



Tel:048-970-0021

マルヨシ通信 No.97

令和5年7月吉日
埼玉県知事免許(9)第13716号
株式会社マルヨシ
発行者：小山 哲央

哲央の部屋

盛岡が世界2位の偉業達成

今年の1月12日に米国のニューヨーク・タイムズが「2023年に行くべき52ヶ所」を発表し、英国のロンドンに次いで盛岡市が第2位に入りました。日本の都市では盛岡の他に福岡市が屋台文化の街と言いつつ紹介で19位に入っています。

今回、盛岡市の推薦記事を書いて投稿したのは在日20年の米国人文筆家クレイグ・モド氏(42歳)です。推薦の内容は「癒されたいと思う人が人混みもなく一日ぶらぶら散策して楽しむ丁度良い規模感と静けさの街」だと書いています。応募投稿は数百件あったとの事なので日本でも余り取り上げられた事のない盛岡市にとっては画期的な偉業です。モド氏は盛岡について周囲を山で囲まれた盆地で清流が流れ風光明媚、自然豊かで隠れた宝石を見つけたと紹介しています。盛岡と周辺の推



探してみよう。

奨スポットや地元のお食べ物をご紹介しますので、世界2位に選ばれた理由を



紺屋町番屋カフェ

大正時代の面影を残した歴史建造物で2005年まで100年以上消防屯所として使われていた。現在は耐震工事を行い、工芸品の展示、販売、カフェになっている



岩手銀行赤レンガ館

1911年本店行舎として落成。設計は東京駅を手掛けた辰野金吾。2012年まで101年間実際の業務に使われ現在は一般公開。国の重要文化財に指定されている



中尊寺金色堂

平安時代後期1124年奥州藤原氏初代の藤原清衡が建立。2011年世界文化遺産に登録された。3千点もの重要文化財を有す。平泉町に在り盛岡より車で一時間



小岩井農場

1891年三菱グループ岩崎彌之助(創業者彌太郎の実弟)が稲作が出来ない寒冷地という条件の中で考え抜いたのが牧場経営。面積3,000畝は山手線内側の約半分広さ



番外編

東京→盛岡は新幹線ハヤブサで2時間9分。一生に一度**グランクラス**がおすすめ

白龍(パイロン)じゃあじゃあ麺 味噌と麺の絶妙な組合せ。わんこそば同様、盛岡に来たら必ず立ち寄るファンが多い。

盛岡冷麺(写真左上)はコシが強くクセになる

東屋(あずまや)わんこそば 1907年創業、116年の歴史のあるわんこそばの老舗。100杯完食出来るかゲーム感覚で挑戦。完食すると記念品ゲット。そばをじっくり味わっている暇はない

高松公園 高松の池 冬は毎年6百羽の白鳥が飛来する池。春は日本の桜の名所100選に選ばれた景勝地。背後に雄大な岩手山を眺めながら一周1.4kmのほど良い運動公園になっている



コロナ終息後に私が行きたい場所

コロナは終息した訳ではありませんが、夢は枯野を駆け抜ける心境で、旅を渴望している社員に思いを込めて投稿して貰いました



筆者は 2021 年アマチュアの囲碁最高峰ネット棋聖戦の優勝者です



韓国棋院(ソウル)

竹田 和正 (貸貸管理部・経理課)

コロナが終息した後、私は韓国棋院を訪れたいと考えています。知り合いのプロ棋士がそこでシンジソン(申眞諱)の勉強法を学び、大きな影響を受けたと聞きました。シンジソンは囲碁界で現在最も有名な最強のプロ棋士であり、その独特なプレースタイルと緻密な思考は称賛され申工知能と称されることもあります。韓国棋院は囲碁のメッカであり、トッププロたちが集まり切磋琢磨しています。彼らの思考や戦略に近くで触れることは私にとって非常に良い経験になると考えます。また、韓国棋院の環境は囲碁に没頭できる理想的な場所であり、囲碁への理解を深めることができるでしょう。韓国棋院への訪問は私の囲碁のスキル向上と成長にとって貴重な機会となると考えます。彼らの思考の奥深さに触れることで、私の碁に新たな展望が開けることを期待しています。また、日韓OB・OG交流会もそろそろ復活するようなので日程が合えば参加したいです。



