

青色ニュース

aoiro news

[暮らしと税を結ぶ情報紙]

第73号(初夏号) 平成24年6月11日

会員数06月15日現在	
府中支部	2,737名
調布支部	1,806名
狛江支部	574名
歯科医師部会	58名
農業部会	401名
医師部会	9名
税理士部会	42名
地区外	372名
準会員	411名
合計	6410名



発行・編集 公益社団法人武蔵府中青色申告会
編集責任者 戸井田 喜良

〒183-0027 東京都府中市本町 4-15-22
042-362-8466 <http://www.aokai.or.jp>

(青色申告会事業内容)

青色申告会には
得する情報・サポート満載

地域の方のご利用
お待ちしております。



青色申告会では税制改正や
記帳の方法などに関する指導を
いつでも行っております。

どんなことでもお気軽にお尋ねください。

一般の方は費用のかかる場合があります。

確定申告指導
(e-Taxでの申告も)

決算から確定申告までごなた
にもご利用いただけます。

(一般：4千円/40分)

電子申告納税システム(e-Tax)を利用した申告や消費税の申告もサポートいたします。確定申告期は土曜・日曜も営業

源泉税指導

専従者や従業員の給与に関する源泉税徴収簿、源泉所得税納付書の作成等についてご指導いたします。また年末調整や源泉徴収票の作成についても個別に対応いたします。

記帳指導

青色申告する方には記帳の仕方、領収書の整理の仕方、帳簿伝票の保存など決算申告までいつでもサポートいたします。ご利用の方がご自身で記帳できるように個別にご指導いたします。(一般：2千円/40分) 65万円控除の要件を満たす「会計ソフトを利用した」記帳指導をいたします。

記帳事務代行

忙しくて記帳や事務をする時間がない。仕事に集中したい。そんなときにあなたに代わって記帳をいたします。帳簿・試算表・決算書等を複式簿記にて作成し、青色申告特別控

**専門家による
無料個別相談会**

(日程は中面参照)

● 税務相談
法人設立、相続や贈与、土地の譲渡など税金に関わることに税理士が応じます。

● 法律相談

契約に関するトラブル、債権取立て、遺言の作成方法相続についてなど法律に関わることに弁護士が応じます。

● 融資相談

運転資金など融資に関わることに日本政策金融公庫融資担当者が応じます。

労働保険

家族以外の従業員を雇った労働保険に加入しなくてはなりません。加入の手続きから労働保険料の納付、申告を事務委託できます。

一人親方労災(建設業)

建設業で働く個人事業主や法人役員のための労災保険です。いつでも加入できます。

小規模企業共済

積み立てた掛金が全額所得控

青色共済(会員向け)

除され、節税効果大きい「事業主と共同経営者(専従者)のための退職金制度」です。無担保・無保証で貸付制度がご利用になります。

アフラックの保険

家族の生活を守ります。がん保険・医療保険など充実のラインナップ。割安な団体保険料の適用があります。個人での加入の切り替えもできます。

火災共済・自動車共済

火災共済、自動車共済ともに5〜10%掛金がお得。さらに火災共済は無事故の場合に継続すると余剰金の還元もあります。

青色旅行(国内・海外)

ご当地からご当地までの送迎付きで見どころ満載。参加された方は次回から「ご当地」に。全行程添乗員、食事付きで安心してご参加いただけます。

税の啓蒙 地域貢献活動

親子租税学習バスツアー、小学生のための租税教室、講師を招いて行われる公開勉強会(平成23年度開催)がきっかけもうビジネスチャンスなどを開催して税の啓蒙、地域貢献活動を行っています。

是非ご利用ください
青色の無料セミナー・勉強会

どなたでもご参加ください。

**新規開業者
支援セミナー**

青色申告会ではこれから事業を始めようとお考えの方や事業を始めたばかりの方を対象に「新規開業者支援セミナー」を開催いたします。

実践！個人事業者向
2日間で覚える簡単
複式簿記勉強会

複式簿記を覚えたい方や手書き帳簿で65万円控除を受けた方の方を対象に全2回完結の勉強会を開催いたします。複式簿記の仕組み、仕訳と記帳、振替伝票の作成、決算整理仕訳をわかりやすく解説します。お気軽にご参加ください。

