

あけまして
おめでとう
ございます



ハンズ通信

編集発行

(株)ハンズホールディングス

〒860-0811

熊本県熊本市中央区本荘
6丁目8-7

TEL. 096 (375) 4340

FAX. 096 (375) 4341

1月

(睦月) JANUARY

1日・元日 8日・成人の日

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| ・ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | ・ | ・ | ・ |

ワンポイント 同一生計配偶者

平成29年度税制改正で配偶者控除が見直され、「控除対象配偶者」(納税者と生計を一にする配偶者で合計所得金額が38万円以下)が、30年分以後の所得税から「同一生計配偶者」に名称変更するとともに、同一生計配偶者でも納税者の合計所得金額が1千万円超の場合は、配偶者控除の適用ができなくなりました。

1月の税務と労務

- 国 税 / 給与所得者の扶養控除等申告書の提出
本年最初の給与支払日の前日
- 国 税 / 報酬、料金、地代、家賃等の支払調書の提出
1月31日
- 国 税 / 源泉徴収票の交付、提出
1月31日
- 国 税 / 12月分源泉所得税の納付
1月10日
(納期の特例を受けている事業所の7~12月分は1月22日)
- 国 税 / 11月決算法人の確定申告
(法人税・消費税等)
1月31日
- 国 税 / 5月決算法人の中間申告
1月31日
- 国 税 / 2月、5月、8月決算法人の消費税の中間申告
(年3回の場合)
1月31日
- 地方税 / 固定資産税の償却資産に関する申告
1月31日
- 地方税 / 給与支払報告書の提出
1月31日
- 労 務 / 労働保険料の納付(第3期分)
1月31日
(労働保険事務組合委託の場合2月14日まで)

信用保証協会

1 信用保証協会とは

中小企業にとって融資を受ける際に利用をする機会の多い信用保証協会。どのようなものか再度確認しておきましょう。

信用保証協会とは、信用保証協会法に基づき、中小企業・小規模事業者の金融円滑化のために設立された公的機関です。事業者が金融機関から事業資金を調達する際に、信用保証協会は「信用保証」を通じて、資金調達をサポートしています。四十七都道府県と四市（横浜市、川崎市、名古屋市、岐阜市）にあり、各地域に密着した業務を行っています。

2 利用するメリット

(1) 融資枠の拡大を図ることができます。
取引金融機関のプロパー融

資と保証付融資の併用により、融資枠の拡大を図ることができます。

(2) ニーズに合わせた保証制度の利用が可能。
ニーズに応じた様々な保証

制度が準備されています。
長期借入れの利用が可能。

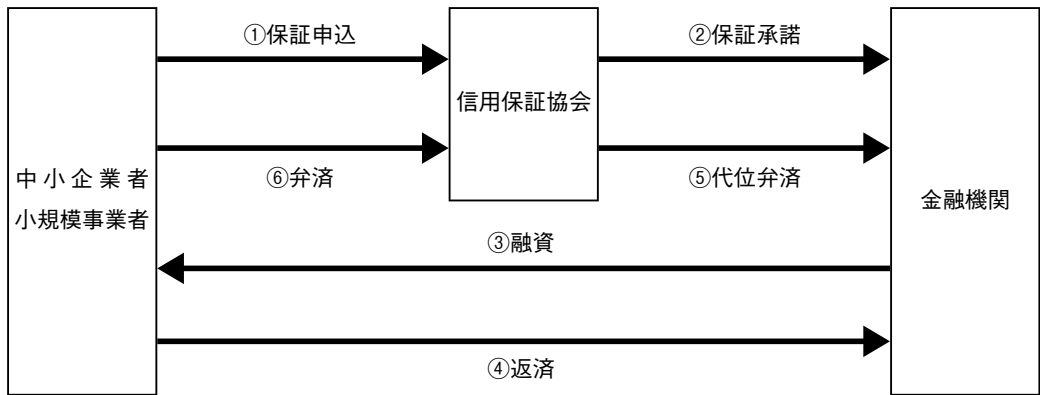
(3) 長期借入れの利用が可能。
長期の借入れに対応した保証制度が準備されています。

