁寧に語り、Mさんも納得した。

さらに療法士は、成人の頭の重さは体重の約10%で6kg前後。首周りの筋肉はこの重さを支えるために活動し、15度うつむくだけで頭を支えるために生じる負担は12kg前後まで増加すること、何も手を打たないと筋肉は疲労し、痛みや肩こり、しびれやめまいなどの不調が日常化する恐れがあることも語ってくれた。



■背筋を伸ばし画面との距離も意識、 やっぱり休憩が大切

頸部痛を防ぐにはどうすればいいか。Mさんの場合は、PCの使用時間をできるだけ短くすること。うつむく姿勢を改め、目線の高さで作業するという、とりあえずの結論が出た。

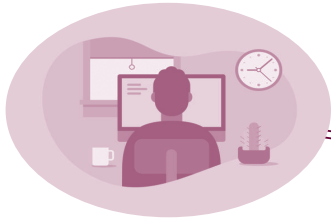
Mさんは療法士の説明を受けて、出社の場合は当然歩くし、職場では同僚との会話でPCから離れ、休憩や昼食時間は会話も欠かさなかったこと、つまり一日中デスクワークの在宅ではそういう余裕の時間がなかったことに気づいた。そこから、在宅でも部屋から離れて散歩や太陽の光を浴びることを心がけ、作業中は猫背にならないよう足をフロアにつけ、背筋を伸ばして画面との距離も意識するようになった。

スマホを手放せない時代になり、頸部痛は「スマホ首」とも呼ばれて、現代病のひとつとして問題視されている。

実は、PCやスマホだけではなく、料理をする際もうつむいてしまう人が多く、これも要注意。手術が必要になる病気になる前に、PCに向かう普段の姿勢はどうなっているか、コロナ禍で働き方が変わった現代人にはぜひ知ってほしい。スマホでのゲームやアプリ検索も日常化している時代。スマホと目線の高さは大丈夫ですか。

【筆者紹介】 柏木勇一（かしわざい・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。



座位時間

一般社団法人Lumedia

突然ですが、「自分が1日に何時間座っているか」について考えたことがありますか？
今回は「座っていることでの健康への影響」について学んでいきましょう。

< 座位行動とは >

静かに座っている状態を、医学的には「座位行動」といいます。詳しく説明すると、その正式な定義は「日中に座ったり横になったりしてエネルギー消費量が1.5Met s（メツ）を下回っている状態」です（参考文献①、②）。普通にデスクワークや読書、会話などを

している状態は1.5Met s以下なので、これらの時間を「座位行動」としてカウントします。

参考までに、座っている状態でも、芝刈り機を操作したり、ストレッチをしたりしているときのエネルギー消費量は2.5Met s程度なので「座位行動」には該当しません（参考文献③）。

< とにかく「座りすぎ」には気を付けよう >

座っている時間の長さによる健康への悪影響が初めて注目されたのは、今から約70年前である1953年の研究にまでさかのぼります。当時のロンドンの交通局や郵便局で働く方々を対象に心臓や血管の病気の頻度を調べたところ、バスの車掌は運転手よりも心臓や血管に関する病気が少ないことがわかりました。この事実から「仕事中に座っている時間が長い職業だと健康に悪いのではないかと推察され、その後さまざまな研究が行われました（参考文献④）。

そして現在では、大人が長時間座っていると、心臓や血管の病気だけでなく、がんや2型糖尿病のリスクを高めることがわかっています。

さらに、死亡率も上昇してしまうのです（参考文献⑤）。また、「座り過ぎによる健康への悪影響」は「運動による健康への良い影響」で打ち消しきれないこともわかっています。つまり、ジムに通うなどして積極的に運動を頑張っている人でも、やはり座り過ぎには気をつけないといけないのです（参考文献⑥）。

それではどうしたらいいんだ！という話ですが、結局、座りっぱなしの時間をとにかく減らすことが大切です。座る時間を、どのような身体活動（強くても弱くても）に置き換えても健康効果が得られます（参考文献⑤）。