申込電話番号 042-362-8608

日時 7月19日(木)

午前9時～10時

12時～午後6時

14時～16時

(2回とも内容は同じです)

会場 青色会館2階

講師 武蔵府中青色申告会事務局長

費用/無料

定員/40名



申込電話番号 042-362-8608

日時 8月7日(火)

8月7日(火)9時

②不動産所得編

8月8日(水)10時

14時～16時

時間はいずれも9時30分～16時(昼休み12時～13時半)

会場 青色会館2階

講師 東京税理士会武蔵府中支部派遣税理士

費用/会員：無料

一般：2千円

(電卓と筆記用具を1持参ください)

定員/①②とも40名

(定員になり次第締め切り)

ご参加下さい!

これであなたも経済博士!?

大人も子供も楽しく学べる!!

経済ゲーム大会

青色申告会では租税教育の一環として小学生を対象に経済ゲームを行っています。ルールはとても簡単!この夏休みは経済ゲームに挑戦して経済博士を目指してみたいかがでしようか!お子さんやお孫さんを誘って奮ってご参加下さい。

【日時】平成24年8月20日(月)午後2時～4時

【場所】武蔵府中青色申告会館2階「大会議室」

【参加費】無料(参加児童にはプレゼントがあります)

【参加方法】7月18日(水)午前9時より受付開始

042-362-8608 先着40名(小学生以上)

※お子様だけの参加はご遠慮下さい。保護者同伴でお願いします。

※電話番号はお間違えのないようおかけ下さい。

公益社団法人武蔵府中青色申告会
女性部・青年部

防災ミニシアター
大型のスクリーンに地震が起こった街の様子を映します。もし首都直下大地震がきたら、私たち一人ひとりがどう行動すべきか。そして、地震に対して日ごろの備えをしておくべきか。これは、巨大地震に遭遇した、とある一家の体験を描く、仮想現実ドラマです。



煙体験室
建物の中で火事があった時、いかに煙に巻かれず、いかに煙を吸わずに避難できるかを学びます。煙の恐ろしさや特性も学ぶことができます。また、触ると熱い“ホットドア”についても学ぶことができます。



立川都民防災教育センター 立川防災館

5つの体験コーナー(防災ミニシアター、地震体験、煙体験、応急救護訓練、消火訓練)があり、地震体験や煙体験を通じて、いざという時の行動や心構えを身につけます。

【立川防災館】
〒190-0015 立川市泉町 1156 の1

(小学4年生以上)

本年は、武蔵府中税務署や立川防災館、江戸東京たてもの園にて楽しく学習する予定です。詳細は当会ホームページ、各市広報紙にてご案内します。是非ご参加ください。

日程 7月25日(水)

参加費/大人：2千円

児童：1千円

江戸東京たてもの園

江戸東京たてもの園は、1993年(平成5年)3月28日に開園した野外博物館です。都立小金井公園の中に位置し、敷地面積は約7ヘクタール、園内には江戸時代から昭和初期までの、29棟の復元建造物が建ち並んでいます。

【江戸東京たてもの園】

〒184-0005 小金井市桜町 3-7-1

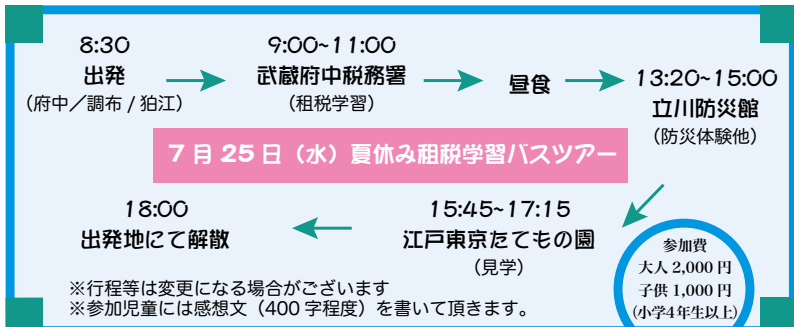
(都立小金井公園内)