(4) 原則として、法人の場合の代表者以外の連帯保証人、個人事業者の場合の保証人の必要がありません。

(5) 不動産担保がなくても利用ができます。

3 信用保証制度の仕組み

信用保証制度は、基本的に「中小企業・小規模事業者」「金融機関」「信用保証協会」の三者が当事者であり、下記の図の通りとなっています。



①保証申込

信用保証協会あるいは金融機関の窓口経由で申込みます。

②保証承諾

信用保証協会は、事業内容や経営計画などの検討検証を行い、保証の諾否を決めて金融機関に報告します。

③融資

保証承諾後、信用保証書の交付を受けた金融機関が融資します。

④返済

融資を受けた中小企業者・小規模事業者は返済条件に基づき、借入金を金融機関へ返済します。

⑤代位弁済

融資を受けた中小企業者・小規模事業者が何らかの事情で返済が不能となった場合には、信用保証協会が借入金を金融機関へ弁済します。

⑥弁済

中小企業者・小規模事業者は信用保証協会へ弁済します。

4 利用可能な事業者

(1) 企業規模（資本金・従業員数）

| 業 種 | 資本金 | 従業員数 |
|--|--------|--------|
| 製造業など (建設業・運送業・不動産業を含む) | 3億円以下 | 300人以下 |
| ゴム製品製造業 (自動車または航空機用タイヤ及びチューブ製造業並びに工業用ベルト製造業を除く) | 3億円以下 | 900人以下 |
| 卸売業 | 1億円以下 | 100人以下 |
| 小売業・飲食業 | 5千万円以下 | 50人以下 |
| サービス業 | 5千万円以下 | 100人以下 |
| ソフトウェア業／情報処理サービス業 | 3億円以下 | 300人以下 |
| 旅館業 | 5千万円以下 | 200人以下 |
| 医業を主たる事業とする法人 | — | 300人以下 |

(2) 業種
 資本金または常時使用する従業員数のいずれか一方が、次に該当する事業者が対象（個人事業主の場合には、常時使用する従業員数が該当すれば対象）となります。

農林漁業や金融業など一部の業種以外のほとんどの商工業の業種について利用が可能です。また、許認可・届出等を要する事業を営んでいる（または、営む）場合には、当該事業に係る許認可等を受け

ている（または、受ける）ことが必要となります。

(3) 区域・業歴

原則として、各信用保証協会の管轄区域で事業を営んでいる必要があります。申込先の信用保証協会が管轄する都道府県（市）において事業実態があることが条件です。また、保証制度によって要件として業歴が定められている場合があります。

5 資金使途

保証の対象となる資金は、事業経営に必要な資金（運転資金及び設備資金）に限られています。

6 保証限度額

中小企業・小規模事業者一人に係る保証限度額は、中小企業信用保険における普通保険の限度額二億円（組合四億円）と無担保保険の限度額八千万円（組合も同額）を合わせた二億八千万円（組合四億八千万円）となっています。これら一般保証に係る保証限度額とは別枠で、中小企業信用保険の特例措置等に

基づき各種の政策目的により創設された別枠保証に係る限度額が設けられています。

7 信用保証料

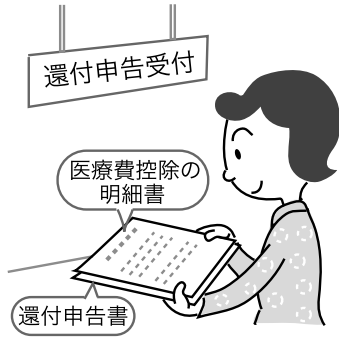
信用保証を利用する対価として、中小企業・小規模事業者は信用保証料を支払う必要があります。

信用保証料は、中小企業・小規模事業者の信用保証委託に依る対価であり、中小企業信用保険の信用保険料や経費等、制度運営上必要な費用に充当するものです。このため、信用保証料は保険料ではなく、信用保証協会による代位弁済が行われた場合には、中小企業・小規模事業者から信用保証協会へ弁済する必要があります。

