

ハンズ通信

編集発行

TOUGH SHOP 広島 代理店 株式会社ハンズ

〒730-0051 広島市中区大手町3丁目7-2 TEL. 082(544)6311 FAX. 082(544)6312

ひまわり

7月 (文月) JULY 21日・海の日

	一月一	一火一	一水一	一木一	金	-
•	٠	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	<i>12</i>
13	14	15	16	17	18	19
<i>20</i>	21	22	23	24	25	26
<i>27</i>	28	29	30	31	٠	•

ワンポイント iDeCo+(イデコプラス)

中小企業の事業主が、iDeCoに加入している従業員の掛金に上乗せして、掛金を拠出できる制度。本制度を利用するには、企業型確定拠出年金などの企業年金を実施していない従業員300人以下の中小企業であることが要件。事業主掛金は全額損金算入でき、加入者掛金は全額が所得控除の対象となります。

● 7月の税務と労務

税/6月分源泉所得税の納付 7月10日

 国 税/納期の特例を受けた源泉所得税(1月~6月分)の納付
 7月10日

国 税/所得税予定納税額の減額承認申請

7月15日

国 税/所得税予定納税額第1期分の納付

7月31日

国 税/5月決算法人の確定申告(法人税・消費税等)、11月決算法人の中間申告 7月31日

X 税/8月、11月、2月決算法人の消費税等の中間申告(年3回の場合)7月31日

地方税/固定資産税(都市計画税)第2期分の納付 市町村の条例で定める日

労務/社会保険の報酬月額算定基礎届 7月10日

労務/労働保険料 (概算・確定) 申告書の提出、納付(全期・第1期分) 7月10日

労 務/障害者・高齢者雇用状況報告 7月15日

労務/労働者死傷病報告(4月~6月分)7月31日

キャッシュ

箵 せ 金繰り 日 h 標欧 · であ か 米 で # る「キャ は イク 困 ス 夕 6 ル ・ツシュ な ン ダー 11 を 取 営 K コンバ ŋ を な 1. 経 れ、 1 ま

キ ヤ ッ シ ユ コ ン 1 ジ 3

Conversion A債務からま 元→代金回り プロセスにと 1 ク から売上 ル ح Cycle)] は 債 C 権 バ 品回 0) Č 仕収略

> ると余 えると 必 資がる 要と なり 少 金 必 たそ 声と言 要に な め 0) ź 分な 資 夕 11 に 現金 な ŋ, 1 金 な は、 11 ・ます。 資 調 ŋ 4 ź で 金 逆 達 ラ 調 にで す 定 グ 新 達 運 運 を 0 たに キ埋 できるよ が転 転 資 資 不 n 8 t 要 金 現 金 を 合 ッ کے が金が 運 シわ な う 減が増 転 ユサ

資

金

繰

n

が

厳

L

な

n

ま

す

CC の計算方 法

おり Č Č で 0) す 計 算 方 法 は、 図

1

0

よう 見 し た算出 光ごとに て 般 欧 بح です 米企 的 11 きまし であ 方法でそ が 算 るた 出 で しょう H す は 8 本 る n 年 企 n ケ 間 ĺ ぞ 業 を n を は ス 儿 詳 対 年が半 象間多 期 にがい決

売 上 債 権 回 B

(3)

入

原債

1

を受 と勘主けて 上 み 定 に取い債 売 るも 権 け上 売 9 7 と取が 目 掛 のは、 11 \$ る 生 金 な 受け まで 0) こだわらず 正と受取 0) じ い金 実際に って は 売 加 上のか転 額 とし 5 期 手 0) は 間実 形 いことです。 ま 売 代 7 で際 です 合金を受けませる Ŀ る す す 13 0 0 債 代 前 が 権 し売金 受 商

目払すい元こ代

た

資

金

りは が

よく

ŋ が

ŧ 短

形仕め

債

務

主

に

掛

金 な

を支

2

で

す

定

が買

ず 類は

入

ح

み

0)