<http://www.tatemonoen.jp/>



武蔵府中税務署

税務署の職員による租税セミナーやビデオ鑑賞などを通じ税に関して楽しく学習します。
〒183-8548 府中市本町 4-2



青色申告会は暮らしと税を結ぶ信頼のパートナーです、どなたでもご利用下さい。

ー都税についてのお知らせー

便利な電子申告・電子納税等をご利用ください！

東京都では、現在、法人事業税・地方法人特別税・法人都民税、23区内の事業所税、23区内の固定資産税（償却資産）について、eLTAX（地方税ポータルシステム）を利用した電子申告等の受付を行っています。

東京都で現在利用できるサービスは下表のとおりです。

税目 手続	法人事業税 地方法人特別税 法人都民税	事業所税（23区内）	固定資産税 （償却資産） （23区内）
電子申請	○予定申告 ○中間申告 ○確定申告 ○均等割申告 ○清算確定申告 ○修正申告 など	○納付申告 ○修正申告 ○免税点以下申告 ○事業所用家屋貸付等申告	○償却資産申告
電子申請・届出	○法人設立・設置届出 ○異動届出 ○法人事業税減免申請※ ○法人税に係る確定申告書又は連結確定申告書の提出期限の延長の処分等の届出 ○申告書の提出期限の延長の承認申請 ○法人税に係る連結納税の承認等の届出 など	○事業所等新設・廃止 ○事業所税減免申請 ○みなし共同事業に関する明細	――
電子納税	○本税の納付 ○延滞金の納付 ○加算金の納付 ○見込納付	○本税の納付 ○延滞金の納付 ○加算金の納付	――

※中小企業者向け省エネ促進税制の減免手続も行うことができます。

■利用手続きについてのお問い合わせ

【**eLTAX** ホームページ】 <http://www.eltax.jp/>

エルタックス

検索

【**eLTAX** ヘルプデスク】

☎0570-081459

（PHS・IP電話をご利用の場合：

☎03-5765-7234）

月～金 午前8時30分～午後9時（土・日・祝祭日、年末年始12月29日～1月3日は除く）

■申告内容や審査・納税についてのお問い合わせ

【電子申告、電子申請・届出】

立川都税事務所 法人事業税係☎042-523-3171代

【電子納税】 立川都税事務所の徴収管理係☎042-523-3171代



今年の夏は緑のカーテン

緑のカーテンとは、ゴーヤーやアサガオ類などのつる性植物をネットに絡ませて、カーテンやシェード風に仕立てたもののこと。グリーンカーテンと呼ばれることもあります。節電対策・温室効果ガスの排出を削減として緑のカーテンでエコな夏を向かえる準備が街のあちこちで見られますね。見た目が涼しげなだけではなく、自宅にいながら森の中のような気分を味わえます。植えるのに間に合わなかった！という方でも大丈夫。各地で朝顔市などが七月に行われます。

●「入谷朝顔まつり」は
7/6（金）～7/8（日）の3日間
スカイツリーを眺めながら下町情緒を堪能してみてはいかがでしょうか。詳しくは「入谷朝顔まつり」ホームページで…



アフラックは「がん保険」も「医療保険」も選ばれて契約件数No.1*
※平成23年版「インシュアランス生命保険統計号」より



◎商品の詳細はパンフレット（契約概要）をご覧ください。
（引受保険会社） ■募集代理店（アフラックは代理店制度を採用しております）
アフラック（アメリカンファミリー生命保険会社） **(有)ウイル**
八王子支社 〒181-0016 三鷹市深大寺3丁目2-2
〒192-0046 八王子市明神町3-20-6
八王子ファーストスクエア9階
Tel.042-644-0372 Fax.042-646-6404
TEL 0422-32-5299
FAX 0422-32-5289

