

# 会計人の教養

2

2024



学校法人高橋学園

専門  
学校

東京CPA会計学院 熊本校

## 朝礼実習の進め方

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="display: flex; gap: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">進行</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">社長</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">挨拶長</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">教養長</div> </div> </div>                   | <p><b>進行役</b>：① 一歩前へ出る</p> <p>② 目線を全員に配る</p> <p>③ 15度の黙礼</p> <p>④ 「開始5秒前です。姿勢を正してください。」</p> <p>④ 元の位置に素早く戻る</p> <p style="text-align: center;">＝5秒後＝</p> <p>⑤ 15度の黙礼</p> <p>⑥ 「東京CPA会計学院、〇〇△△（フルネーム）、進行いたします。」</p> <p style="padding-left: 40px;">「〇月〇日〇曜日、ただいまより朝礼を始めます。」</p> <p style="padding-left: 40px;">「朝の挨拶、〇〇社長！」</p> <p>⑦ 元の位置に素早く戻る</p>                                                                                                                                                                                                                         |
| <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="display: flex; gap: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">進行</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">挨拶長</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">教養長</div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl; margin-top: 10px;">社長</div> </div> | <p><b>社長役</b>：① 素早く一歩前（輪の中央）に出る。</p> <p>② 目線を全員に配る</p> <p>③ 「みなさん！」</p> <p><b>全 員</b>： 「おはようございます（30度の礼）」</p> <p><b>社長役</b>：④ 「今日のスピーチ」</p> <p><b>全 員</b>：⑤ 15度の黙礼</p> <p><b>社長役</b>： 元の位置に素早く戻る</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="display: flex; gap: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">進行</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">社長</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl;">教養長</div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; writing-mode: vertical-rl; margin-top: 10px;">挨拶長</div> </div> | <p><b>進行役</b>：① 一歩前へ出る</p> <p>② 「挨拶実習、リーダー〇〇さん！」</p> <p><b>挨拶長</b>：① 「はい！」</p> <p>② 「挨拶実習を始めます。お願いします！（30度の礼）」</p> <p><b>全 員</b>：「お願いします！」</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;"> <p><b>挨拶長</b>：① 「おはようございます！」</p> <p>② 「おねがいします！」</p> <p>③ 「ありがとうございました」</p> <p>④ 「失礼します」</p> <p>⑤ 「以上で挨拶実習を終わります！」</p> <p style="padding-left: 40px;">ありがとうございました（30度の礼）」</p> </div> <div style="font-size: 3em; margin-right: 10px;">}</div> <p>各3回繰り返す</p> </div> <p><b>全 員</b>：「ありがとうございました（30度の礼）」</p> <p><b>挨拶長</b>：元の位置に素早く戻る</p> |

|                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div data-bbox="103 201 263 436"><div>進行</div><div>社長</div><div>挨拶長</div><div>教養長</div></div>   | <p>進行役：①一歩前へ出る</p> <p>②「会計人の教養輪読、リーダー〇〇さん！」</p> <p>教養長：①「はい！」</p> <p>進行役：元の位置に素早く戻る</p> <p>教養長：「お願いします！」</p> <p>全 員：「お願いします！」</p> <p>教養長：① 全員の体制が整ったのを確認</p> <p>②「〇ページをお開き下さい」</p> <p>③「〇月〇日〇曜日、『テーマ』、『本文』」</p> <p>★段落ごとに教養長が「はい！」と区切る</p> <p>★順番に「はい！本文(途中段落)…」と続けて本文を読む</p> <p>★最後に教養長が「はい！ありがとうございました。本文(最終段落)…」</p> <p>④ 全員が落ち着いたことを確認</p> <p>⑤「今日の心がけを斉唱いたしましょう」</p> <p>「今日の心がけ！」</p> <p>全 員：「〇〇〇をしましょう！」</p> <p>教養長：「ありがとうございました (30度の礼)」</p> <p>全 員：「ありがとうございました (30度の礼)」</p> <p>教養長：元の位置に素早く戻る</p> |
| <div data-bbox="103 1115 311 1220"><div>進行</div><div>社長</div><div>挨拶長</div><div>教養長</div></div> | <p>進行役：①一歩前へ出る</p> <p>②「以上で朝礼を終わります。」</p> <p>「ありがとうございました (30度の礼)」</p> <p>全 員：「ありがとうございました (30度の礼)」</p> <p>進行役：「解散します！解散！」</p> <p>全 員：「はい！」</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