ヤ 間

ツ が

シュ 長

な

い状

態

け

ħ

ば

長

11

ほ

ど手

キ期

の金商

支払

うま 材 務

で

0

期

間

で

す

を品仕

や

料 回

を仕 転日

入 数

n

7

か

b

売た現う

代

金 る 金

が

L 0)

7 期

11

態 内 金 上

け

商

早る

ょ

ŋ

B

先

K

商 お収

品

です

0

商

ع

13

くう

業

14

て、

売 企

場

そ

間 購

は 入

状社代

債 **2**) 売 前壳金 権 上 受 上 は 債 債 売 棚 ÷ 年 権 権 <u>۲</u> 資 間 債 産 売 転 売 権 回 上 日 掛か 転 高 数 숲 5 日 X +除 受取 数 3 年 き 苸 ま 6 均 手 す 5 売 形 \Box

 \vdash

※資棚品棚保で 卸持 の仕 期 資 入 7 間 れ卸 産 た商 \parallel 11 で る 製 品 期 在 品 +間 庫 が 原 ح 販 0) ئے 完さ L 材 料 7 で 資れ +仕 す産 る

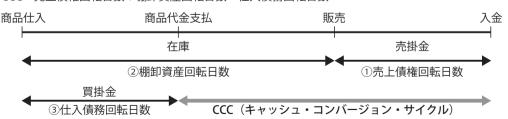
本

卸等 資 転 日 数 Ш 年 平 均 棚

資 算告 て価な 上 産 産 出書 ぜ 1 に 原 建 ÷ 年 産 る 設 口 し 0 は な 価 て 中 か 労 5 業 間 転 に 日 5 務 売 \mathcal{O} 損 غ 売 は 党費と経 上 数 上原 で 益 製 注 ※を求め 原材価料 計算 原 す 造 意 0 業 価 が と外注 書 X 製 費 の ح 必要 3 ま 造 が の 場 Ų 原 含 売 合 6 で ょう。 費 価 ま 上 \mathcal{O} 5 棚 す 原 卸を 報れ 売

【図 1】CCC の計算方法

CCC=売上債権回転日数+棚卸資産回転日数-仕入債務回転日数



- (例)① 販売した商品代金は35日目に支払われた→売上債権回転日数35日
 - 商品を仕入後30日目に販売した→棚卸資産回転日数30日 商品仕入の 20 日後に代金を支払→仕入債務回転日数 20 日 CCC=35 日+30 日-20 日=45 日

【図2】具体的な計算例

棚卸資産:5,000 仕入債務:4,000

(単位:千円)

売上債権:20,000 売 上 高:100,000 売上原価:50,000

売上債権回転日数=20,000/100,000×365=73日 棚卸資産回転日数=5,000/50,000×365=36.5日 仕入債務回転日数=4.000/50,000×365=29.2日

 $CCC = 73 \ \Box + 36.5 \ \Box - 29.2 \ \Box = 80.3 \ \Box$

CCC は短い方が良

Ī

る

た

め

0)

分

P

が在

挙 庫

運 転資金が んなく て

債仕前仕代付金 務入払入債金債 責金債 を債

=買掛金+支払手エから除きます。

形

払に

か前っ

らにい

支払っ

払金

は

は

加 た前

ます

は以上

とおり

Ŀ. 一を基

した具

体

的

な

計

算

年務

売転

数

仕

日入

間

F \Box 原

価 Ш

× 年

3 苸

6 均

5

な負担が大きくなりま なせ借 ŋ C C C 入などで補 0) 資金 運 資 転 金調 効率は低 資の 金日 選負担が わな が数 必 が いとい 下 E 大きく 財務 になり、 ح け 多 的 ŧ

良くな 自己資本 投下資本利益率 (ROIC) 利 益率 (RO E

を 悪化 要に 上 ${\rm C} \atop {\rm C} \atop {\rm C}$ げるために なり、 します。 が 悪 利益率 Ż 多く な る がの 現金 連 動 しが上

投 運 ス増金業 資 転の加 がは つて 加する一方、CCス。通迫し借入及び会に拡大する。 段戦略が可報資金が潤 まり、CCC 上 借入及び金品工拡大するほど 可潤 R 能となりま 元上拡大す が、CCCが の、CCCが が プ ど運 ラ 負担に á マ 1 的ほ どナが資金