AF広告-2011-0092-1204509 11月30日

平成24年度税制改正

平成24年度税制改正大綱（平成23年12月10日閣議決定）ができました。またこの税制改正に先立ちこのたびの震災の財源確保のための「復興財源法」が11月30日に成立しています。個人の税金にかかわる部分を抜粋してお知らせします。（詳しくは国税庁のホームページ等をご覧ください。）

個人所得課税

●給与所得控除

給与収入1500万円超は一律245万円を上限とする。
（平成25年分以後の所得税及び平成26年分以後の個人住民税に適用）

●特定支出控除

範囲の拡大等を行い、給与所得者の実額控除の機会を拡大する。
弁護士・公認会計士・税理士などの資格取得費、勤務必要経費（図書費、衣服費、交際費）を追加。
適用判定の基準を給与所得控除額の2分の1（現行：控除額の総額）とする。
（平成25年分以後の所得税及び平成26年分以後の個人住民税に適用）

●退職所得課税

勤続年数5年以下の法人役員等の退職金について、2分の1課税を廃止する。
（平成25年分以後の所得税及び平成25年1月1日以後の支払退職金が個人住民税に適用）

資産課税

●住宅取得等資金の贈与税

親族からの住宅取得等資金にかかる贈与税の非課税措置を拡充・延長する。

	平成24年	平成25年	平成26年
省エネ・耐震住宅	1500万円	1200万円	1000万円
一般住宅	1000万円	700万円	500万円

（平成24年1月1日以後に贈与により取得する住宅取得等資金の贈与税に適用）

環境関連税制

●自動車取得税

「エコカー減税」について燃費基準を切り替えて3年間（平成27年3月まで）延長する。

固定資産税

●住宅用地の課税標準の特例措置

段階的に縮小し、平成26年度に廃止する。

復興財源法

●所得税

税額を2.1％上乗せ（平成25年1月から25年間） ➡ 捻出見込額は年間3000億円

●住民税（均等割部分）

全納税者に1000円上乗せ（平成26年6月から10年間） ➡ 捻出見込額は10年で6000億円

●住民税（退職金の税額控除）

退職金にかかる10％の減税措置を廃止（平成25年1月から10年間） ➡ 捻出見込額は10年で1700億円

生命保険料控除の改正もスタート
（所得税は平成24年分から住民税は平成25年分から）

- 平成24年1月1日以降に締結した保険契約（新契約）について現状の一般保険料及び個人年金保険料のほかに新たに介護保険料控除が別枠で設けられます。（最高控除額は各4万円）
- 平成23年12月31日以前に締結した保険契約（旧契約）については今までどおり一般保険料及び個人年金保険料で計算します。（最高控除額は各5万円）
- 新契約と旧契約の両方の適用を受ける場合には、一般保険料及び個人年金保険料の最高控除額は各4万円となります。

生命保険料の最高控除額

所得税の場合・カッコ内は住民税

	23年分以前加入分	24年分以降加入分
一般の生命保険	全部で5万円（3万5千円）	各4万円
介護医療保険		（各2万8千円最高7万円）
個人年金保険	5万円（3万5千円）	

経営者ご自身の「現役引退後の生活資金」のことをお考えですか？

年金だけでは不十分で、不安がある。
自分で積み増しするには、どんなものがあるのかな…

1 加入し、掛金を毎月積み立てておけば…

将来、「廃業」「役員退任」等が生じたときに共済金をお受け取りいただけます。

2 現役引退後の安心した生活設計が図れます。

★掛金は全額所得控除の対象になります。（左図は掛金月額3万円の場合）

●共済制度の詳細い内容は、パンフレット等を必ずご覧ください。

共済制度のお申し込みは

公益社団法人 武蔵府中青色申告会 ☎042-362-8466

制度の運営機関：独立行政法人中小企業基盤整備機構 TEL 050-5541-7171（共済相談室）URL <http://www.smrj.go.jp/kyosai/index.html>