# 会計人の教養

## 2

ひとりひとりが経営者

|    |    |       |       |    |         |    |       |      |         |     |    |    |         |        |
|----|----|-------|-------|----|---------|----|-------|------|---------|-----|----|----|---------|--------|
| 17 | 16 | 15    | 14    | 13 | 12      | 10 | 9     | 8    | 7       | 6   | 5  | 3  | 2       | 1      |
| 土  | 金  | 木     | 水     | 火  | 月       | 土  | 金     | 木    | 水       | 火   | 月  | 土  | 金       | 木      |
| お金 | 必然 | 思考と神様 | 恋する乙女 | 幸せ | 国を滅ぼした猫 | 悩み | 音楽と勉強 | 将来の夢 | 理想の自分とは | 推し活 | 感謝 | 節分 | 近道なんてない | 最高のクラス |

|    |    |    |    |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|----|----|----|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 15 | 14 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|----|----|----|----|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

29 28 27 26 24 23 22 21 20 19

木 水 火 月 土 金 木 水 火 月

自分の未来  
小さな習慣  
こなすだけの日々  
もし寿命が見えたら  
笑う門には福来る  
私の性格  
猫の日  
本を読め！  
食糧問題  
当たり前

25 24 23 22 21 20 19 18 17 16

# 2024 FEBRUARY

令和六年 如月[きさらぎ]

第10巻2号(通算100号)

今月の表紙: 赤鬼と青鬼(写真AC)

今月の目標

※ここに、今月の目標を記入しましょう。

みなさんは、高校生の時のことをどのくらい覚えていますか。私は今でもあの時の思い出が蘇ってきます。

3年間クラスメイトも担任の先生も変わることがなく、男女関係なくとても仲が良かった。楽しいクラスでした。とある先生からは、「このクラスは動物園みたいだ」と言われるくらい、いつもにぎやかで、そんなクラスが大好きでした。

体育祭も文化祭も修学旅行も楽しい思い出ばかりです。あのクラスだったからこそ困難も乗り越えることができ、充実した高校生活を送ることができたと思います。

卒業式当日は、泣きそうになりながらも最後の時間をめいっぱい楽しみました。みんなでたくさん写真を撮ったり、卒業アルバムにメッセージを書きあったり、全部が宝物です。

ぜひ、みなさんも勉強の合間などに昔の思い出を振り返ってみてはいかがでしょうか。気分転換にもなつて、より勉強が捗るかもしれませんよ。

今日の心がけ◆思い出を振り返りましょう。

CPAに入学して約10か月が経ち、ようやく自分のスタイルが確立されてきたように感じます。

入学当初、CPAの授業に懸念を抱いていました。それは、全てにおいて手書きをするからです。もつと効率的にできるのではないか。そう思っていました。特に、B商店が一番嫌で手にマメができ、腱鞘炎になりそうでした。

しかし、そう思っていた私も次第にCPAの勉強に対する懸念がなくなっていきました。そう感じるようになったのは、入学して2か月頃のことです。入学時よりも問題がスラスラ解けるようになっており、手書きすることで、処理方法や考え方がすんなり入っていたからです。

手書きすることは時間がかかるし、効率が悪い勉強方法だと思っていたのですが、それは間違いでした。

これからも、CPAの勉強スタイルを貫き、頑張っていけます。

今日の心がけ◆地道に頑張しましょう。

## 節分

節分とは、鬼を追ひ払って新年を迎える立春の前日の行事です。旧暦の立春が新年であつたため、その前の日に邪気を払う目的で始まつたのが由来とされており、現在の大晦日のような日であつたと言われています。

年の変わり目に邪気を払い、一年の無病息災を願う行事として豆まきや恵方巻を食べる風習が今でも残っています。

私の家族は節分の日を大切にしています。毎年、節分の日には家族皆でお参りに行き、一年の無病息災を願います。その後に、恵方巻を同じ方向を向いて黙食するというルーティンを行っています。