岡部 小弓 (総務部)

私が行きたい所は京都府の北部、丹後半島に位置する伊根町にある舟屋です。京都と言えば寺院巡りが真っ先に思い浮かびますが、たまたま観ていたテレビ番組で伊根の舟屋が紹介されていました。海面ギリギリにブラッと立ち並ぶ古い建物、どこか昔懐かしい風景に目が釘付けです。しかもその場所が京都だと知りとても驚きました。伊根湾を取り囲むように立ち並ぶ約230軒ほどの舟屋、1階が船のガレージ、船はそのまま海に出られるようになっていきます。2階は住居スペースです。建物はほとんどが明治から昭和初期にかけて建てられたものです。近年は古きを残しつつ綺麗にリノベーションして宿泊出来る舟屋があり、そこに滞在して日本で最も海に近い町を体験したいです。海上を飛びカモメを眺め、海を眺めながらの温泉入浴。何て贅沢な時間でしょう。考えるだけでソクソクします。もちろん漁師町ですので美味しい海の幸も楽しみです。



イチローの指定席で座り緊張しています



オーガスタGC 10番

小出 誠 (貸貸管理部・経理課)

私が行きたい所は「オーガスタ・ナショナル・ゴルフクラブ」です。ゴルフのメジャー選手権の一つ「マスターズ・トーナメント」が開催されるゴルフ場です。私の子供の頃は、日本人が海外のメジャースポーツで活躍する事などなかったのですが、サッカーのカズや、野球の野茂とかがポツポツ活躍し始めて、今じゃバスケットを含め、色んなスポーツで数えきれない日本人が活躍しています。15年前イチローが現役だった頃のマリナーズスタジアムに行った事があります。生の球場の迫力の中に日本人のネームプレートがあつて大いに感動しました。私が行きたい「オーガスタ」でも、2021年に松山英樹プロが優勝しています。一ファンでしかない私の方が一にもプレイできるコースではありませんが、「魔女が棲む」と言われるガラスのグリーンで、実際のパッティングは許されなくてもせめて手で良いので、ボールを転がしてみたいと思います。

トップ3.5%の富裕層の共通項

ベストセラ
一本紹介

元国税専門官が
こっそり教える
あなたの隣の
億万長者

富裕層に学んだ一生お金に困らない29の習慣
“トップ3.5%の富裕層”
がひそかにやっていること
投資 | 節税 | 不動産 | 保険 | 相続
元東京国税局 小林義宗
相続の秘策についても解説!
ダイヤモンド社 ¥1,650(税込)

前号で「日本は金持ち益々富む国に」と言う記事を書かせて頂きましたが、お金持ちの習慣や生活実態を著した面白い本を見つけましたのでご紹介させていただきます。東京国税局の元調査官小林義宗氏がお金持ちの共通項29をまとめた「あなた

の隣の億万長者」という本です。「なるほど」と思わせる気づきが幾つかありお金持ちの生活実態を垣間見る事が出来ました。富裕層の定義は1億円以上の純金融資産保有者との事です。



① 富裕層は質素に暮らしている

富裕層はお金を稼ぐと同時にお金を守る事にも力を入れなくてははいけないと考えているから無駄な出費は控えます。富裕層はお金をかけるべき物事の優先順位をしっかり決めて効率の悪い支出は減らして行く習慣を堅持。お

金持ちだからと言って毎日贅沢な食事をして、湯水の様にお金を使うとどこかでバランスを崩すと考えています。著者が富裕層の調査に入った経験でも意外にもブランド品に溢れているという状況はなかったとの事です。