小規模企業共済制度

平成23年1月から、個人事業主の「共同経営者」も加入できます！

共同経営者とは個人事業の経営に携わる方で配偶者・後継者・親族以外の方も加入可能です。一事業主につき「2名」まで。

※詳しくは下記連絡先まで

※ご注意ください 青色申告会事務局は、新しい会館に移転しております。（1 ページ右上の地図をご参照下さい）

いつでも
ご利用
ください！

青色申告個別記帳指導会

当会では記帳に関する個別指導をいたします。
専任の職員がわかりやすくご説明いたしますので是非ご利用ください。

月 日	会 場	住 所
6月 7日 (木)	JAマインズ 狛江支店3階「大会議室」	狛江市東和泉1-2-19
6月15日 (金)	調布市文化会館たづくり10階「1002学習室」	調布市小島町2-33-1
6月25日 (月)	JAマインズ 狛江支店3階「大会議室」	狛江市東和泉1-2-19
6月26日 (火)	JAマインズ 神代支店経済センター 倉庫2階「会議室」	調布市 西つつじヶ丘3-8-2
6月29日 (金)	調布市文化会館たづくり10階「1002学習室」	調布市小島町2-33-1
7月 4日 (水)	調布市文化会館たづくり6階「602会議室」	調布市小島町2-33-1
7月 5日 (木)	JAマインズ 狛江支店3階「大会議室」	狛江市東和泉1-2-19
7月23日 (月)	JAマインズ 狛江支店3階「大会議室」	狛江市東和泉1-2-19
7月26日 (木)	調布市文化会館たづくり6階「602会議室」	調布市小島町2-33-1

会場を利用される際のご注意！

- ◆各会場とも午前10時～午後4時（12時～1時 昼休み）、受付は午後3時30分迄です。
- ◆会員の方が当会及び指導会場を利用の際は、「会員証」をご持参ください。
- ◆駐車場が手狭なため、お車でのご来場はご遠慮ください。

会員のための記帳確認運動を行っております！

- ◆記帳確認を受けられた方には、記帳確認シールを発行します。
- ◆記帳確認運動は年末にも開催します。年末に記帳確認を受けると確定申告期予約制相談の優先予約を受けられます。
- ◆記帳確認は記帳レベルの向上を目的としていますので、何度お受けいただいても結構です。

はじめて利用される際にご持参ください！

- ◆現在記帳されている帳簿（現金出納帳など）
- ◆事業に関連のある預金通帳（売上や経費の入出金のあるもの）
- ◆平成23年度確定申告書・決算書の控え

※上記の日程に都合の付かない場合は、いつでも事務局をご利用ください。
事務局業務時間…月曜日～金曜日 午前9:00～午後5:00（12時～1時 昼休） 土・日祭日 休み

※会員：無料 一般：40分2000円

もし申告書に誤りが見つかったら

提出した確定申告に誤りが、見つかった場合は早めに手続きをしましょう。

①訂正により税金が増えるとき「修正申告」

修正申告書に訂正内容をわかるようにして提出します。
自分で気がついて修正した場合には過少申告加算税はかかりませんが新たに納める税金には延滞税がかかります。

②訂正により税金が減るとき「更正の請求」

更正の請求書に訂正内容をわかるようにして提出します。
納めすぎた税金は還付されます。ただし更正の請求ができるのは申告期限から1年以内に限られています。
ただし平成23年12月2日以後に申告期限が到来するものは5年以内となりました。