私は家族が多く、なかなか家族全員が揃うことがないので、節分の日には私にとつてとても幸せな行事です。

みなさんも、家族や友人と節分の日イベントを楽しんでみてはいかがでしょうか。

今日の心がけ◆鬼は外、福は内。

みなさんは、親に感謝できていますか。私は最近、親に改めて感謝しないといけないと思うことができました。

私は鹿児島県出身で、去年の4月から熊本での一人暮らしを始めました。一人暮らしだと、家事をすべて自分でしないといけません。一人暮らしといっても、私は寮に住んでいるため、朝食と夕食が出て、自分で用意するのは、昼食だけです。

高校の時は、毎朝母がお弁当を作ってくれました。今思うと、毎朝早く起きてお弁当を作ってくれていた母に対して、尊敬と感謝の気持ちでいっぱいです。

また、食事面だけでなく、洗濯や家の掃除なども母に頼ってばかりでした。部活でほぼ毎日洗濯物を出していたため、夏場は10枚以上の練習着やゲームシャツを洗濯し、次の日までに乾かすところまでやってくれました。ほとんど毎日のようにこれらが続けていた母はすごいと思います。

今、勉強できているのは母の助けがあつたからです。これからも、母への感謝の気持ちを忘れず勉強に励んでいきます。

今日の心がけ◆親に感謝の気持ちを持ちましょう。

みなさんにとってのリラックス方法は何でしょうか。

人それぞれリラックスできる方法は違うと思います。私にとってのリラックス方法は、「推し活」です。

勉強に疲れた時などに、推しを見て、「また頑張ろう」と思うことができます。また、数か月前からライブ当日を楽しみに、日々の生活を頑張ることができます。

そこで、推し活について調べてみました。すると、20代では、70%の人が推し活をしているというデータがありました。好きな物や人を応援することにより、自分自身もリラックスすることができると、推しの存在はすごいと思います。

みなさんも、何か夢中になるものを探してみてはいかがでしょうか。好きなことや夢中になれることがあると、気持ちが豊かに前向きになれますよ。

今日の心がけ◆夢中になれるものを見つけましょう。

みなさんは、「理想の自分の姿は？」と聞かれたら何を思い浮かべますか。多くの方は、将来の姿を思い浮かべたのではないのでしょうか。

私の理想は、猫を飼い、広い家で一人のんびり暮らすことです。そのようになるには、様々な問題があります。

まず、稼ぐために必要なスキルを磨くことです。これを身につけるためには、計画を立てなければなりません。それは、一日一日の小さな計画だけではなく、理想の自分になるための中長期的な計画です。計画を立てることで、今の自分が見えてくると思います。

次に、その計画をもとにこれから何を学ばなければならないのか考えるということですね。私は会計や税務のスキルを活かし、税理士として活躍したいと考えています。みなさんも、理想の自分になるために、計画を立ててみませんか。

今日の心がけ◆人生計画を立てましょう！

## 将来の夢

みなさんは、将来の夢はありますか。

私の夢は、朝からコーヒー片手にヒールをコツコツ鳴らしながら、バリバリ働くキャリアウーマンになることです。

その理由は、先生方の実務経験の話を聞いてかつこいいと思ったからです。また、お金をたくさん稼いで、自己投資や親孝行をするためです。さらに、自分で稼いだお金でたくさん海外旅行に行きたいです。

そのためには、スキルを身に付ける必要があります。簿記のスキルのみでなく、パソコンやコミュニケーションなどのスキルも必要だと思うので、在学中にたくさん学び、様々な経験を積んで社会に出ていきたいです。

みなさんも、自分の想像する未来が現実になるように、日々の勉強を頑張っていきましょう。つらい時もありますが、輝くワクワクする未来のことを考えることで、これからの試験も乗り越えていきましょう。

今日の心がけ◆未来にワクワクしましょう。

みなさんは、勉強するときのこだわりはありますか。放課後の自習時間を見渡すと、特に音楽を聴いている人が多いように思います。

集中力を高めるには、周囲の環境を整える、チョコを食べるなど様々ありますが、音楽においては、「音楽を聴くと集中できる」「音楽は邪魔になる」と、二極化した意見が散見されます。実際、どちらが良いのでしょうか。