② 富裕層は株に投資している

銀行の預け入れ金利はメガバンクの5年定期で0.01% ネット銀行でも0.25%と超低金利。株は色々な銘柄があるが配当利回りは平均1.69%とされている。その差170倍。今の日本なら資産は株や不動産に変えてお金に働いて貰う方が得と考えている富裕層が多い。

③ 富裕層は敢えて借金して不動産を買う

富裕層は消費する為ではなくお金を生み出す為に借金をして不動産を買います。不動産は他のビジネスと比べても浮き沈みは少なくリスクも少ないからです。所得上限2千万円の条件はありますが、自宅なら住宅ローン残高に対して0.7%の控除もあります。

④ 富裕層は賃貸でなく持ち家に住む

下段のグラフをご覧ください。所得が増えることに持ち家率が上がって行きます。そもそも、貸す側の大家さんが手にする賃貸利回りは5〜6%です。一方、不動産担保ローンは2%以下です。個人の住宅ローンなら0.5

5%前後です。富裕層は借入金利と賃貸利回りの金利ギャップを比較します。その結果、自分の住居を賃借で確保しようとは思いません。借りる側より貸す側になるというのが富裕層の共通項です。



⑤ 富裕層は仕事が一番の趣味

富裕層は仕事はお金を稼ぐ為にするものではないと考えています。富裕層にとって仕事は自分の創意工夫によって他人に影響を与えたり、喜ばせる事が出来る唯一無二の物と考えます。収入を得る事も目指していますが、同時に自己表現が出来、一生飽きない非常に面白い刺激的なゲームだと思っています。仕事は時にヒリヒリすることもありますが、きつい労働や苦役とは考えません。

⑥ 富裕層は子供の教育にお金をかける

富裕層は高学歴で様々な資格を持ち、頭が良く一流の学窓の人脈を持てば資本主義社会において生き易くなる事を知っています。子供や孫に財産を相続させて多額の相続税を払うより教育費を惜しまず、海外留学もさせて英語を学ばせる方が気の利いた投資になると考えます。

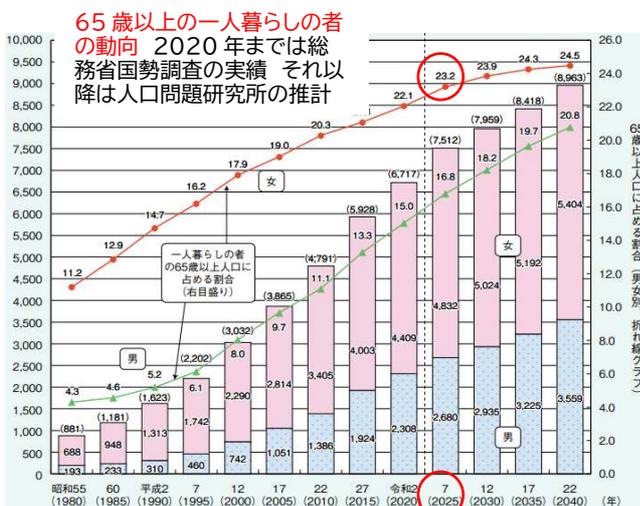
孤独死の不安なくす 「死後事務委任契約」

昨年7月25日有名な国際派大女優の島田陽子さんがお亡くなりになりました。唯一の親族には妹さんお2人がおりましたが金銭問題のもつれから絶縁状態になっており、遺骨の引き取りも拒まれた為、渋谷区が管理する施設に安置されました。享年69歳で死因は大腸がんでした。島田さんは18歳で映画「氷点」のヒロイン役でデビューし、1981年「S



HOGUN」という米国のTVドラマでゴールディングローフ賞主演女優優賞を受賞しております。下段のグラフは内閣府の高齢社会白書ですが、65歳以上の一人暮らし者が急増しており、2025年には65歳以上人口の23.2%が一人暮らし者と予想されています。これからは高齢者の一人暮らし急増に伴って、孤独死が増えて行く社会になる事が予想されます。