手続きなどご不明な点は事務局までお気軽にお問い合わせください。

今後の行事予定		
6月	6日(水) 14:30 8日(金) 18:30 12～14日(火～木) 15日(金) 14:00 20日(水) 9:20 21日(木) 10:00 22日(金) 10:00 26～28日(火～木)	平成24年度通常総会（大国魂神社参集殿） 事業委員会（青色会館2階） 青色ドック（青色会館2階） 組織委員会（青色会館2階） 女性部府中散策（郷土の森ほか） 会長会計会議（青色会館2階） なんでも相談会（青色会館2階） 青色国内旅行（函館と下北半島）
7月	3日(火) 7:30 4日(水) 13:30 19日(木) AM/PM 23日(月) 10:00 25日(水) 8:30 27日(金) 10:00	狛江支部日帰りバス旅行（稲取） 女性部定例役員会（青色会館2階） 新規開業者支援セミナー（青色会館2階） 会長会計会議（青色会館2階） 親子租税学習バスツアー なんでも相談会（青色会館2階）
8月	3～5日(金～日) 7～10日(火～金) 20日(月) 14:00 23日(木) 10:00 24日(金) 10:00 29日(水) 15:30	府中市商工まつり（租税PRコーナー出店） 複式簿記勉強会（青色会館2階） 小学生経済ゲーム大会（青色会館2階） 会長会計会議（青色会館2階） なんでも相談会（青色会館2階） 夏季役員研修会（ホテルコンチネンタル）

◆ 国民年金保険料が変わりました

平成24年4月からの月額保険料は、**14,980円**（前年度より40円減）です。
平成17年度以降、毎年280円ずつ上昇し、平成29年度には16,900円で固定されることになっていますが、実際には、毎年物価指数等より、決定することになっております。

★前納制度を利用すると保険料が割引されます！

納付方法	納付期間	前納額
口座振替	1年前納	175,990円（割引額 3,770円）
	6カ月前納	88,860円（割引額 1,020円）
	1カ月前納	14,930円（割引額 50円）
現金納付	1年前納	176,570円（割引額 3,190円）
	6カ月前納	89,150円（割引額 730円）

◆ 老齢基礎年金額も引き下げに！

平成24年度老齢基礎年金の満額支給は年額**786,500円**です。
年金額は物価変動に応じて改定されるため、0.3％（前年度より2,400円減）の引下げとなります。年金の受取額が変わるのは、4月分が支払われる6月の支払からです。
※さらに10月からの引き下げも検討されています！

● 税のカレンダー ●

納期限を守りましょう！		口座振替を利用しましょう！
国 税		地 方 税
6月		● 個人住民税第1期納付
7月	● 源泉所得税（特例適用対象者）（10日まで） ● 所得税予定納税減額承認申請（15日まで） ● 所得税予定納税第1期納付（31日まで）	● 固定資産税・都市計画税第2期納付
8月		● 個人住民税第2期納付 ● 個人事業税第1期納付

源泉徴収制度

事業主が従業員・青色事業専従者・アルバイトに給与を支払った場合、その支払った給与に対して、その都度所得税の源泉徴収をし、国に納付することです。（原則として給与を支払った月の翌月の10日までに納付）

●納期の特例制度について

給与の支給人員が常時10人未満の事業主は、前もって申請することで半年分ごとにまとめて源泉税を納めることができる「納期の特例制度」の利用ができます。
1～6月までの徴収分の納期は7月10日です。
※源泉所得税額がない場合も給与の支給があれば、納付書の提出が必要です。
お気軽に事務局や指導会場をご利用ください。
持参するもの：①扶養控除等の申告書 ②源泉徴収簿 ③源泉税納付書

所得税の予定納税（第1期分）

● 予定納税とは
前年分の所得金額や税額などをもとに計算した金額（予定納税基準額）が15万円以上である場合、その年の所得税の一部をあらかじめ納付する制度です。
予定納税額は、税務署から6月15日までに書面で通知されます。

● 納税する額は
予定納税基準額の3分の1の金額を7月（7／1～31）と11月（11／1～30）に納めることになっています。

● 予定納税の減額申請
業績不振や災害などの理由により、その年の6月30日の状況で所得税の見積額が予定納税基準額より少なくなる方は7月15日（今年は7月17日）までに税務署に「予定納税の減額申請書」を提出されれば予定納税は減額されます。