脳科学の専門家によると、言語情報を伴う騒音は、文章の読み取りと理解度を低下させると提唱しています。つまり、歌詞のある音楽は、インプットの学習上において適していないが、外部のノイズを遮断するには適しているということです。

一方で、自分の好みの音楽には癒し効果があり、抑うつや不安の感情を減らすことが分かっていることから、ストレス低減やモチベーション向上に繋がることも考えられます。

放課後に音楽を聞くとときには、学習内容や自分のメンタルに沿った、それぞれの目的にあう音楽を選んで勉強の効率アップに役立てましょう。

今日の心がけ◆内側にも目を向けましょう。

私は、頭がよくない。もつと努力しないといけない。このことを自分でもよく理解しているつもりです。しかし、学校にいても集中して学習を行うことができず、帰宅後も友達と電話をしてしまうなど、心では理解していても行動できずに悩んでいました。

ある日、「なぜCPAに入学したのか」。改めて考えてみました。「安定した収入のある会社に就職したい」。「簿記の知識を活かして働きたい」。そのために、CPAに入学したことをすっかり忘れていました。

「なぜ勉強をしているのか」このことを考えた日から、自然と学びたいと思うようになりました。そして、とても楽しくなり、やりがいを感じました。

CPAの学生は、毎日朝から夜まで勉強を頑張っています。ただ、息抜きとして趣味を楽しむなど、リラックスする時間も大事です。

みなさんも、勉強がづらい、楽しくないと思ったときには、「なぜCPAに入学したのか」一度原点に戻って考えることをおすすめします。

今日の心がけ◆息詰まったときには原点に戻りましょう。

## 国を滅ぼした猫

あの愛らしい猫という動物、実は国を滅ぼしたことがあるほどの破壊力を持っているのです。

古代エジプトでは、女王と一緒に壁面に描かれたり、町の中に無数の猫の墓が作られていたり大切にされていました。また、エジプト人が崇める神である「太陽神ラー」の化身であり、愛と豊穡を司る猫顔の女神「バステト」を崇めるなど、次第に人命よりも大切にすべき存在になっていきました。

また、エジプトの領域内で猫を傷付けてしまった古代ローマ人が死刑になったという事例もあるようで、当時の文書によれば、猫を傷付けたローマ人をエジプト人は決して許さず、戦争すらも辞さない構えだったそうです。

そんな中、古代エジプト人の猫好きを知ったペルシャ帝国は、エジプトを侵攻する際、猫を盾にして侵攻したそうです。猫を傷付けられないエジプト人は、なす術なく降伏したのだとか。

猫のおかげで戦争には負けるけれど、猫のためなら戦争も辞さない。なんとも男気溢れる猫への愛に共感せざるを得ません。私たちも戦いにならない程度に猫を崇拝しましょう。

今日の心がけ◆猫を崇拝しましょう。

みなさんは、幸せと聞くとどのようなことを思い浮かべますか。おいしい料理を食べている時、財布の中に大金がある時、友達と遊んでいる時、勉強している時、一人ひとり思い浮かぶ幸せは違うと思います。

ザ・ブルーハーツの「情熱の薔薇」という曲の中に、「なるべく小さな幸せとなるべく小さな不幸せ、なるべくいっぱい集めよう」という歌詞があります。

私は、普段体験することのできない幸せを「大きな幸せ」、いつも体験しているちよつとした幸せを「小さな幸せ」と考えています。

大きな幸せは何度も体験するわけではないので、幸せだと強く感じる事ができると思います。しかし、小さな幸せは、日常生活の中で何度も体験しているちよつとした幸せなので、だんだん幸せという感情が薄れていき、その幸せがいつしか当たり前だと感じてくるかもしれません。

みなさんも、日常生活に隠れているたくさんの小さな幸せを見つけてみてはいかがでしょうか。

今日の心がけ◆小さな幸せをいっぱい集めましょう！

みなさん、カラオケは好きですか。私は検定後に友人と行くカラオケが好きです。最初は楽しく歌っていても、途中からみんな電卓を出して自己採点をする。少し異様な光景ですが、これもCPA生活での素敵な思い出です。