< あなたの健康をこれからも守るために >

この記事を読んで、例えばお仕事中に何時間も座っていることに気付いたら意識して立ち上がりストレッチをするなど、小さなことから

チャレンジしてみてください。健康を手に入れるために頑張りましょう！

< まとめ >

- ・長時間座っていることは、実は健康に悪いとご存じでしたか？
- ・テレビ視聴やスマホを触るなどして座っている時間を減らすのが健康への近道です。
- ・仕事中も定期的に立ち上がるなどの工夫をしてみてくださいね。

※本記事について、開示すべき利益相反はありません。

【参考文献】

- ①:Mark S Tremblay et al. Int J Behav Nutr Phys Act. 2017 Jun 10;14(1):75.
- ②:厚生労働省「座位行動」
- ③:国立健康・栄養研究所「改訂版『身体活動のメツ（METs）表』」
- ④:J N Morris et al. 1953 Nov 28;262(6796):1111-20; concl.
- ⑤:WHO 身体活動・座位行動ガイドライン（要約）
- ⑥:GOV.UK 2019. UK Chief Medical Officers' Physical Activity Guidelines.



【筆者紹介】一般社団法人Lumedia

誰にとってもわかりやすい「正しい医療情報」を届けたいという思いで設立。医師主導で「科学的根拠のある医療情報」を届けるニュースサイト「Lumedia（ルメディア）」を運営している。

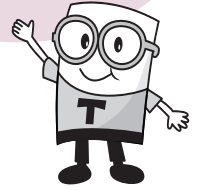
税務署からのお知らせ

事務負担軽減？
補助金も？

税負担軽減？

インボイス制度、 支援措置があるって本当！？

本当です！
そのための税制改正（案）が閣議決定されています。
また、令和4年度補正予算で各種補助金が拡充されました。



免税事業者から
課税事業者になる方へ

- ・納税額が売上税額の2割に軽減？
- ・インボイスの登録で補助金が50万円上乘せ？
- ・登録申請、4月以降でも大丈夫？

既に課税事業者の方も

- ・会計ソフトに補助金？
- ・少額取引はインボイス不要って？
- ・少額な値引き・返品は対応不要？

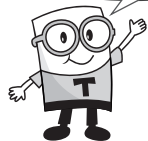
小規模事業者向け

納税額が売上税額の2割に軽減？

免税事業者からインボイス発行事業者になった場合の税負担・事務負担を軽減するため、**売上税額の2割を納税額とすることが**できます！

対象になる方	対象となる期間
免税事業者からインボイス発行事業者になった方（2年前（基準期間）の課税売上が1000万円以下等の要件を満たす方）	令和5年10月1日～令和8年9月30日を含む課税期間 ※個人事業者は、令和5年10～12月の申告から令和8年分の申告まで対象

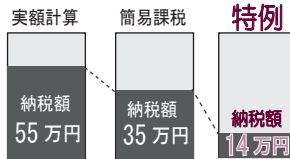
売上・収入を把握するだけで申告でき、経費等の集計は不要！事前の届出も不要！



事例

売上700万円（税額70万円）※サービス業
経費150万円（税額15万円）

実額計算の場合▶
70万円 - 15万円 = 55万円
簡易課税の場合▶
70万円 - 35万円※ = 35万円
※70万円 × 50%（サービス業のみなし仕入率）



特例の場合▶
70万円 × 2割 = 14万円

消費税の申告を行うためには、通常、経費等の集計やインボイスの保存などが必要となりますが、この特例を適用すれば、所得税・法人税の申告で必要となる**売上・収入を税率毎（8%・10%）に把握するだけで、簡単に申告書が作成**できるようになります！

また、**事前の届出も不要**で、申告時に適用するかどうかの選択が可能です！

インボイスの登録で補助金が50万円上乘せ？

持続化補助金について、**免税事業者がインボイス発行事業者に登録した場合、補助上限額が一律50万円加算**されます！

対象	補助上限	補助対象
小規模事業者	50～200万円（補助率2/3以内）※一部の類型は3/4以内 ▶100～250万円（インボイス発行事業者の登録で50万円プラス）	税理士相談費用、機械装置導入、広報費、展示会出展費、開発費、委託費等