CCC を短くするには

す庫 数在 を 庫在 具減管庫 ら理削 体 Ĺ を減 的 は在底 は、需要予測の仕庫日数を短れ

のく在

7

金

調

達

を

行

(2) げの精 期 を行うこと 間 の 短

(3) 等好直済体 ح 売 な が しや支払方 でCCCを 掛相 5コミュ 挙げられ 金 手 , 先と 0) 口 ニケーションをと 顧 収取回 クレ ます。 法の 短縮 客との契約書 期 引収 別間を短 ジット 条 変更など、 できます。 こを見 -カード 縮するこ 直 0) Ļ る良見決具

)支払期 間

(4) 売上の増加 と取引条件の緩和を申し出て買 と取引条件の緩和を申し出て買 と取引条件の緩和を申し出て買 と取引条件の緩和を申し出て買 ことで支払期間が仕入先への支払いる。 買掛金の支払期 CCCは 加増ける頼 短くなります。 が いかを 長 遅の延 くくな 仕入先 り、 せ長 る

存 に取り入 'n Ć 上 なく企業 ر ا ま れることが CCC 業 規顧の利 促 進 客 益 を 大 や規定 切 得 で 積 や長す す。極既にる

が債 ことも必 ※ 挙行、 5 れます。 で ら銀 の行 出 融 資 資 ゃ

社

CCC 改善のポイ

してみ、同 す90 が日がが しょう。 が 社 たてください。 で業他社と比較 0 まし CCC いとさい 般 的 速 で異 較 に 度 を れ は なるたれていま 30 7 把 11 日 1

(3) (2) (4) 中期目標を設定しま 中期目標を設定しま ください。 ス自 週単 各部 体 を見直しましょう。 位 で把 か 署の で改善 V 握し業務。 ビユ 小を全社 いましょう。 ーを できるとこ K 行 ブ 開 って 口 示 L セ

場で共 しょう。 CCC有 のし 0) て課 結果 健 全 題を経 性 Eを維持しま 題を早期発見 を経営陣と現

資非、営金 経営に CCC さい 欠な、 考にしてCCCを Ò か 安定化 財 せ な 務 指 11 を目 標として 数 値 心です。 短縮

し是業

3 — 7 月号

~令和7年度税制改正~ 中小企業 投資促進 税 の改正

製造

取期 \mathbf{H}

正.

色の

申中

年出

1

す

る

業

投

筲

促

進

税

業中 代や製作が製作が 税 制 象とないや中小

化

対

税

定

業

業

で 一 日から令和7年3月3日までの日から令和7年3月3日までの用に供した場合に、その指定製造業や建設業などの指定事業取得に供した場合に、その指定事業取得を認める制度です。対象を登録を認める制度です。対象を表した場合に、国内にある関連において特別償却までの指定事業のが必要者などが平成10年6月1 となる設 工 額年事の 0 具 金查備 立 額 具、 以 上 上のものよ 点や測定 などで ウェ ア 象

業に 円個 特 ついては、 事 業主と資本金 とした税額控除のいず得価額の30%の特別償却価額のす%を税額拡価額のすのを税額はいていた。 をすることが 照 取得価質 できます。 額 0) 3 領中30小金 0 できま 0 ず 控却て 0

% 企 7

企業経営強化 税

1

改 正 前 0) 中小企業経営強 化 税

れました。

制日度け合る企

5

適用期間に、特別に、特別に、特別に

却 がや税

限度償得

及です。

令

門改正で、一定^の日まででしたが、 日まででしたが、

制は、青色申告書を提出する中小企業等経営強化法の経営力向小企業者などが、平成2年4月の期間内に、新品の特定経営力向上設備等の取得または製作もしくは建設をして、国内にあるしくは建設をして、国内にあるとの法人の指定事業の用に供した日を含む事業年度においた場合に、その指定事業の用に供した日を含む事業年度において特別償却または税額控除を認 めて める制度です。て特別償却または税額拡供した日を含む事業年度