それではどうすれば良いかという事ですが、看取る人がいない場合でも誰もが他人に迷惑をかけずに静かに最期を迎えたいと思っ



等細目を決めて生前に準備しておかなければならないのではないのでしょうか？

た様ですが、埼玉県本庄市にご自身と既に亡くなられた母親二人分のお墓を購入していたとの事です。絶縁状態にあった妹2人が入る実家のお墓には入らないという強い意志の表れの様でした。一方、島田さんがお亡くなりになり遺体の引き取り者として所属事務所が名乗り出ましたが、区の規約で3等親以内の者しか遺骨の引き取り手にはなれなかった様で大変苦労された様です。最終的には本人が用意していたお墓に無事埋葬された様ですが、人生の最期を奇麗に円滑に周囲の人々に迷惑をかけずに終わらせる事も人として重要な責務だと教えてくれました。島田さんのケースの様に何らかの事情によって自分の最期を看取ってくれる親族がない場合には「死後事務委任契約」をご自身が信頼できる

友人、知人、司法書士、弁護士事務所と結んでおく事をお勧めします。相続対策と言うと相続財産の処分に関連して、誰に何を相続させるといふ被相続人の意思を遺言書に書き込む形になります。が、「死後事務委任契約」においては被相続人の死後につき次の様な事項を取り決めておく事が出来ます。

- (1) 行政官庁等への諸届（死亡届の提出、戸籍除籍手続き、健康保険や年金の資格抹消申請、その他）の事務履行
- (2) 葬儀、納骨、埋葬、希望先への葬儀の連絡
- (3) 家財道具等遺品の整理・処分に関する事務。残置物の撤去。賃貸住宅の解約・精算
- (4) 葬儀費用、介護施設、医療施設、残置物撤去費用、光熱費の精算を受託者が円滑に行う事が出来る様に銀行口座に預託した金銭の範囲内でその收受を受託者に任せる
- (5) 尊厳死宣言（延命措置意思表示）公正証書の保管や任意後見契約の未処理事務

死後事務委任契約の受託を請け負っている会社や弁護士、司法書士事務所は首都圏のほとんどの市区にあり、HPで閲覧出来ます。尚、生前の行為として(1)見守りや安否確認を定期的に行って貰う(2)施設や賃貸住宅入居に当たり(身元保証・連帯保証を行って貰う等の事務委任契約も別途結び事が出来ます。

静かな人の戦略書 (Silent Power)

静かな人の戦略書 (Silent Power) とは、本が話題になっております。サブタイトルには「騒がしすぎるこの世界で内向型が静かな力を発揮する法」とあります。著者シル・チャン (Jill Chang) 氏は台湾で生まれハーバード大学やアジア No.1 と評される北京の清華大学でリーダーシップ・プログラムを学びアメリカ州政府やメジャーリーグなどでリーダーシップ開発やキャリア支援を15年以上行ってきた才女です。著者の初著作である本書は出版界最高の賞であるフォワード・インディーズ「ブック・オブ・ザ・イヤー」特別賞に選出されています。著者は自身のことを「コヒーを買って間違ってお釣りを渡されても「間違っている」と言い出せないほど内向的な静かな人だったと述べています。ところが経験を重ね、研究を進めて行くうちに内向的な人の方が幾つかの場面で潜在能力は高いという事を発見します。



ダイヤモンド社 ¥1,650 (税込)



初発刊でベストセラーという快挙と共に美貌も話題

| 外向型 | 内向型 |
|-----------------------|------------------------|
| 何事も直球を好み、考え過ぎず、即行動に移す | 沢山のひとと話すより1対1で話す方が好き |
| 知らない人とも気楽におしゃべり出来る | 疲れた時はとにかく家に帰って休みたい |
| 大抵の人は私の話をきちんと聞いてくれる | 物事を決める前には経緯をしっかりと把握する |
| 新しい場所や環境ではテンションが上がる | 大勢の前での発言は何とでも避ける |
| 書くよりも話す方が好き | 人からの期待を大きなストレスに感じる事がある |