8 信用保証料率

信用保証料の料率は、中小企業・小規模事業者の財務状況などを考慮し、原則として九つの料率区分に分類されています。担保の提供がある場合や会計参与設置会社である場合等には、割引を行っています。

平成二十九年分からの医療費控除のポイント



医療費控除が改正され、平成二十九年分から適用されます。医療費控除は、還付申告の中でも適用の多い控除であることから、今回はその改正について確認していきます。改正点は、次の三点となります。

① 医療費控除は、明細書を作成して提出すれば、領収書の提出が不要となりました。なお、医療費の領収書は、

② 従来は医療費控除については、医療保険者から交付を受けた医療費通知を添付すると、明細の記入が省略できます。

③ 新たな医療費控除（セルフメディケーション税制）については、平成二十九年分から適用されるため、本年の確定申告が初めての実施となります。

※ 医療費通知とは、健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」等です。

③ 新しい医療費控除（セルフメディケーション税制）については、平成二十九年分から適用されるため、本年の確定申告が初めての実施となります。

平成 年分 医療費控除の明細書

※ この控除を受ける方は、セルフメディケーション税制は受けられません

氏名 _____

1 医療費通知に関する事項

医療費通知(※)を添付する場合、右記の①～③を記入します。

※ 医療保険者が発行する医療費の額等を通知する書類で、次の6項目に記載されたものをいいます。
(例:健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」)

①被保険者等の氏名、②療養を受けた年月、③療養を受けた者、④療養を受けた病院・診療所・薬局等の名称、⑤被保険者等が支払った医療費の額、⑥保険者等の名称

| | | | | | |
|--------------------|-------------------------|---------------------------|---|---|---|
| ① 医療費通知に記載された医療費の額 | ② ①のうちその年中に実際に支払った医療費の額 | ③ ②のうち生命保険や社会保険などで補填される金額 | 円 | 円 | 円 |
|--------------------|-------------------------|---------------------------|---|---|---|

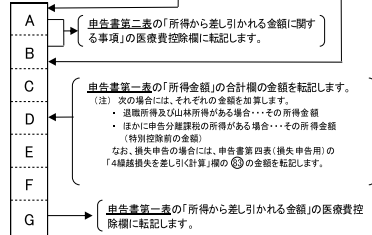
2 医療費(上記1以外)の明細

「医療を受けた方の氏名」、「病院・薬局などの支払先の名称」ごとにまとめて記入することができます。上記1に記入したものについては、記入しないでください。

| (1) 医療を受けた方の氏名 | (2) 病院・薬局などの支払先の名称 | (3) 医療費の区分 | (4) 支払った医療費の額 | (5) ④のうち生命保険や社会保険などで補填される金額 |
|----------------|--------------------|--|---------------|-----------------------------|
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | 円 |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | 円 |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| | | <input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス | | |
| | | <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費 | | |
| 2 の合計 | | | ② | ⑤ |
| 医療費の合計 | | | A (②+④) | B (④+⑤) |

3 控除額の計算

| | |
|--------------------|---|
| 支払った医療費 (合計) | 円 |
| 保険金などで補填される金額 | |
| 差引金額 (A-B) | |
| 所得金額の合計額 | |
| ④ × 0.05 | |
| ④が10万円をいすれか少ない方の金額 | |
| 医療費控除額 (C-D) | |



(1) 従来の医療費控除
以下、二つの医療費控除について、新しい明細書とともにポイントを整理してみます。

1 従来の医療費控除
明細書（左の様式）

平成 年分 セルフメディケーション税制の明細書

※この控除を受ける方は、通常の医療費控除は受けられません

氏名 _____

1 申告する方の健康の保持増進及び疾病の予防への取組

| | | | |
|------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| (1) 取組内容 | <input type="checkbox"/> 健康診査 | <input type="checkbox"/> 予防接種 | <input type="checkbox"/> 定期健康診断 |
| | <input type="checkbox"/> 特定健康診査 | <input type="checkbox"/> がん検診 | <input type="checkbox"/> |
| (2) 発行者名 (保険者、勤務先、市区町村、医療機関名など) | | | |