● 予定納税の納付
第1期分期限は7月31日です。なお口座振替をご利用の方は残高を前日までにご確認ください。（納付が期限に遅れますと延滞税がかかる場合があります。）

おおむね55歳からの
人材確保はお任せください！「いきいきワーク府中」

◆ 求人のご相談から募集までスピード対応 ◆
● 求人条件の設定と紹介 ● 高齢者の雇用及び助成金・奨励金等の相談

東京都と府中市
からの助成と支援、
無料で安心！

無料職業紹介所「いきいきワーク府中」
☎042-336-4871
府中市寿町1-5府中市役所府中駅北第2庁舎1階
利用日 毎週月～金曜日（祝日、年末年始、休館日を除く）
時間：午前9時～午後5時

青色申告会
無相討
要す

税理士
税務の
10時～
6月22
7月27
8月24
予約362

弁護士
法律の
10時～
6月22
7月27
8月24
予約362

公庫担当
融資の
10時～
6月22
7月27
8月24
予約362

なります。まずは電話ください。

公益社団法人 武蔵府中青色申告会
〒183-0027 府中市本町4-15-22

aairo sanpo-michi

青色散歩路

今回は狛江市の多摩川周辺をご紹介します。これからの季節気持ちの良い風を求めておすすめです。

Vol.3 狛江駅～和泉多摩川



むいから民家園

【交通案内】小田急線狛江駅より徒歩約10分
小田急線狛江駅北口より、「多摩川住宅」行バスで「児童公園」下車

【開園時間】午前9時30分から午後4時30分まで。

7・8月は、午前9時30分から午後6時まで

【休園日】水・木曜日（ただし、祝日にあたる場合は、その翌開園日）。

1月2日から4日まで、12月28日から31日まで

狛江市元和泉二丁目15番5号 電話03（3489）8981



狛江駅北口



狛江市は世田谷区のお隣に位置する小さな市ですが、水と緑の豊かなとても居心地のよい街です。多摩川の河川敷や落ち着いた街並みはテレビや映画などのロケ地としても多く使われています。初夏の風に誘われてぶらり散歩に出かけてみませんか。小田急線狛江駅を降りて、まず向かってみたのは「むいから民家園」。北口の駅前広場の信号（Odakyu OXの横）を左に進み10分ほど歩くと、左手に茅葺きの屋根が見えてきます。このむいから民家園は、市民の運動により旧荒井家住宅主屋と旧高木家住宅の長屋門が移築・復元されたもので、2002年に市指定文化財の古民家園として開園しました。



右上：現在も使用出来る井戸
左：石臼引き 右下：機織り機
下：移築・復元後はわらで葺いた屋根ではなく茅葺きです。10年に一度ぐらいは葺き替えをしなければならぬわらに比べ、茅葺きなら30～40年はもつそうです。軒下に積まれたたくさんの薪は、囲炉裏やかまど用でしょうか。美味しいご飯が炊けそうです。



「むいから」とは「麦わら」のことで、狛江では古くからわらで屋根を葺いていたことからこの名前がついたそうです。復元後はわらよりも耐久性に優れた茅で葺いた屋根になっています。

園内は文化財でありながら、自由に建物に入って江戸の歴史や文化をとて身近に感じることができます。「管理」や「保存」という名のもとの約束事で縛りつけないことが、かえって「親しみながら大切に守る」という利用者側の意識につながっているのかもしれない。園内には落書きも破壊行為もまったくなくそうです。

主屋には大きなかまどや囲炉裏などもあって、このかまどで炊いたご飯を食べる催しなどもあります。園内の畑で育てた綿や藍で、糸を紡ぎ染めて織物をする自主サークルもあり、長屋門にある多目的室では機織り体験学習なども行われたりするようです。ここは見学をする施設ではないのです。学んで遊んで癒されて…、そんな参加型の憩いの場なんですね。