ところで、私の18番はテレサ・テンさんの「時の流れに身をまかせ」です。そのようにいうと、同世代の友人は大抵ポカーンとします。私は昭和の歌姫が好きなのです。

家族でカラオケに行った際、母が歌う昭和歌謡曲に心奪われ、私もこの曲が歌えるようになりたいと思い、その日から毎日聞くようになりました。

昭和歌謡曲の一番の魅力は、ずばり、ストレートな歌詞だと思います。特にラブソングの大好きな人に対するまつすぐな思い。恋する乙女にはすごく沁みます。

みなさんも、昭和歌謡曲を聞いてみてはいかがでしょうか。きっと、お気に入りの曲を見つけられますよ。そして、いつか好きな人の前で、まつすぐな恋の歌、歌えますように。

今日の心がけ◆昔の曲に触れましょう。

「お風呂でトイレをすると、お風呂の神様が怒るよ」。これは、私が保育園生の時によく両親から言われた言葉です。今思えば、子供に対する躾のための嘘であつたのですが、当時の私は両親のこの言葉に対して疑問がありました。

それは、お風呂の神様がどうやってお風呂とトイレを見分けているかということです。目視で見分けているのだろうか。それとも、神様特有の不思議な力で選別できるのだろうか。

私一人ならいざしらず、世界中の人々のお風呂を監視しているとすると、その労力の膨大さは、毎年世界中の子供たちにプレゼントを提供するサンタクロースに匹敵するほどのことです。

幼いころの私はこの問題に一週間悩み、一つの結論を出しました。それは、「お風呂の排水溝はすべて神様の部屋につながっており、天井いっぱいに取り付けられている排水溝からお湯の性質によって別々の排水溝から出てくる」というものでした。

何事にも疑問を持ち、なんでなんでと親に答えをせがんでいた幼少時代。今の私に足りないものは、そういう知的好奇心なのかもしれません。

今日の心がけ◆考えることを大切にしましょう。

「すべて必然」これは、母が大切にしている言葉です。この世の全てが必然であり無意味な出来事は存在せず、全ての出来事に意味があるということです。

私たちは日々の生活の中で様々な出来事に遭遇します。私は最近バスにバックを忘れたり、定期を落としたりと、不運な出来事が続き気落ちしていました。

「なぜ連続でこんなことが起きたんだろう」。自問自答しました。「寝不足が続いていたな」。「自己管理ができていなかったな」。考えられる要因はたくさんありました。

この出来事でこれまでの反省点を見つけるだけでなく、これからの自分を変えるためのメッセージだと受け止めることにしました。

トラブルやハプニングが起きたときには、そこから学び、今後に生かすことで自分の成長に繋げていきたいと思っています。

今日の心がけ◆何事も成長できるチャンスと捉えましょう。

みなさんは、お金を拾ったことはありますか。私は拾って交番に届けたことがあります。

ところで、先月長野県のごみ処理施設である「クリーンセンター八乙女」の職員が、粗大ごみから出てきた現金9万円を警察に届け出ず、5万2000円を職場の懇親会の飲食代に使っていたというニュースがありました。

これまでも、ごみに紛れ込んでいた小銭を職場でプールし、ジュースなどの購入に充てることが常態化していたようです。

同センターの所長は記者会見で、「5万2000円を飲食代に消費し、かつ警察に虚偽の報告をしたことは許されない」と謝罪し、拾得物の対応マニュアルを作成したことを明らかにしました

本人に悪気はなくても、社会にはきちんとしたルールがあります。みなさんも、お金を拾ったら交番に届けましょう。

今日の心がけ◆**社会のルールは守りましょう。**

私は毎年お盆とお正月に祖父母に会いに行きます。ただ、この時以外はほとんど連絡することがありません。

数週間前、祖父から突然電話がかかってきました。普段電話が来ることなどないため驚きました。話を聞くと、「祖母が倒れて入院した」というものでした。

幸いにも酷い状態ではなかったため、1か月程入院したら元気になり、退院することができました。

私にとって祖父母が元気であることは当たり前で、普段から連絡を取らなくてもお盆やお正月に会えばいいと思っていました。しかし、当たり前だと思っていたことは当たり前ではなかったのです。このことを通して、当たり前のことがとても大切であることに改めて気づかされました。