中小事業者向け

会計ソフトに補助金？

IT導入補助金（デジタル化基盤導入類型）について、**安価な会計ソフトも対象**となるよう、**補助下限額が撤廃**されました！

対象	補助額	補助対象
中小企業・小規模事業者等	ITツール ～50万円（補助率3/4以内）、50～350万円（補助率2/3以内）※下限額を撤廃 PC・タブレット等 ～10万円（補助率1/2以内） レジ・券売機等 ～20万円（補助率1/2以内）	ソフトウェア購入費、クラウド利用費（最大2年分）、ハードウェア購入費等

少額取引はインボイス不要って？

1万円未満の課税仕入れ（経費等）について、**インボイスの保存がなくても帳簿の保存のみで仕入税額控除**ができるようになります！

対象になる方	対象となる期間
2年前（基準期間）の課税売上が1億円以下または1年前の上半期（個人は1～6月）の課税売上が5千万円以下の方	令和5年10月1日～令和11年9月30日

すべての方が対象

少額な値引き・返品は対応不要？

1万円未満の値引きや返品等について、**返還インボイスを交付する必要がなくなります！**
振込手数料分を値引処理する場合も対象です！

対象になる方	対象となる期間
すべての方	適用期限はありません。

登録申請、4月以降でも大丈夫？



大丈夫です！4月以降の申請でも制度開始時に登録が可能です！

詳しくはこちらまで

税制改正案の内容



持続化補助金



IT導入補助金



インボイス制度特設サイト



その他インボイス制度の一般的なご質問やご相談は、インボイスコールセンターまで

【TEL】0120-205-553 フリーダイヤル(無料)

受付時間 9:00から17:00 (土日祝除く)

※個別相談は、所轄の税務署への事前予約をお願いします

2023年度 国税職員採用募集

Pride of the Specialist ～公平な世の中を創る、志～

適正かつ公平な賦課及び徴収の実現を、我々と一緒に目指してみませんか？

国税職員は、国税局や税務署において、税務のスペシャリストとして法律・経済・会計等の専門知識を駆使して適正な課税を維持し、また、租税収入を確保するための事務を行います。

◆人事院国家公務員試験
【採用 NAVI】



◆採用関係
お役立ちリンク集



◆Web-Tax-TV



各試験区分	国税専門官 (A区分)	2023年度から新設！	国税専門官 (B区分)	税務職員
	受験資格	1 1993 (平成5) 年4月2日～2002 (平成14) 年4月1日生まれの者 2 2002 (平成14) 年4月2日以降生まれの者で次に掲げるもの イ 大学 (短期大学を除く。以下同じ。) を卒業した者及び ロ 2024 (令和6) 年3月までに大学を卒業する見込みの者 人事院が上記イに掲げる者と同等の資格があると認める者		
申込期間	令和5年3月1日 (水) 9時～3月20日 (月) [受信有効]			令和5年6月19日 (月) 9時～6月28日 (水) [受信有効]
1次試験	令和5年6月4日 (日)			令和5年9月3日 (日)
試験科目	基礎能力試験 (多肢選択式) 専門試験 (多肢選択式) 専門試験 (記述式)			基礎能力試験 (多肢選択式) 適性試験 (多肢選択式) 作文試験
	[専門試験] 必須: 民法、商法、会計学 選択: 憲法・行政法、経済学、 財政学、経営学、政治学・ 社会学・社会事情、英語、 商業英語 記述: 憲法、民法、経済学、 会計学、社会学	[専門試験] 必須: 民法・商法、会計学、 基礎数学 選択: 情報数学・情報工学、 統計学、物理、化学、 経済学、英語 記述: 科学技術に関連する領域		
2次試験	令和5年6月30日 (金)～7月14日 (金) ※1次試験合格通知書で指定する日時			令和5年10月11日 (水)～10月20日 (金) ※1次試験合格通知書で指定する日時
	人物試験、身体検査			人物試験、身体検査
合格発表	令和5年8月15日 (火)			令和5年11月14日 (火)