※取組に要した費用は、控除対象となりません。

2 特定一般用医薬品等購入費の明細 「薬局などの支払先の名称」ごとにまとめて記入することができます。

| (1) 薬局などの支払先の名称 | (2) 医薬品の名称 | (3) 支払った金額 円 | (4) (3)のうち生命保険 や社会保険などで 補填される金額 円 |
|-----------------|------------|-----------------|--|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| 合 計 | | A | B |

〈重要なお知らせ〉がありますので、必ず裏面をご確認ください。

3 控除額の計算

| | | |
|-------------------------|--------------------|---|
| 支払った金額 (合計) | 円 | A |
| 保険金などで 補填される金額 | | B |
| 差引金額 (A - B) | (赤字のときは0円) | C |
| 医療費控除額 (C - 12,000円) | (最高8万8千円、赤字のときは0円) | D |

A → (申告書第二表の「所得から差し引かれる金額」
に関する事項)の医療費控除欄に転記します。

D → (申告書第一表の「所得から差し引かれる金額」の医療費控
除欄に転記し、「区分」の二に「1」と記入します。

(2) ポイント
医療費通知を添付する場合には、
前ページ明細書の1の欄に、
それ以外は2の欄に記入するよ
うに変更されています。

(1) 2 セルフメディケーション税
制(新しい医療費控除)
明細書(左の様式)

(2) ポイント
この控除を受ける人は、従
来の医療費控除を併用して受
けることはできないので、控
除額が八万八千円を超えるよ

うな場合には、従来の医療費
控除を選択した方が有利で
す。

② 健康の保持増進及び疾病の
予防として一定の取組を行う
人が、自己又は自己と生計を
一にする配偶者その他の親族
に係る特定一般用医薬品等購
入費を支払った場合に適用で
きます。

※ 特定一般用医薬品等購入費
とは、医師によって処方され
る医薬品(医療用医薬品)か
ら薬局などで購入できるOT
C医薬品に転用された医薬品
(スイッチOTC医薬品)の
購入費をいいます。

③ 一定の取組を行ったことを
明らかにする書類としては、
例えば次のような書類が必要
です。

- インフルエンザの予防接種
又は定期予防接種の領収書等
- 市町村のがん検診の領収書
又は結果通知表
- 職場で受けた定期健康診断
の結果通知表
- 人間ドックや、がん検診を
はじめとする各種検診の領収
書又は結果通知表

パワーハラスメント対策



職場で生じるパワーハラスメント（以下、「パワーハラ」といいます）は、受ける者、周囲の者、行った者自身、そして会社全体と広範囲にわたって深刻な影響を及ぼすことがあります。今回は、職場のパワーハラ対策について説明します。

一 パワーハラとは

対策を講じる前に、まずはどのようなものがパワーハラに該当するのかを見ていきます。厚生労働省で「パワーハラの定義」「行動類型」として触れられているものをご案内します。

(一) 定義

① 職場のパワーハラ
同じ職場で働く者に対して、職務上の地位や人間関係などの職場内での優位性を背景に、業

務の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与える又は職場環境を悪化させる行為をいいます。

② 職場内での優位性

パワーハラは、上司から部下へのいじめ・嫌がらせに使われる場合が多いですが、先輩・後輩間や同僚間等で行われるものもあります。

「職場内での優位性」には、「職務上の地位」に限らず、人間関係や専門知識、経験などの様々な優位性が含まれます。

③ 業務の適正な範囲

業務上の必要な指示や注意・指導を不満に感じたりする場合でも、業務上の適正な範囲で行われている場合には、パワーハラにはあたらないとされています。

例えば、上司は自らの職位・職能に応じて権限を発揮し、業務上の指揮監督や教育指導を行い、上司としての役割を遂行することが求められます。職場のパワーハラ対策は、そのような上司の適正な指導を妨げるものとならないようにします。各職場で、何が業務の適正な範囲で、何がそうでないのか、その範囲

