

ご挨拶

謹んで新春のお慶びを申し上げます。旧年中は格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。厳しい寒さの中で新しい年が明けましたが、皆様におかれましては、健やかなお正月をお迎えのことと存じます。本年も、皆様の暮らしに寄り添い、安心と笑顔をお届けできるパートナーでありたいと願っております。2026年も変わらぬご愛顧のほど、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



■ お正月疲れをリセット。胃腸をいたわる「七草」の知恵

おせち料理やお餅、新年会でのご馳走など、お正月はつい食べすぎてしまう機会が多いものです。

「なんとなく胃が重い」「食欲が戻らない」といった不調を感じていませんか？

1月7日に食べる「七草がゆ」は、セリ、ナズナ、ゴギョウなどの若菜の生命力をいただき、今年一年の「無病息災」を願う伝統行事です。

それと同時に、お正月のご馳走で疲れた胃腸を休ませ、冬場に不足しがちな栄養を補うという、先人の素晴らしい知恵が込められています。

出典：農林水産省 消費者の部屋通信 令和3年1月号

<https://www.maff.go.jp/j/heya/annai/tusin/attach/pdf/index-88.pdf>

七草を全て揃えるのが大変な場合は、大根（すずしろ）やカブ（すずな）を入れた温かいおかゆや、消化の良い野菜スープでも十分です。

松の内が過ぎたら、少し食事を軽めにして、内臓をゆっくり休ませてあげましょう。

■ 年賀状は「関係図」の宝庫？少し違った視点での整理術

最近はSNSでの挨拶も増えましたが、お正月に届く「年賀状」は、やはり嬉しいものですね。実はこの年賀状、単なる挨拶状としてだけでなく、将来のための大切な「財産」になることをご存知でしょうか。

年賀状は、ご自身やご家族が「今、誰と繋がっているか」を示す最新のリストです。万が一のことがあった際、ご家族が誰に連絡をすれば良いか、親戚関係がどうなっているかを把握するための、非常に重要な手がかりとなります。

今年届いた年賀状を整理する際、ただ束ねるだけでなく、「親戚」「友人」「仕事関係」などざっくりと分類し、ご家族にも分かる場所に保管しておく。これだけで、将来のご家族の負担を減らす「小さな備え」になります。



■ 子供名義の通帳、誰が持っていますか？「名義預金」の落とし穴

お正月にお子様やお孫様がもらったお年玉。「無駄遣いしないように」と、親御さんが管理している通帳に貯金されているご家庭も多いのではないでしょうか。教育資金や将来のためにコツコツ貯めることは素晴らしい愛情ですが、相続の視点では少しだけ注意が必要です。もし、「子供・孫の名義で作った通帳」を通帳も印鑑も、親（祖父母）が管理していて、子供が自由に使えない状態にある場合、そのお金は「子供のもの」ではなく実質的に、「親（祖父母）のもの」とみなされることがあります。これを専門用語で「名義預金」と呼びます。この場合、将来親御さんに相続が発生した際、その通帳のお金は「親の財産」として相続税の計算に含まれてしまう可能性があるのです。「子供にあげたつもりだったのに」とならないよう、お子様が成人されている場合は、通帳と印鑑の管理を本人に任せるなど、実態を伴わせることが大切です。



担当者コラム

知っておくと安心！もしもの入院でも慌てない「高額療養費制度」

「もし大きな病気をして、手術や入院をすることになったら、医療費が払えるか心配……」そのような不安をお持ちの方もいらっしゃるかもしれません。

日本には、医療費の負担が重くなりすぎないよう、「高額療養費制度」という頼もしい仕組みがあります。これは、病院や薬局で支払った医療費が、ひと月（1日から末日まで）で上限額を超えた場合、その超えた分が後から払い戻される制度です。（事前に手続きをすれば、窓口での支払いを最初から上限額までに抑えることも可能です）

上限額は年齢や所得によって異なりますが、一般的な収入の方であれば、ひと月の負担は約8万円～9万円程度に抑えられるケースが多いです。つまり、たとえ医療費が100万円かったとしても、実際の負担はこの上限額までで済むことになります。

非常に心強い制度ですが、制度の対象外となる費用もあります。「入院中の食事代」「差額ベッド代（個室代など）」「先進医療の技術料」などは対象外となり、これらは全額自己負担となります。「公的な制度でどこまでカバーできるのか」「自分で備えておくべき部分はどこか」を正しく知っておくことが、無駄のない備えの第一歩です。年の初めに、一度ご加入の保険や貯蓄のバランスを確認してみるのも良いかもしれませんね。

編集後記

今月号も最後までお読みいただき、誠にありがとうございました。一年で最も寒さが厳しい「大寒」に向かう時期です。インフルエンザなども流行しやすい季節ですので、手洗い・うがいを心がけ、暖かくしてお過ごしください。本年が皆様にとって、幸多き素晴らしい一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

税理士法人 T E R A S

〒520-0043

滋賀県大津市中央三丁目4番28号

TEL.077-525-5008