それからもうひとつ、茅葺きの屋根は冬は暖かく、夏は涼しい自然空調の役割を果たしてくれるんですよ。今年も節電の夏、避暑にももってこいかもしれません。

むいから民家園を後にして、和泉多摩川駅方面へてくて歩いていきます。駅をこえて少し歩くと、もう多摩川の河川敷が見えてきます。ジョギングする人、サイクリングする人、犬を散歩させる人、水遊びをする子供たち…、いろいろです。草の上に腰を下ろして、ただのんびりと水面を眺めながらまったりと時の流れを感じるのも贅沢かもしれませんね。

多摩川二ヶ領堰周辺の河川敷

【交通案内】小田急線と和泉多摩川より徒歩約5分

狛江市は日本中でもっとも水辺に接している市のひとつです、多摩川の二ヶ領堰周辺の河川敷は、休日ともなれば散歩やジョギング、ピクニックなどで賑わい、また様々なイベントが催されます。



大橋屋（おおはしや）

多摩川でのんびりしているうちに、あっという間に夕方になってしまったら、土手からほど近い「大橋屋」さんの暖簾をくぐってみては？ 気のいいご主人と笑顔の素敵なおかみさんがお二人で切り盛りしている昔ながらの小さな居酒屋さんです。ちよいと一杯と肴をつまんで、ほろ酔いでお店を出る…。フラッとひとりで立ち寄ってみたい気取らないお店です。



(営) 17:00～24:00 (休) 木曜日
〒201-0015 東京都狛江市猪方 4-4-1
電話 03-3480-2208

足腰体操（中級編）ゆっくり健康体操

スクワットの動作は、股関節、足関節もいっしょにつながって動く複合運動です。太ももやふくらはぎ、お尻などたくさんの部位の筋肉使って、足腰を鍛えるトレーニングをしましょう。今回は腰や膝に負担の少ない椅子を使ったスクワットをご紹介します。



足は肩幅に開く

安定した椅子を使う



背中が丸まらないように

膝の角度は120度程度



② かかとをつけたまま、息を吸いながらお尻を軽く突きだしゆっくり腰を落とします

③ 息を吐きながら状態をゆっくり元に戻します



食後30分は避けましょう！
10回1セットですが、無理はせず、出来る範囲で！

◆編集後記◆

早いものでもう夏がそこまで来ました。さて厳しい財政状況における税制改正の措置が講じられる中、震災復興や社会保障の安定に向けた増税が実施されようとしています。景気の低迷を乗り越えて、復興に向けて「皆で頑張ろう！」の思いを強く感じます。

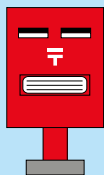
私の地元の府中でも昨年自粛した4月の「市民祭まつり」と5月の「大國魂神社くらやみ祭り」が2年ぶりに行われ、どちらも例年以上の人数で賑わいました。景気もお祭りのような勢いで明るく上向いてほしいですね。夏の電力不足が心配されますが、引き続き節電に心がけて暑い季節を乗り切ってください。

遠藤 保則

「青色ニュース」からの募集です。

武蔵府中青色申告会発行「青色ニュース」では「暮らしと税を結ぶ」をテーマに、常に新しく楽しい情報を伝える情報誌を目指します。皆様の投稿、お問い合わせなどを元に制作を進めていきたいと思ひます。あなたのお気に入りのお店や散歩コースを是非ご紹介ください。

1. お近くの名物名所（公園・施設など）
2. 話題のお店（飲食・物販など）
3. その他ご感想お問合せなど



武蔵府中青色申告会へのご入会お待ちしております

詳しくはお電話で…

042-362-8466

記帳から決算申告に至る一貫指導がいつでも受けられます。さらに暮らしに役立つ各種勉強会、セミナーにご参加頂けます。

青色申告会へのアクセス

- JR南武線/京王線 分倍河原、徒歩7分
- JR南武線/武蔵野線 府中本町駅、徒歩11分
- 府中駅/バス
府中駅よりちゅうバスで
武蔵府中税務署前下車、徒歩2分

お越しの際は「会員証」を必ずご持参下さい。