外向型と内向型に二分される訳ではなくどちらかが優勢になっており他方の型も潜在的に残っていると補足しております。100%外向型とか内向型ではなく80対20もあるという事です。

今まで人の上に立つ人や成功するビジネススマンは「**外交的な人**」でなければ駄目という固定観念があったと思います。理由は外交的な人はコミュニケーション能力が高く、リーダーシップもあるからという判断です。然し、著者は「**内向的な人ほど素晴らしい能力を内に秘めており、大きな武器になるので自信を持ちなさい**」と励ましてくれています。左記に読者様ご自身が外向型か内向型かを識別する為に著者が考えた性格診断表を掲示しましたので、ご自身を診断してみてください。その結果、自分は絶対外交的だと確信されている方も内向的な方の才能や能力は知っておかれた方が宜しいと思いますので他方の型も目を通して置いて下さい。著者は人は内向型と外向型と言う様に明確に二分される訳では

著者が「内向型が大きな武器になる」という理由は次の通りです。

- ◆ アイオア大学で被験者に幾つかの質問をして脳の血流の量を調べた結果、内向型の脳は外向型に比べて前頭葉と視床への血流が多かった。この結果、**内向型の脳は記憶や問題解決を司る部位において脳の活性化が進んでいた。**
- ◆ 内向型は会議ではうまく話すのが苦手な人が多いが、個別で話す方が得意だと思っており、**コミュニケーション能力は決して低くはない**
- ◆ 内向型はどんな相手にも感情的にならず冷静に対処できる特性があり、相手の立場や何故そういう考えになるかという思いや疑問を持つ事が出来るので問題解決の糸口を探すのが上手い。内向型の人は自分が話下手だという劣等感があるので、逆に一生懸命相手の話を聴こうとする**傾聴力がある。**
- ◆ 内向型の人は得意即妙に伝えるのは不得意だが、じっくり時間をかけて仕上げて行くのは得意。顧客や得意先企業から信頼を得て長期的な深い関係を結ぶケースが多い。
- ◆ 内向型は分析能力と集中力が高い。華々しく表舞台に出て流暢にプレゼンを行う能力はなくても成功者の共通項である「**謙虚さ**」がある日本人は控えめに振舞う事が美德という環境で育ってきた為、内向型が多いです。内向型で引け目を感じていた人を励ましてくれる良書です。

不動産賃貸業 法人化の有効性

6月18日(日) 税理士法人シリウスの代表田中博史税理士による特別セミナーを開催致しました。テーマは①空き家にかかる税制 ②法人化の有効性 ③贈与税改正の3つの事項



6/18 田中先生による特別セミナー

につき分かり易く丁寧に解説して頂きました。アンケート結果を見ると参加者様が一番興味を持たれたのが②法人化の有効性でしたので、このテーマにつき内容を5つのポイントに分けて再度本誌上で取り上げます

ポイント① 所得税は超過累進税率



上段のグラフをご覧ください。(個人の所得にかかる) 所得税と法人税の所得金額別の税率を示したものです。青色棒の所得の税率は所得が高額になるほど高率になる**超過累進税率**になっています。特に

所得金額が1,000万円を超えると税率のカーブは急傾斜になります。一方の**橙色棒の法人税率**は極端に上がりません。稼ぎが大きい人ほど法人化の効果は大きいという事がざっくりとお分かり頂けると思います。所得金額1,000万円が法人化を検討する一つの目安になると言われております。

(*注 所得金額とは収入から実費経費、減価償却費、基礎控除を差し引いた課税所得金額です。次頁ポイント④の試算表をご参照下さい)

