

ご挨拶

色とりどりの紫陽花が雨に映え、しっとりとした風情を醸し出す梅雨の季節となりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか。じめじめとした蒸し暑さが続く日もありますが、雨音に耳を傾けたり、室内でゆっくりとした時間を楽しんだりするのも、この季節ならではの過ごし方かもしれませんね。体調を崩しやすい時期でもありますので、水分補給や体調管理を心がけてお過ごしください。

今月号も、皆様の暮らしに役立つ情報をお届けしてまいります。最後までお読みいただけますと幸いです。



梅雨の食中毒に要注意！家庭でできる食品管理のポイント

気温と湿度が上がる梅雨の季節は、食中毒菌が繁殖しやすい時期です。厚生労働省が推進する「食中毒予防の3原則()」を意識した日常の工夫で、大切なご家族を守りましょう。

つけない 食材を扱う前後にはしっかりと手を洗い、まな板や包丁は食材の種類ごとに使い分けましょう。生肉・生魚を触った後は特に念入りに洗うことが大切です。

ふやさない 買い物後はできるだけ早く冷蔵・冷凍保存を。冷蔵庫は10 以下、冷凍庫は-15 以下が目安です。作り置きは早めに食べ切り、常温での長時間放置は避けましょう。

やっつける 食品はしっかり加熱（中心温度75 以上・1分以上）することが基本です。電子レンジ使用時は加熱ムラに注意し、均一に火が通るよう途中でかき混ぜましょう。

()出典：厚生労働省「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」食中毒予防の三原則
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/01_00006.html



熱中症対策は6月から！梅雨明けの急な暑さに備えよう

「まだそれほど暑くない」と感じる6月も、熱中症対策は早めが肝心です。梅雨明け直後は体が暑さに慣れておらず、リスクが高い時期とされています。

屋内でも涼しく過ごす()

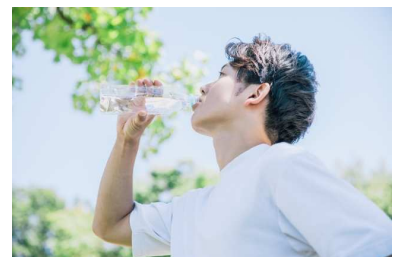
屋内では昼夜を問わず、エアコンなどを使用して室温が上がりすぎないように注意しましょう。

水分・塩分をこまめに補給()

外出時だけでなく、室内でもこまめに水分・塩分を補給することが大切です。

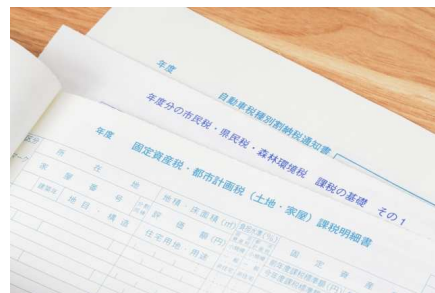
少しずつ暑さに慣れる()

梅雨明けの時期は無理をせず、体を徐々に暑さに慣らすことを心掛けましょう。



6月に届く「住民税決定通知書」でふるさと納税の控除を確認しよう

毎年6月頃、会社員や公務員の方のもとに「住民税決定通知書」が届きます。この通知書は、昨年行ったふるさと納税の控除が住民税に反映されているかを確認する手がかりになります。自治体の通知書では、徴収方法により表示場所が異なる場合がありますが、「寄附金税額控除」や「申告特例控除」などの記載を確認しましょう。もし記載が見当たらない、または手続きに不安がある場合は、早めに自治体や税務署へご相談ください。



ワンストップ特例を利用した方は、通知書上で「寄附金税額控除」と「申告特例控除」を確認する方法が示されています。確定申告をした方は、寄附金税額控除として反映されているかを確認しましょう。通知書の名称や表示場所は自治体により異なるため、見方が分からない場合はお住まいの自治体に確認すると安心です。



住まいの保険、見落としがちな「家財」の備え 建物と家財は分けて確認していますか？

火災保険というと「家そのものを守る保険」という印象が強いかもしれませんが、暮らしを再建するうえでは、家具や家電、衣類などの家財も大切な財産です。

日本損害保険協会では、火災保険は建物と家財を分けて契約することになっていると説明しています。建物は契約していても、家財を契約していないと、家財の損害は補償の対象にならない場合があります。()

特に賃貸住宅にお住まいの方は、建物は家主が契約し、家財は入居者自身が契約する形になります。ご自宅の契約が「建物だけ」なのか「家財も含む」のか、保険証券で確認しておくとう安心です。

また、高額な貴金属や美術品などは、保険会社へ知らせていないと保険金が支払われない場合があります。引っ越しや家電の買い替えなど、持ち物が変わったタイミングで、家財の補償内容も見直してみましょう。

万が一の事態に直面したとき、自分たちの生活を支えてくれるのは、建物という「箱」だけでなくその中にある「暮らし」そのものなのです。

() 出典：日本損害保険協会「火災保険」建物と家財 <https://www.sonpo.or.jp/insurance/kasai/>

編集後記

最後までお読みいただき、誠にありがとうございました。梅雨のじめじめとした空気の中にも、紫陽花の美しさや雨音のやすらぎを見つける余裕が生まれるといいですね。熱中症や食中毒の予防に気をつけながら、夏に向けての備えを少しずつ進めていただければ幸いです。来月号もどうぞ楽しみに！

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