るのの

| 額を併 ら特 額 気却することができます。 を併せて、取得価額の今 普別 通 に 相 償 通償 相当する金額で週償却限度額を 知限 度 取得価額の全額及額と特別償却四 を で す。 控取 除得

金か

を度り

% 税額 相額 **観控除限度額になりまについては取得価額の当額ですが、一定の出空線ですが、一定の出空線ですが、一定の出** になります。 の中額 10 小の

額控除 限 度 額 0) 繰越

業け除業 年度税中資 額 控 額小促 調 控 企進 除 除 税に 業 の経制 前 9 合営強おて 法 人税 で、化彩 けは 額 税 Ź のそ制税中 20 の に 額 小 %事お控企

改 正 点

ことが や 和9年3月31日までに取得等を適用期限が2年間延長され、令 企業 した設備 経小 営企 できます などについ が2年間延長され、「強化税制についてい 業 低化税制に代投資促進 税制と て適 用 、ては、 でする 中小

設備備けれ Š 企業経営強化 (る B A た 数 類 数 (型)」、 税 経収生 制 営 益産の 資力性適 源強向用

化 上を

計B備しあたてる均経あ売りても向ば要算類のたる投、この営る開、年の上改件方型生。こ資経と投力こ始設平の及正が しに目 ててジ の営る開、年の上改件設投力こ始設平の及正が帰 対指ま 年の上改件設廃 す 止 注法は産改と なで、変更されなり、変更されている。 よっ記 業高 上 り、要 1 に いれ率 が 0 係 0 中小企業が ての 0 る 0 い指 億 指 億 ま標 企 す及 超 が ま 本

【表 1】中小企業投資促進税制

対象者	・中小企業者等 (資本金額 1 億円以下の法人、農業協同組合、商店街振興組合等) ・従業員数 1,000 人以下の個人事業主				
対象業種	製造業、建設業、農業、林業、漁業、水産養殖業、鉱業、卸売業、道路貨物運送業、倉庫業、港湾運送業、ガス業、小売業、料理店業その他の飲食店業のうち一定のもの、一般旅客自動車運送業、海洋運輸業及び沿海運輸業、内航船舶貸渡業、旅行業、こん包業、郵便業、通信業、損害保険代理業及びサービス業のうち一定のもの、不動産業、物品賃貸業				
対象設備	・機械及び装置(1 台 160 万円以上) ・測定工具及び検査工具 (1 台 120 万円以上、1 台 30 万円以上かつ複数合計 120 万円以上) ・一定のソフトウェア (一のソフトウェアが 70 万円以上、複数合計 70 万円以上) ・貨物自動車(車両総重量 3.5 トン以上) ・内航船舶(取得価額の 75%が対象)				
措置内容	個人事業主 資本金 3,000 万円以下の中小企業	30%特別償却または 7%の税額控除			
	資本金 3,000 万円超の中小企業	30%特別償却			

【表 2】中小企業経営強化税制の改正

	対象設備	措置内容
改正前	・機械及び装置(1 台 160 万円以上) ・工具、器具及び備品(1 台 30 万円以上) ・建物附属設備 (一の建物附属設備の取得価額が 60 万円以上) ・一定のソフトウェア (一のソフトウェアが 70 万円以上)	即時償却または 7%(一定の中小企業者 は10%)の税額控除
改正後	・機械及び装置(1 台 160 万円以上) ・工具、器具及び備品(1 台 30 万円以上) ・建物附属設備 (一の建物附属設備の取得価額が 60 万円以 上) ・一定のソフトウェア (一のソフトウェアが 70 万円以上)	即時償却または 7%(一定の中小企業者 は10%)の税額控除
*	・建物 [一の建物及びその附属設備の取得価] 額の合計額が 1,000 万円以上のもの]	最大 25%の特別償却 最大 2%の税額控除

100 億企業を目指す中小企業に対する措置が拡充

う控却最建及営 に除ま大物び強 をたで及そ化 らりま 選は取びの税 択取得そ附制 ずるこ 得価の属の た。 価額附設対 額の属備 との25設 が 【表2参 が 2 % 備 追 % D で 13 13 きの特対し さ 建 れ、物 よ額償 7