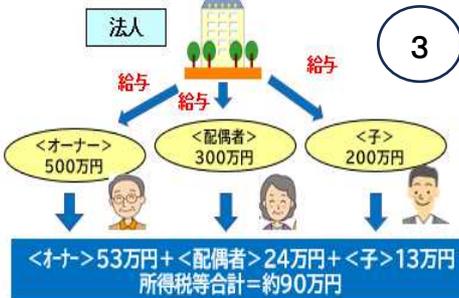
ポイント② 所得の分散により節税を図る



同じ1,000万円の賃料収入でも個人事業主の場合と法人を立ち上げた場合で2百万円近い税額の差があります①のケースは**個人事業**主で賃貸業を営んだ場合、**所得税等の払い**は約**295万円**になります。②のケースは法人を立ち上げ、オーナー社長一人が法人から1,000万円の給料を買った場合を想定しています。給与所得控除と

して1,95万円を差し引く事が出来るので**所得税は約189万円**に軽減されます。

最後に③のケースです。②と同じ様に法人を立ち上げますが、**親族にも給与を渡します**。給与原資は②と同じ1,000万円ですが、オーナーに500万円、配偶者に300万円、子に200万円の割合で分けて支給します。その結果、



累進性の低い税率で所得税を払うので3人の**所得税等の合計額は約90万円**になります。①と③では2,05万円も納税額が違って来ます。法人を立ち上げオーナー一人に所得を集約させないことがミソです。

ポイント③ 法人は経費認定範囲が広い

次頁上段の表をご覧ください。法人は個人に比べ経費で落とせる範囲が広がります。例えば個人の場合、不動産賃貸業に従事している専従者に払う給与しか経費で落とせません。兼業者はダメです。事業規模も集合住宅なら10室以上などの条件を満たさなければなりません。法人の場合には非常勤の役員にも給与を払い経費で落とせます。その他、社宅家賃、車両、生命保険、交際費など法人の**経費認定は緩和**されています。

| | 個人 | 法人 |
|-----------|---|--|
| 給与 | ・専従者給与として支払可能 ・配偶者控除、扶養控除の適用なし ・届出が必要 | ・役員報酬、給与として支払可能 ・非常勤役員にも支払可能 ・配偶者控除、扶養者控除の適用可能(配偶者の所得制限あり) |
| 地代 | ・生計費や親族への支払は経費にできない | ・適正な金額を経費にできる |
| 減価償却 | ・強制償却 | ・任意償却 |
| 生命保険料 | ・生命保険料控除のみ | ・経費(保険の種類による) ※課税の繰延 |
| 交際費 | ・不動産業に関するもの | ・年800万円まで損金 |
| 車両費 | ・個人使用と按分 | ・原則全額経費 |
| 社宅家賃 | ・適用なし | ・経費 |
| 経営セーフティ共済 | ・事業所得、農業所得のみ経費 | ・全額経費 ※課税の繰延 |
| 退職金 | ・適用なし | ・支払可能 |

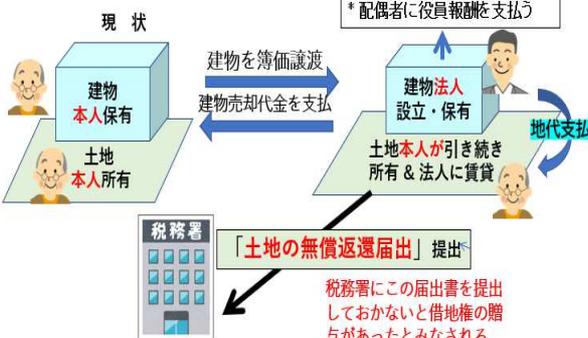
ポイント④ 相続対策を考えた法人の形態

立ち上げる法人の形態としては①管理委託
②サブリース ③不動産所有方式の3つの方式がありますが、管理委託方式やサブリース方式はわざわざ法人を立ち上げて取り組むほどの有用性はないので本講では③不動産保有方式を中心に解説致しました。