みなさんも、当たり前前に感謝しましょう。

今日の心がけ◆日々の当たり前前に感謝しましょう。

みなさんは、日々の食事を残さず食べているでしょうか。

昨今、全世界共通の社会問題として「食糧問題」が挙げられています。それは、世界では約10人に1人、約8億もの人々が飢餓に苦しんでいるためです。

これを解決するためには、持続可能な農業の推進、食糧生産の安定化、地域経済の活性化、貧困層の生活水準を向上させることが必要です。しかし、私たち個人が取り組む課題としては、どれも大きすぎる問題です。

そこで、身近に解決できる食糧問題があります。それは、食品ロスです。現在、世界で生産された食品の40%にあたる、約25億トンもの食糧が1年間で廃棄されています。食糧ロスの削減は他の食糧問題の解決策とは異なり、私たちでも日頃から取り組むことができる活動です。

みなさんも、食糧問題の現状について知り、私たちにできることを考えてみましょう。

今日の心がけ◆食糧問題について考えましょう。

「本を読め！」大人は言います。「なぜ？」疑問を抱きながらも本を広げる高校生の私。幼少期の私は、読書を利用してモチようと励み、男の優劣は読んでいる本の厚さで決まると本気で信じていました。そのため、読書に対して価値を見出せず、高校生になる頃にも、読書の目的、意味を理解できていませんでした。

そんな中、CPAに入学し、とても同じ学生だとは思えない同級生や先輩方。そして、同じ人間とは思えない程に差を感じる先生方と出会うことができました。

同級生、先輩方、先生方にあつて私にないものを考えた際に、読解力、語彙力、思考力、他にも様々な課題が見つかりました。この課題は読書を通して解決することができると考えた瞬間、私は読書の目的、意味が理解できました。

物事には目的があり、意味があります。自分の行動には目的をもって、意味のある毎日を過ごしていきたいと思います！

今日の心がけ◆目的、意味を考えましょう。

2月22日は「猫の日」です。

一昨年の2022年2月22日は、数字の2が6回も重なることからスーパー猫の日と呼ばれていました。次に、スーパー猫の日が来るのは198年後です。

私は実家で1匹の犬と3匹の猫を飼っています。先日そのうちの1匹の猫が体調を崩してしまい、病院に行くと猫免疫不全と診断されたと聞き、大変驚きました。心配でビデオ通話をして確認した時は、点滴をしていると聞いていたので、元気ないのかなと思って電話をかけたのですが、思っていたよりもすぐ元気な姿を見れたので安心しました。

実家には姉弟も。ペットも居てにぎやかだったのですが、現在は1人暮らしのため、とても寂しく入学当初はよく電話をしていました。実家を出て1人暮らしを始めたからこそ、今までの日常が幸せだったと気づくことができました。

みなさんも、今ある当たり前の幸せに感謝しましょう！

今日の心がけ◆小さな幸せに気づきましょう！

みなさんは、自分がどんな性格なのか気になったことはありませんか。私はあります。そこで、私は最近流行りのMBTI診断をやってみました。

この診断は、韓国の人気アイドルグループが自身の診断結果をYouTubeにアップしたことが話題となり、私たちZ世代にも広まったようです。

約90種類の質問に回答することで、16の性格タイプに分かれます。この診断により、外向型か内向型か、感覚的か直観的か、思考的か感情的か、判断的か知覚的かこれらの要素をそれぞれ組み合わせることで、自身の性格や他人との相性を知ることが出来ます。

私の性格はINFJでした。私と相性いいタイプはESTJで、相性の悪いタイプはESTPです。

これは相性診断にも使えますが、就職活動の自己分析にも使えると思います。やったことのない方は、ぜひやってみてください。また、友達や先生、好きな人と診断してみても面白いかもしれませんね。

今日の心がけ◆自分の性格を知りましょう。

## 笑う門には福来る

久しぶりに小学校の友人と会い、お腹の底から笑ったあの日。今までのストレスが一気に無くなり、元気になったのを覚えています。

みなさんも、お腹の底から笑ったことで、心と体が元気になった経験があるのではないのでしょうか。笑う行為が心や体に良いということは、医学的に実証されており、最近では病気の予防や治療においても注目を浴びています。