夕

です。 です。 である

ついデ認し

を実約

率2ら度設い は・れの備て特 15 5 て 給 を は 別 % % い 与 事 償 以ま増業そ却 上す 加のの率 割用建や 額 0) 控場給合に物 除合与に供及額 率は増 よすび控 は特加っ るそ て事の率 別割 1 % 償合決業附に で却がめ年属つ

額属満お額のす 設の 控場が 除備場給除合 はに合与率は給 適つに増は特与 用いは加2別増 7 割%償加 きの建合に却割ま特物がな率合 及 2 りはが び・ま 25 5 せ 别 償却そ5す £ 25 5 ん % · · · やの% 以 税附未な税上

職業紹介事業者 の活用

る際 業紹 0) ポイント 介事業者 を利 用

す

0) 良

事業者 き

0 ン

活用

法、

制 定

度 3

改れ

正た

へ 優

í

イ

1

対応などをご紹

介します。

介とは 介

せ するよう、 求の 小職者の 申業紹職業紹 んすることです。 い間で雇用 いを受け 介と 第三者とし 用関 Ź, 求人者と求職 係 いが成立

求職者の間に立ち、ないて仕事を探します。 集んが事 ま採合求 が用後 利用 職 9 介事業者を通じて人材を募 た人材 求 の 者である企業 フォ 職者はその支援 0) 推薦、面 ローなどを担 は、 接調整、 条件に 企業と 仮を受 職 業

(2) 0 と無 有 ラベての 業 となります。 料 務 職 料 紹 業紹 や建 0) 介無事料 業種 É 設業 のがあ 介の 0) が 場 業 紹務 りま 合、 有紹 介 を ア業務の、港湾 料 す。 0

つの紹見のの

やネットワー

利用により、企業-クを有する職業ます。専門的な知

活

があ

ŋ

)ます。

介事

業者

利

ニーズに合

た人材

の採

用

に

です 業紹

-記事では、企業が職が行ていくことも可能

は るなど、

年

Ŕ

深刻

して

 $\epsilon \sqrt{}$

化用

活

動

における 、ます。

こうした課題に

対応する手段

つに、「

職

職業紹介

事

業

者

しても応募

が

1,

記課 選生する 出し

Ź

が

面

ってい

0

人 0)

チによる早

期離 ~まら

職が

発

(2) はのロ ット 特 がー 介 段あ 0) ŋ 制限取 者を 活 用 す る ん。 囲 X に

ます。 として、 IJ 企業にとって 次 0 ようなも メ IJ 0) 'n がト あの り例

持つことができます。なかった層の応募者と接占社の媒体では採用につなが う 即 定される開求 戦力 た範 人(一 人材との 似の人材 囲内で募集を 般に公開せ マッチン など、 つながら 点 ず を

軽 えるため、 減に 類採用 につながります。
にめ、採用担当者の らめ、採用担当者の負担に考などを代行してもら 0 効 率化 ... 募 対 応 B

で紹介されるため、の職歴や希望を把握 つ いての の精 アドバ ミスマッチの軽減 や労働条件の提示方法にドバイスの提供:求人票 度 や希望を把握 が高 「を得 まります。 ること マッチ ī . . 水職者 が

る (3) 職業 斜と 採用 紹介事業 が が決定した段階で小事業者を利用す 全者を利用して でいて です

業紹

介

に

は、

ク 版がありませ、 収扱職業の範囲 のに ょ る れの料紹 れるもの 年収 介手 額 0) 態 (報酬 で設定されるも

る必要があります ずれかに れており、 す 30 よりますが、 る 届 ッます。 %程 職種 主が多く、 (厚生労働省公開資料より)。 上限制手数料制 出制手数料制 度が多 0) 的 「準じて手数料を明iへ、紹介事業者はこ 専門 K そ 性や特殊の手数料での手数料で 入職 といわれ ||度」が定めら| 者 の年 体性等に は成功 年収 功 宗す 0) ま のもめ酬

