



# こちら総務部 便り

~通巻第5号~

◇発行:合資会社 こちら総務部 〒830-0032 福岡県久留米市東町5-10 電話:0942-34-2188 FAX:0942-33-3942

## 「すぐやる人」になるシンプルな方法

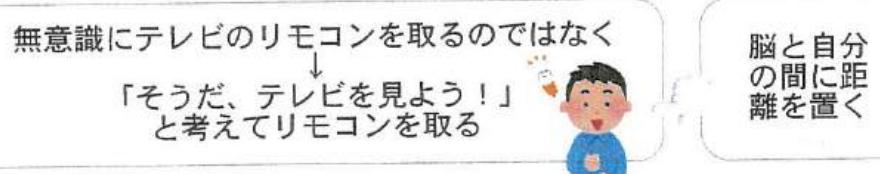
1. 作業療法士 菅原洋平さんが「株式会社ちくぎん地域経済研究所」発行経営参考BOOK VOL32に寄稿したものにありました。下記のようないい處です。

序章 脳の仕組みを活用すれば「すぐやらない人」が「すぐやる人」に変わる。

第1章 「やるべきこと」を「すぐにやれない」のはなぜか?

- 全ての鍵は脳にある 「やる気」や「根性」は関係なかった。「すぐやる」の天敵は罪悪感。

- 無意識の指令を見直す 脳の「吟味する働き」を活用する。



- 「脳を変える」そのためのコツ

それは、テレビのリモコンを置く場所を一か所に決めること。リモコン置き場をつくり、使い終わったら元の場所に戻す。それによって、テレビをつけるために、わざわざリモコンを取りに行くという行動が生まれます。

そして、「自分は今からテレビを見ようとしているのだ」という自覚が生まれます。

- 脳と体を連携させる

- 脳の仕組みを逆手に取る

## 第2章 脳と体に力を出させる24時間の使い方

- 力が發揮されやすい時間帯を知る
- 朝 スタートダッシュを切る
- 午前 生産性を高める
- 午後 ほんやりする時間を乗り切る
- 夕方～夜 脳と体を整える

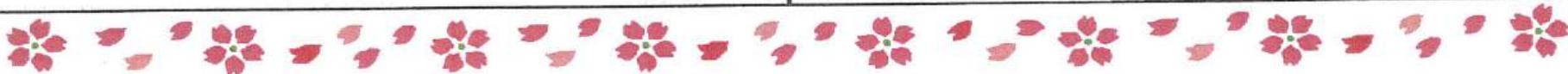
## 第3章 「すぐやるモード」に切り替えるショットしたコツ

- いつも違う行動を脳に見せる
- 「すぐやる人」を観察して脳にまねさせる
- 言葉を駆使して脳をやる気にさせる
- 「触覚」を刺激して脳を活性化する
- 脳に疲労をためない習慣をつける

## 2. 私の読後の感想です。

「全ての鍵は脳にある」→そう、SSも脳に着目する必要がありそうです。

文責 四ヶ所十郎



## 社員へ昼食をご馳走する場合は給与になる。

お昼休みに、金額は会社負担で社員にお弁当を支給したり、お店にランチに行くといったケースは、当たり前のようにあるかと思います。

ただし、お昼ご飯代を会社が全額負担すると、その社員の給与として課税されてしまいます。具体的には、お昼ご飯代(会社負担分)が所得税の対象になり、源泉税として給与から天引きする金額が増えることになります。

ただし、次の①と②の要件を両方とも満たす場合、給与課税はされずに済みます。

- ①社員が食事代の半分以上を自己負担すること
- ②食事代から社員の自己負担額を引いた金額が3,500円以内  
(消費税抜・1ヶ月当たり)

例えば、1ヶ月当たりの昼食代が10,000円で、そのうち社員が自己負担している金額が6,000円の場合には、①の要件は満たしていますが、②の要件を満たしていないので給与課税となってしまいます。

また、1ヶ月当たりの昼食代が5,000円で、そのうち社員が自己負担している金額が2,000円の場合には、②の要件は満たしていますが、①の要件を満たしていないので、こちらも給与課税となってしまいます。

給与課税される金額は、食事代から社員の自己負担額を引いた金額となります。

また、会社の福利厚生という観点から、次の2つの事を遵守する事も必要になります。

- ・全社員(役員を含む)に対して平等な機会を与える。
- ・現物で支給する。食事代として従業員へ現金を支給してはならない(深夜勤務者への現物支給の特例を除く)

この2つを守れないと、給与課税となってしまいます。

なお、残業や休日出勤に際して食事を全額会社負担で支給する場合には、給与課税の問題は生じません。

金子

## 緊急時の融資制度

世界では新型コロナウィルスが蔓延し、生命だけではなく経済にも大打撃を与えています。日本はまだ比較的感染者数は少なく、医療崩壊が起きることもなく、様子見段階のようです。ただ、政府の自粛要請、目に見えない敵との闘いであることから、経済への影響が出始めてきているのは確かです。

また、今後の見通しも不透明であり、どうなるかはまったく分かりません。そこで、中小企業者向けの緊急融資制度があります。日本政策金融公庫では実質無利子での貸付もあります。(詳しくはHP等を参照してください。)

企業にとって最悪の事態とは、キャッシュがショートしてしまうことです。数か月先、一年先を見据えて、検討されてみてはいかがでしょうか。なお、不要不急の外出等は極力避け、手洗い等、衛生管理の意識を高めることは忘れないようにしましょう。

四ヶ所直樹