を話し合っていきましょう。

(二) 行動類型

行動類型は六つに分類されています。

① 身体的な攻撃

叩く、殴る、蹴るなどの暴行・傷害が該当します。

② 精神的な攻撃

脅迫・名誉棄損・侮辱・ひどい暴言などが該当します。

例 同僚の目の前での叱責、必要以上に長時間にわたり繰り返し執拗に叱る。

③ 人間関係からの切り離し

隔離・仲間外し・無視等が該当します。

例 一人だけ別室に席を移す、強制的に自宅待機を命じる、送別会に出席させない。

④ 過大な要求

業務上明らかに不要なことや遂行不可能なことの強制、仕事の妨害等が該当します。

例 仕事のやり方も分からない新人に、大量の仕事を押しつけて他の者は先に帰る。

⑤ 過小な要求

業務上の合理性がなく、能力や経験とかけ離れた程度の低い仕事を命じる、仕事を与えない

等が該当します。

例 運転手として雇用されたにもかかわらず、営業所の草むしりのみをさせる。

⑥ 個の侵害

私的なことに過度に立ち入る行為が該当します。

例 交際相手のことを執拗に問う。家族の悪口を言う。

二 予防・解決・再発防止

(一) 予防

① 予防の取り組み例を掲げます。
まず組織のトップが、パワーハラは職場からなくすべきであることを明確に示します。

◎メッセージの例

・「当社は、パワーハラ行為は断じて許さず、すべての従業員が互いに尊重し合える、安全で快適な職場環境づくりに取り組んでいきます」

・「管理職を始めとする全従業員は、研修などにより、パワーハラに関する知識や対応能力を向上させ、そのような行為を発生させない、許さない企業風土づくりを心掛けてください」

② ルールを決める
就業規則に関係規定を設ける、労使協定を締結する、予防・解決についての方針やガイドラインを作成するといったことを実施します。

◎就業規則の記載例

○条 職務上の地位や人間関係などの職場内の優位性を背景にした、業務の適正な範囲を超える言動により、他の従業員に精神的・身体的な苦痛を与えたり、就業環境を害するようなことをしてはならない。
※禁止する規定と併せ、パワハラを行った者に対する懲戒規定も整備。

③ 実態を把握する
従業員アンケート等により実態を把握します。実施の際は、対象者が偏ることがないように留意します。また、より正確な実態把握や回収率向上のために、匿名での実施が効果的です。
アンケート以外では、安全管理者や産業医へヒアリング、評価面接など個人面談の際に自己申告項目に入れるなど、複数の方法で行うことも有効です。

④ 教育する

パワハラに関する研修を、可能な限り対象者全員に受講させ、定期的な、繰り返し実施すると、より予防効果があります。

研修は、管理監督者向けと一般従業員向けに分けて実施する方法、区分けせずに実施する方法があります。

⑤ 周知する

組織の方針や取組、相談窓口などについて周知・啓発を実施します。研修時に伝えることのほか、ポスター、回覧なども交えながら、防止対策の取組意義などを従業員にしっかりと伝え、理解してもらうことを継続的に実施していきます。

(二) 解決

解決策の例として、企業内に、外に相談窓口を設置する、職場の対応責任者を決めるといったものがあります。以下は、相談対応の流れの例です。

① 相談窓口（一次対応）

従業員が相談しやすい相談窓口を設置し、できるだけ初期の段階で気軽に相談できるしくみを作りましょう。

② 事実関係の確認

相談者の了解を得た上で、行

為者や第三者に事実確認を行います。

行為者に対して事実確認を行う際には、中立的な立場で行為者の話を聴き、相談者の認識に誤解があった場合にも、報復などは厳禁であることを伝えます。相談者、行為者、第三者の意見が一致するとは限りません。それぞれの主張を合理的に判断する情報と考えるようにします。

③ とるべき措置の検討

パワハラ定義や行為類型と照らし合わせて、次の要素を踏まえて検討を行います。

- ・相談者の被害の状況
- ・相談者、行為者、第三者への事実確認の結果
- ・相談者及び行為者のそれぞれの行動や発言に問題があったと考えられる点
- ・就業規則の規定内容
- ・裁判例

特に重大・深刻な場合、相談者が懲戒処分等を希望している場合は、相談内容によっては被害が大きいケース、判断に迷うケース等）、手遅れにならないうちに解決方法を弁護士などの専門家に相談しましょう。

