

やる気が出ないときは「ズーニンの法則」がおすすめです。アメリカの心理学者レナード・ズーニンが脳の特性を利用した法則で「最初の4分間だけ頑張れば、あとはうまくいく」というものです。まずは簡単にできる作業から始めて4分間頑張り、徐々に難易度を上げていくのがやる気を出すコツだとか。とりあえず4分間。

## 知っとこ! 「税」のマメ知識

### 今月のマメ知識:【決算が近づいてからでもできる節税対策】

「今期は利益が出そうなので、決算直前でもできる節税対策はないでしょうか」という相談を受けました。このような場合の節税対策のひとつに「短期前払費用の特例」という制度があります。通常では費用の支払いをしても、サービスの提供を受けていない来期分の「前払費用」については、当期の経費に算入することができません。しかし一定の条件を満たせば当期の経費とすることができます。その条件とは「契約によって継続的にサービス提供を受けるために支出したものである」「支払日から1年以内にサービス提供を受けるものである」「支払った金額を継続してその事業年度の経費にしている」です。例えば、決算月などに1年間分の事務所家賃を前払いする契約に変更し、その1年分の家賃を支払えば経費として算入することができます。なお支払利息のように、収益と対応させる必要があるものについては認められません。また期間限定の広告代など継続的でない場合も特例が適用されないことがあるので注意が必要です。



## 光を放つ 名言コラム

### 【できることを全部出す】

海外でも評価されているミュージシャンの細野晴臣氏。高橋幸宏氏、坂本龍一氏と組んだ「イエロー・マジック・オーケストラ」が特に有名ですが、幅広い音楽の領域で活動し、歌謡曲の作曲もしていました。音楽ニュースサイト「音楽ナタリー」の長編連載では、松田聖子さんのために曲を作ったときのことについて聞かれ「その場でできることを全部出しちゃわないと曲ができないわけ」と答えていました。才能と経験豊かなミュージシャンなので「余裕でこなしていた」と思いきや、全力で取り組まなければ作品はできないというわけです。その後に「なんにも残らないけれど、すごく練習になったところもある」と話していました。成果を出したいならば持てる力を出し切ること。それは自分の可能性を探索するプロセスでもあるのです。そこで得た発見や気づきが豊かな土壌を作り、新たな創造を支えてくれることでしょう。

## 主婦川柳 @ 奥さまの細道

夫には  
サプりと  
見せ掛け  
ラムネ菓子  
「なんくんか  
効果が出てき  
た! ですって♪」

レタスの鮮度を長持ちさせるには、芯の部分に等間隔でつまようじを3本、奥までギュッと差し込み、そのままキッチンペーパーで包み込んでポリ袋に入れ、芯を下にして冷蔵保存します。これで鮮度をキープできるのでレタスのシャキシャキ感も維持できます。

知ってる! 知恵袋

## 才人の言葉

夢は近づく  
と目標は変わる

日本プロ野球とメジャーリーグで活躍したイチローの言葉。特別なことをする必要はない。今、自分ができる最善のことを懸命にやり続ければ、夢は目標になる。

## 振り向けばあそこにも ここにも 商売のヒント

### 今月の商売のヒント：【禅から学ぶ商売の心持ち】

姥捨山（うばすてやま）の物語をご存じでしょうか。ある男が口減らしのために年老いた母を山に捨てに行きます。母を背負って山道を歩いていると、ときどき背中で枝を折る音がします。「さては母が、捨てられたあとに一人で山を降りるための目印を作っているな」。男はそう思いましたが、知らん顔でようやく山奥にたどりつき、母に別れを告げました。すると母は息子



に言うのです。「山を登ってくる時、お前が帰り道を間違えないように枝を折って目印をつけておいたよ。それを頼りに気をつけて里へ帰りなさい」。自分が捨てられようとしているのに、なおわが子のために道しるべを残そうとする親切心。自分のことは一切考えず、ただ相手を思いやる心。禅の世界ではこれを「老婆心」といいます。現代では「おせっかい」や「余計なお世話」と似た解釈をされがちですが、本来の「老婆心」は「利他心」に通じる心持ちなのでしょう。昔のお年寄りも、見送った人の背中にいつまでも手を合わせて感謝していました。困っているように見える人には「どうしましたか？」と自然に声をかけ、ついでだからと近所の草むしりもして、泣いている子の頭を優しくなでながら「いい子だ、いい子だ」と話を聞いてあげたものです。今のような混沌（こんとん）と複雑化していく世の中では、本来の老婆心が人間関係を豊かにして、仕事や生活の潤いになるように思います。親が子を思うように、また祖父母が孫を思うように心を尽くし、ただ相手を思いやり、仕事に当たる。そう簡単にできることではありませんが「人によかれ」の心で商売することは忘れないようにしたいものです。

## ナットク! 気になっていたあの言葉

### 今月の気になっていたあの言葉：【リスクリング】

働き方や技術革新、ビジネスモデルの変化に対応するため必要な知識などを習得すること。2020年に開催された世界経済フォーラム年次総会で「リスクリング革命」が発表され注目された。日本でも2022年10月に岸田首相が所信表明演説において、リスクリング支援に5年間で1兆円を投じると表明し話題となった。

## トナリの本棚

### 【方舟】

公募の文学新人賞を受賞してデビューした夕木春央の第3作。山奥の地下建築物に閉じ込められて死が迫る9人。ラストのさらにラストにあぜんとする一冊。



元氣と氣づきを提供する  
東京都豊島区池袋の佐藤茂税理士事務所

豊島区池袋2-60-7 ルート池袋第3ビル4階

電話：03-3988-8820 FAX：03-3988-8824

<http://www.satousigeru.jp>