| 単位: 万円 | 本人 | 配偶者 | 法人 | 法人計① | 現状② |
|-----------|-----|-----|-------|-------|-------|
| 収入 | | | | | |
| 賃料収入 | 250 | 0 | 2,000 | 2,250 | 2,000 |
| 給与収入 | 0 | 480 | 0 | 480 | 0 |
| 収入合計① | 250 | 480 | 2,000 | 2,730 | 2,000 |
| 必要経費 | | | | | |
| 実費経費② | 80 | 0 | 620 | 700 | 700 |
| 地代家賃② | 0 | 0 | 250 | 250 | 0 |
| 役員報酬② | 0 | 0 | 480 | 480 | 0 |
| 減価償却費 | 0 | 0 | 100 | 100 | 100 |
| 青色控除 | 10 | 0 | 0 | 10 | 65 |
| 給与控除 | 0 | 140 | 0 | 140 | 0 |
| 経費合計 | 90 | 140 | 1,450 | 1,680 | 865 |
| 所得合計 | 160 | 340 | 550 | 1,050 | 1,135 |
| 所得控除 | 48 | 48 | 0 | 96 | 48 |
| 課税所得 | 112 | 292 | 550 | 954 | 1,087 |
| 税金 | | | | | |
| 所得(法人)税 | 6 | 20 | 91 | 117 | 209 |
| 住民税 | 12 | 30 | 13 | 55 | 109 |
| 事業税 | 0 | 0 | 30 | 30 | 46 |
| 合計③ | 18 | 50 | 134 | 202 | 364 |
| 手取金額①-②-③ | 152 | 430 | 516 | 1,098 | 936 |

賃料収入2千万円。父(=本人)への地代払い 250 万円、母への給料 480 万円と想定して試算。162 万円の節税効果検証

■建物移転スキーム



① 賃貸アパートなど建物を保有する法人を立ち上げ、長男や配偶者が法人株主になる。
② 建物保有者の本人(=父)と法人との間で建物譲渡契約を結び法人がアパートを購入・保有
③ 別途本人と法人間で土地の賃貸借契約を結び、法人は本人に地代を払う、地代は固定資産税の2〜5倍が一般的。
この土地は相続税評価額も貸宅地の評価になるので軽減される。

上記の建物移転スキームに沿って法人化が完了した後の収支計画が中段左の表です。賃料収入が2000万円、役員報酬の払いが480万円と仮定して法人(同図法人計①)と個人(同現状②)の所得税額等の差は364-202=162万円となります。法人化によって得られる節税効果はポイント②の説明の如く役員報酬の分散増加により更に高くなります。本人の手取り額も減りますので相続財産の肥大化も防ぐことができ相続税の節税にも寄与します。

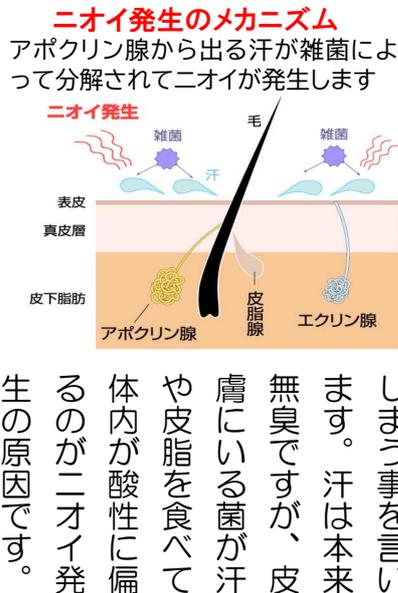
ポイント⑤ 法人化のデメリット

メリットだけでなく法人化のデメリットも最後にお伝えしておきます。

- ◆ 会社設立に費用がかかる。(登録免許税、印紙税や司法書士手数料合計して30〜40万円)
- ◆ 赤字でも地方税(法人住民税約7万円)の支払い義務あり
- ◆ 税務申告のため、税理士等の費用が必要
- ◆ 個人と法人の所得計算を分ける必要があり手間がかかる
- ◆ 子に給与を支給する場合には、子の会社の副業禁止規程の確認が必要になる
- ◆ 従業員数51人以上の企業については2024年10月より社会保険料の会社負担(給料額×14.06%埼玉県)が義務化される(現在は従業員数101人以上の企業に義務あり)