④ 相談者・行為者へのフォロー

1 相談者・行為者の双方に対して、会社として取り組んだこと（事実関係についての調査、対応の内容とその考え方）を説明し、理解を得るようにします。

また、行為者の行動や発言にどのような問題があったかを伝えて同様の問題が起らないように継続的なフォローを行います。

⑤ 再発防止策の検討

パワハラ問題が発生した後も同様の問題が発生することを防ぐため重要なことは、取組を継続し、従業員の理解を深め再発防止につなげることです。

継続していくために、「年一回」など見直す時期を決めておき、取組内容を見直しましょう。

◇ 予防・解決・再発防止

「一」予防・解決・再発防止で触れた内容は、厚生労働省が開設するサイト「あかるい職場応援団」において、各種文書例、研修資料、アンケートマニュアルなどが掲載されていますので、ご活用ください。

冬季オリンピック・パラリンピック

今年の2月、韓国の平昌(ピョンチャン)で冬季オリンピックが、さらに3月には冬季パラリンピックが開催されます。

1896年、古代オリンピックを基として近代オリンピックが始まりました。それから28年後の1924年に、第1回冬季大会がフランスのシャモニー・モンブランで開催されたのです。

夏季大会が始まってからのこの28年の間に、どのような動きがあり、冬季大会が誕生したのでしょうか。

そもそもスキーやスケートは冬の間、雪と氷に閉ざされる地方で、交通・輸送の手段として考案された用具が、近代になってスポーツとして活用されたものでした。

スケートは運河が凍るオランダから欧米諸国に伝わり、フィギュア・スピード・アイスホッケーを生み出しました。一方スキーは、北欧で距離とジャンプのノルディッ

ク種目が、少し遅れてアルプスを抱える中欧各地で滑降のアルペン種目が生まれました。その後、室内人工スケートリンクが登場したことにより、季節を問わずスケート競技を行える環境ができ、夏季大会にフィギュアスケートやアイスホッケー競技が加わりました。

以降、「冬季大会」開催への流れが強くなり、シャモニー・モンブラン大会が開かれたのです。しかし、これはあくまでも「試験的に」行われた大会であり、開催時はオリンピック大会としては認められていませんでした。大会の大成功を受け、翌年のIOC総会においてシャモニー・モンブラン大会を第1回冬季大会と追認したそうです。

この時から93年が経ち、今年の平昌大会は第23回を数えます。

オリンピックは2月9日から2月25日までの17日間、パラリンピックは3月9日から3月18日までの10日間行われます。

皆既月食

この1月、日本全国で皆既月食が見られるそうです。平成27年4月以来、約2年10ヶ月ぶりのことです。

月は太陽光を反射して輝いています。月食とは、太陽-地球-月が一直線に並んで、月が地球の影に入ることによって暗くなり、まるで月が欠けてしまったかのように見える現象です。この際、月の一部分だけが影の中に入ると「部分月食」、すべてが影の中に入ると「皆既月食」となります。

皆既月食になると、月が影の中に完全に入り込むため、まったく見えなくなってしまうように思われますが、そうではありません。太陽光の中の赤い光が屈折し、影の中に入り込みます。このかすかな光が月面を照らすため、皆既中の月は赤黒く見えるのだそうです。

今回の皆既月食は、1月31日から2月1日にかけて見られます。各地でぜひ観察なさってみてください。

七草粥

せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ。

一月七日の朝、この「春の七草」を使ったお粥を頂き、お正月のご馳走で疲れた胃腸をいたわります。

そもそも中国の唐の時代、一月七日の「人日(じんじつ)の日」に七種の若草を入れた汁物を食べる風習が奈良時代に日本

へ伝わり、一年の初めに若菜から生命力を頂く「若菜摘み」や、七種の穀物で作る「七種粥」の風習と結びつきました。そして江戸時代に一月七日が五節句のひとつ「人日の節句」に定められると、人々の間に定着していたそうです。

七草粥で体調を整え、元気を一年を始めたものです。