す。 が設けられている場合もありま部が返金される「返戻金制度」合には、一定条件で手数料の一 (4)を iが返金される「返戻金制度」には、一定条件で手数料の一紹介後に短期間で離職した場 確認しておくとよいでしょう。 事業 契約時に 頼 できる職業紹 選 びのポ にはこの 介事業者を イント 制度の有無

あること 生 一労働 可 事

しょう。 選

ぶ際

は、

次 の点

に着

目

しま

日報公開

は、「

介した人

ように設定さ

0) 酬

があ

が

生

ま

す

い自明紹 で あ と職 手 数 料

ブ

ル

7 いるかどうか日社の業種・ 種 対 応

ク 風 らわしい名称(ハ など)を使用してい р П な ウー e V

遵 守体制 個人情報 情報は、情報保護や 、労働 法 令 0

認 できます。 れらの情報 サービス総合サイト 厚生 一労働 ゛で 省

(5) 確

確に伝え、次の ます。 は、職業 、次のような労働条件を正 業紹介事業者に求人を出す 求人時の留意点 明示する必要があ ŋ

雇 用形態、 契約 期 間 重 新

の変更の変更の 外範囲

業代 0) 有 無 ح

社訳 会保 険、 働 保 険 0) 適 用

情 防 報 認識 ıŀ. が 措 :不明 や確 なり

い能

原 因 と ŋ 事業者を

が通合 ま りま は、た、 T 修正 止内容を明示する迷やかに紹介事業情報に変更が生ど 明示する必

職業紹介優良 事業者 0 活 用

厚生労働省において、職業紹介事業の質向上と適切な競争環 領の整備を目的に、「職業紹介 遵守、業務運営の適正性、紹介 後の定着率、経営の健全性など 複数の審査基準を満たした職業 紹介事業者に与えられます。 認定された事業者は、サービス品質が一定以上であることが 保証されており、企業にとって は安心して依頼できる存在です。

特に医療・介護 に分野では、「適 に分野では、「適 事業者を見極める材料となり言制度」もあり、専門性の高分野では、「適合紹介事業者特に医療・介護・保育といっ

を の 地 専 職 域用業 Rサイトでは、 米紹介優良事業 複数 せを行う機 業界、 0 事業者 業者 種 別 認 可用意され に一括で問 に一括で問

> 7 け する企業にとっても、 なるでしょう。 初 7 介 業 者 大 きを

た留意点 制 度改正 を踏ま

え

っ する改正が相次 令和6年4 の明示義務や表示 可能性も含めて明示する必要が来的に想定される異動や転勤の直後の業務内容だけでなく、将た。これにより、企業は、雇用 更の範囲」などが追加されまは、求人時の労働条件明示に「 あ ります。 範囲」などが追加され - 4 月施 次いでい 公示の適. て、 の改 ・ます 正 化 求 まし 正 **,** に 人 変 関時 で

解を生じさせる表示」として違い義務づけられました。例えば、が義務づけられました。例えば、が表務がはのののでは、での労働者に適用されるようを記載したり、モデル給与をする。として、水人情報の的確な表示正では、水人情報の的確な表示 反解 また、 対 象となります。 %づけられました。: は、求人情報の的確 に、令和 4 年 10 月施 路確な表示が施行の改

はに頼 とミス 0) 改 ハマッチ防力 です。 企 正業として 止職 の者 ため信

> 整えておくことが求 四 正 を常に見 めら 直 はす体 れます。

人 0 不

です。 がある企業や、労働条件が著しあります。例えば、法令違反歴その求人が受理されないことが を 、不適当な内容である場合などとある企業や、労働条件が著しいります。例えば、法令違反歴 定申企 のし 業 込 要件に該当する場合は、 が んだ場 職 業紹 介事 合 であっても、 業者に求人

申告と誠実な対象となります。 己申告依の、要件 要があります。 じない場合も、 、要件に、 に、職業紹介事業者 実な対応を心 頼に正当な理由 企業は、正確な出当な理由なく応以不受理の対の自 が ける必