この他、国税庁経験者採用試験 (国税調査官級) の2023年度試験概要については、令和5年7月以降に人事院及び国税庁ホームページに掲載予定です。

表紙 << 桜 不忍池 >> 写真提供: 台東区

■令和5年3月発行 ■発行人 広報委員会 委員長 木村雄二 ■発行所 公益社団法人上野法人会
(〒110-0015 台東区東上野1-2-1 朝日信用金庫西町ビル5階 TEL5818-1151 FAX5818-1141)

法人会に入りますか？

法人会は、税に関する活動で 企業や社会に貢献します！

法人会とは？

70年を超える歴史をもつ、約75万社が加入する経営者の団体です。
税のオピニオンリーダーとして、税の活動を中心に企業の発展を支援しています。
「税の知識が身につく」「人脈が広がる」「地域社会に貢献できる」などのメリットがあります。



税の提言活動

公平で健全な税制の実現を目指して会員企業の意見や要望を反映しながら、税のあるべき姿や将来像を見据えて建設的な提言を行っています。法人会の提言活動は、法人税率の引き下げなど、中小企業の活性化に資する税制の構築に寄与しています。

税と経営の研修

税務署の講師や税理士による税務研修会、決算法人説明会、年末調整説明会など様々な研修会を開催しています。その他、各種セミナーや会員交流会などで、あらゆる業種の経営者と知り合うことができ、新しい仕事のつながりができる絶好のチャンスとなります。



税の啓発活動

女性部会が主体となり、小学生を対象に税をテーマにした絵はがきコンクール等を実施し、税の普及・啓発活動に取り組んでいます。また、企業の税務コンプライアンス向上のための取り組みとして、法人会自主点検チェックシートの活用を推奨しています。

租税教育活動

次代を担う児童・生徒の皆さんに、税がこの社会で果たしている役割の重要性を正しく理解し、関心を持っていただくため、租税教育用テキスト等の刊行や、法人会役員・青年部会員が「租税教室」を実施するなど、多彩な租税教育活動を展開しています。

法人会会員企業にお勤めの方は、おひとり様からでも**集団扱の割安な保険料**でご加入いただけます。

がん保険にできることを、もっと。

幅広い保障による経済的な安心に加え、さまざまながんの悩みの解決をサポートするがん保険

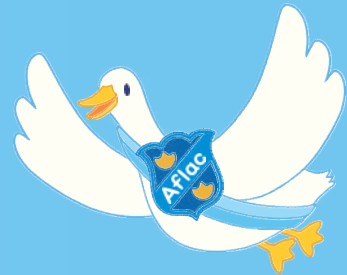
ポイント
1

幅広い保障で経済的負担をサポートします。

ポイント
2

付帯サービス<アフラックのよりそうがん相談サポート(*)> 2023年1月23日
サービス提供開始予定
アフラックのよりそうがん相談サポーターが
さまざまな**悩みの解決**をサポートします。

(*) アフラックのよりそうがん相談サポートはHatch Healthcare株式会社またはHatch Healthcare株式会社の提携先が提供するサービスであり、アフラックの保険契約による保障内容ではありません。サービスの詳細は、アフラックオフィシャルホームページ <https://www.aflac.co.jp/keiyaku/gansoudansupport.html> をご確認ください。



◎商品およびサービスの詳細は「パンフレット」「契約概要」などをご確認ください。

引受
保
険
会
社

「生きる」を創る。

Aflac アフラック

東京第三支社 〒163-0456 東京都新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル22F
法人会用フリーダイヤル ☎ **0120-876-505**

※今後の対応は担当の募集代理店が行ないます。

資料請求は
お気軽にどうぞ!

アフラック 法人会

検索



No.1

アフラック
がん保険・医療保険
保有契約件数

令和3年版 インシュアランス生命保険統計号

法人会がん保険制度
公認加盟法人
全国法人会総連合