スメハラにご注意を！

蒸し暑い夏がやって来ました。汗をかくことが多くなるのでスメハラを心配される方も多いと思います。スメハラはスメルハラメント(=Smell Harassment)の略で体臭・口臭で他人に迷惑をかけて



まず、体臭については大きく分けて「**加齢臭**」と「**疲労臭**」があります。**加齢臭**は40歳過ぎた頃から「**ノネナール**」というニオイ物質が原因で男女問わず発生します。**疲労臭**は体に疲労が蓄積したときに出る体臭で体内から発生するアンモニアが原因となってツンとしたニオイを発生します。疲労臭の原因は**過労**、**ストレス**、**肥満**、**便秘**、**お酒の飲み過ぎ**、**睡眠不足**と言われています。とにかく疲れやストレスを溜めない事が大切。夜はシャワーだけでなく、ゆっくらの湯船に浸かり汗をたっぷり

かくと疲労臭を防ぐ事ができます。人は寝汗をかくので朝のシャワーを習慣にするのも良いでしょう。体臭予防に効果的な食べ物は抗酸化食材です。代表的なものとしては**キウイ**や**ナッツ**など**ビタミンC・E**を含む食材、**林檎**や**ブルーベリー**など**ポリフェノール**を含む食材はおススメです。また食物繊維として**ゴボウ**等の根菜類やきのこ類、**海藻類**、**緑黄色野菜**、**発酵食品**として納豆、**ヨーグルト**は腸内環境を整え老廃物の体外排出を助けます。逆に体臭の発生を助長する食材としては**肉類**、**バター**、**チョコレート**、**カップラーメン**、**強い香辛料**の入った食べ物です。



これから暑い日が続くとおちよつと外出するだけでも直ぐ汗をかきます。汗はこまめに拭き取って、外出前には制汗剤を活用して汗を抑えましょう。汗が衣類にしみ込むと雑菌が繁殖しやすくニオイの原因になります。男性ならワイシャツの下に速乾抗菌消臭下着、女性なら腋汗パッドを着用したら良いでしょう。耳垢がジュクジュクしている人は体臭が出やすいと言われているので一層ケアが必要です。

'23年 7月30日(日)14:00~16:00

資産管理セミナー

「**賃貸経営基礎講座**」全6回シリーズの第2回
【投資基礎のお話】保有・建替え・売却・リフォーム
数値的判断基準を身に付ける

講師：当社資産管理部 課長 森 大悟
課長代理 山崎脩斗

'23年 8月6日(日)14:00~16:00

越谷市民活動支援センター主催 Café TOMO
「**相続入門**」*会場は越谷駅徒歩2分同センター
毎年恒例、好評の招請出前セミナーです。
相続のイロハから懇切丁寧に説明します。

講師：当社代表取締役 小山 哲央

唯一会場違います

場所(株)マルコシ本社ビル2階研修室

今後の勉強会の開催予定

'23年 9月17日(日)14:00~16:00

相続セミナー 11期生向け 第①回

「**相続と遺言の基礎知識**」
知る・知らないの1mmの差が人生の大きな分かれ目になります。人間、死ぬまで勉強です。

講師：当社代表取締役 小山 哲央

'23年 10月22日(日)14:00~16:00

相続セミナー 11期生向け 第②回

「**財産把握とその評価**」
相続財産額の正確な把握無くして、相続対策なし。正しい評価方法を知らずに節税対策ナシ

講師：当社代表取締役 小山 哲央

ご参加を希望される方は事前にお電話番号 Tel **048-940-0880** 又は seminar@0021.to にメールでお申し込み願います。 **入場無料**

弊社管理物件入居率
96.32%
2,597戸(△40戸)
2023.6.30 現在