人間の体には、がん細胞やウイルスなどを退治している、ナチュラルキラー細胞があります。笑うことでこの細胞を活性化することができ、免疫力を高める効果が期待されます。また、脳の働きが活性化したり、自律神経のバランスが整ったりするなど、「笑い」のプラス効果はたくさんあります。

「笑う門には福来る」ということわざのとおり、笑顔にはたくさんの幸せをもたらす力があります。

毎日健康でいるために、笑顔を忘れず過ごしていきましょう。

今日の心がけ◆たくさん笑いましょう！

## もし寿命が見えたら

「余命99日の僕が、死の見える君と出会った話」という本を読みました。

この本は、寿命が残り99日になると、その人の頭上に数字が見えるという力を持つ男子高校生が主人公です。ある日、自分の頭上と親友の頭上にその数字が見えてしまいます。そんな中、ある少女と出会ったことがきっかけで、考え方や人生が変わっていくというお話です。

私はこの本を読んで、もし今、自分の周りの人の寿命が見えてしまったらと想像しました。その時はまず、相手に感謝の気持ちをしつかり伝えたいと思いました。

そして、「僕は今まで、そのありふれた日常の1ページを大切に生きてこなかった」という一文を読んで、毎日学校で勉強できていることや友達と楽しく話すことができることが、当たり前ではないと気づきました。

みなさんも、感謝の気持ちを持ち、何気ない日常が当たり前ではないことを忘れないようにして過ごしていきましょう。

今日の心がけ◆今を大切にしましょう。

みなさん、毎日同じような日々を過ごしていませんか。何気なく生きてみると、消化試合のような日々を過ごしていることがあります。ただ毎日寝て起きて、一日一日をこなすだけの日々です。

ここ最近の私がまさにそうでした。知らないうちに昨日と今日が入れ替わっていても気づかないような、波のない生活をしていました。

検定試験が終わると、特にこのようになってしまうことがあると思います。日商1級や全経上級は年に2回のみ。まして税理士試験は年に1回です。これらの試験と試験の間の期間を無駄なく過ごすことは、難しいことです。

このままではもったいないと思ったので、毎日意味を持たせることにしました。例えば、今日は楽しみなテレビがあるとか、夜ご飯が好きなものとかそういう小さな意味です。大きな楽しみでなくても、見つけるだけでいいのです。

自分にとってはいつも通りの日常でも、毎日、誰かが生まれて、誰かが亡くなっています。そう考えると、やっぱり人生楽しまないと損ですよね。

今日の心がけ◆前のめりに生きましょう。

私は毎朝行っていることがあります。それは、筋トレです。

私は中学校と高校の時に、朝早く起きて筋トレをすると決めても、そのたびに失敗してきました。

そんなときに、一冊の本に出会いました。それは、高校の部活動の先生に紹介していた「小さな習慣」という本です。この本の中に出てくる小さな習慣とは、毎日これだけはと決めて必ず実行するちよつとした行動です。

私はこれを参考にしながら、1日1回以上腕立て伏せをすることを目標に掲げました。すると、今まで失敗してきた朝から筋トレをすることで、習慣化できるようになりました。少しずつ強度を上げていき、現在は朝からバーピーができるほど成長することができました。

みなさんも、大きな目標や夢を持つていなくても、バカバカしいほど小さな目標を立てて、一歩ずつ成長していきましょう。

今日の心がけ◆小さな目標を立てましょう！

## 自分の未来

最近、私はSMAPのアルバムをよく聴いています。その中でも特にお気に入りの曲が、「夜空ノムコウ」です。

この曲は、SMAPの楽曲の中でも有名なバラードの一つです。落ち着いた曲調も魅力ですが、歌詞にも心惹かれます。

「あのころの未来にぼくらは立っているのかなあ… 全てが思うほどうまくはいかないみたいだ」

CPAで学ぶ中で誰にでも当てはまることだと思います。学習だけではなく、就職活動も近づいてきて不安を抱えている人も少なくないでしょう。しかし、そんな時にこそ将来の自分の理想像を思い描いてみてはいかがでしょうか？例えそれが綺麗事だとしても、今ここで学んでいる私達ならその理想に近づくことができるはずです。

5年後、10年後の自分が「あのころ」の理想を形にできるよう、今この瞬間を大切に生きていきましょう。

今日の心がけ◆理想の自分を思い描いてみましょう。