Ŧî. おわりに

を高める有力な手段は、企業の採用活動職業紹介事業者の す。最新 的 業信が頼 の制 が求める人材の採用や頼できる事業者を選定の制度や認定制度を理の制度を認定制度を理 つ な 動 0) 適 0) 処切な活品 質と効 11 き 率用

消費潮流とイマーシブ

消費の潮流は、モノを持つこと自体に価 値を見出した「モノ消費」、物質的に豊か になることで新しいコトの体験が価値とな る「コト消費」、その場でしか味わえない トキを楽しむ「トキ消費」と変化してきま した。コロナ禍を通してトキ消費のデジタ ル化が進み「体験の価値」を再認識したと いえます。

昨今、「イマーシブ」という言葉を耳にし ます。イマーシブは「没入感」という意味 があり、参加者がある世界観に深く入り込 める体験が重視され、イマーシブな体験を マーケティング活動に取り入れる企業も増 えています。ニッセイ基礎研究所ではイマー シブを「傍観型」と「非傍観型」の2つに分 類しています。劇やVRのように自分から 何かをする必要のないものが「傍観型」、 謎解きコンテンツや脱出ゲームのようにコ ンテンツを成立する当事者となって能動的 に動く必要があるものが「非傍観型」です。

注目すべきは「非傍観型」のトキ消費で、 既存のモノやコンテンツの新たな運用や組 み合わせが決め手となって生まれる参加型 の体験消費といえます。たとえば、高級ホ テルが運営する 「ナイトプール | や 「ナイト ピクニック」は猛暑を避けるために生まれ た体験サービスですが、昼間と違う雰囲気 を味わえたりお酒も堪能できたり、おまけ に日焼けしないという利点もあります。

また、モノの提供にとどまらず体験価値 に外食やメーカーも注目しています。昨年、 外食チェーンの物語コーポレーションが運 営する「焼肉きんぐ」で、食べ放題コース にまるか食品の「ペヤングソースやきそば」 を加えたところ、アレンジ情報が一気に拡 散し多くの消費者が支持しました。

デジタル時代はすさまじい情報量と、そ の情報の流れるスピードが速いため、今後 ますます既存のモノ・サービスに一工夫が 不可欠です。

始 人 症 6 室 うて 総務 年5月から9月に 以 が3週間以上入院と、 万7578人と過去最高とな で を内 来最 の 120人が死亡、 付熱 省消防庁に 救急搬送 ま も多 け中 よ症うに 症 L١ 患 搬 ょ

者は

全

玉

で

お

け

る

熱 令中 和

発生場 がは 症 です。 4 割 が 高 住 者 0 つ 中 ま

送

人員

数と

調査開

室内熱中でなくありい方も少なくあり 室夏だ補調内もれ給を コなに おおを調を調を調を 般 め高温や脱水症状に気づか般的に暑さを感じにくくないの使用を控える方も多く は が気温と湿 が をつけるい窓に断 腕整する、(|熱中症を し 不 い暑さが予想されます。この よう注 、ありません が という理由でエ 断 耐熱カーテン!②こまめに!○ ②こまめに!○ 度の か か る ま 高 せ ん。 しょ 人工 環 多 くなっ う。 やす 水分 境に (1) 李 ア的

ビジネスパフォーマンスに 間欠的断食

近年、注目を集めている健康法の1つに 間欠的断食があります。間欠的断食とは、 食事の量は普段と変えず、食事を抜く期間 を周期的に差し挟むダイエット方法です。 最も実践しやすいのは [16:8法] で 16時 間の断食時間と8時間の食事可能時間を設 けます。朝を抜くだけで実践できます。も う一つは「5:2法」で週に5日間は通常の 食事をし、残り2日間で男性では600キロ カロリー、女性では500キロカロリー程度 カロリーを減らす方法で、在宅勤務中に実 践しやすい方法です。いずれも効果的に行 うには水分補給は非常に重要です。

また、断食後の食事は良質なタンパク質 や野菜などバランスよくとることが満腹感 の持続に繋がり効果的です。体重減少、血 糖値の改善、心臓病の予防だけでなく、脳 機能の向上や食後の眠気を回避など、ビジ ネスパフォーマンスの改善に効果があると して支持されています。