



よつば総合法律事務所ニュースレター

2022年1月vol. 152

明けましておめでとうございます。
本年もよろしくお願ひいたします。

よつば総合法律事務所 一同

昨年もお世話になりました。本当にありがとうございました。感謝しています。
2022年もお初心を忘れず、1日1日丁寧な仕事、丁寧な人生を心がけていきたいと考えています。

代表 大澤一郎

新年明けましておめでとうございます。今年がどのような1年になるのか予想もつきませんが、臨機応変に、かつ、チャレンジ精神を持って、日々の業務に取り組んでいきたいと思ひます。地域の皆様の心強いサポーターになれるよう、尽力して参ります。

柏事務所所長 前田徹

明けましておめでとうございます。今年も365日8760時間、時間を大切にしたいと思ひます。法律問題の解決を通じてご相談いただいた方々の未来を幸せにできるよう、精一杯努めてまいりますので、本年も宜しくお願ひ申し上げます。

千葉事務所所長 今村公治

新年あけましておめでとうございます。本年も医療介護分野に特化し、質の高いリーガルサービスを提供できるよう努力していきたいと思ひます。宜しくお願ひいたします。

東京事務所所長 川崎翔

「会社をトラブルから守り抜く」を全力で実行してまいります。明るく楽しく元気よくいきますので今年もお付き合いよろしくお願ひいたします！

前原彩

旧年中はたくさんの方々に、大変お世話になりました。ご相談頂いた方のお役にたてるよう、今年度もこれまで以上に精進致しますので、よろしくお願ひ申し上げます。

小林義和

旧年中は大変お世話になりました。昨今価値観の変容を迫られているようにも思ひます。問題解決の方法も臨機応変に変容させていってもよいのかもしれない。問題の適切な解決に向けて引き続き努めてまいります。本年もよろしくお願ひいたします。

佐藤寿康

旧年中は大変お世話になりました。1件1件の案件に全力で取り組み、依頼者の皆様に満足いただける結果を実現します。本年もどうぞ、よろしくお願ひいたします。

栗津正博

新年あけましておめでとうございます。依然としてコロナが完全収束する目処がたっておりませんが、今年はお会いできる年になればと思ひます。本年もどうぞ宜しくお願ひ申し上げます。

加藤貴紀

あけましておめでとうございます。昨年度は大変お世話になりました。本年も毎日誠実に業務に取り組み、皆さまの良い一年に貢献させていただきたいと思ひますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

大友竜亮

あけましておめでとうございます。2022年もご依頼いただいた皆様のため全力を尽くします。本年もよろしくお願ひいたします。

根来真一郎

旧年中は大変お世話になりました。「クライアント・ファースト」で、今年も走り抜きたいと思ひます。当事務所と関わりのある皆さまのご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

村岡つばさ

あけましておめでとうございます。昨年は皆様へ大変お世話になりました。ありがとうございます。本年も、皆様への感謝の気持ちを忘れずに、精一杯業務に取り組んで参りたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

辻悠祐

昨年は、多くのお力添えをいただき誠にありがとうございました。本年もご依頼いただいた依頼者の皆さまのお役に立てるよう、精一杯勤めて参ります。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

松本達也

旧年中はひとかたならぬご厚情を賜り心よりお礼申し上げます。今年も皆様にお役に立てるよう一層励んでまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。

坂口香澄

【お問合せ】よつば総合法律事務所 ☎0120-916-746(フリーダイヤル) ✉info@yotsubasougou.com 🌐 https://yotsubalegal.com/

【柏事務所】〒277-0005 千葉県柏市柏1丁目5番10号 水戸屋香番館ビル4階(マツモトキヨシの向かい)

【千葉事務所】〒260-0015 千葉県千葉市中央区富士見1丁目14番地13号 千葉大栄ビル7階(野村証券のビル)

【東京事務所】〒100-0005 東京都千代田区丸の内2丁目2番1号 岸本ビルディング6階

受付時間:午前9時~午後6時 ※土曜・日曜・祝日 応相談 発行責任者大澤一郎(千葉県弁護士会所属登録番号29869)

【広告】本ニュースレターは当事務所と関わりのある方、当事務所の弁護士と名刺交換をさせていただいた方等に原則送付していますが日本弁護士連合会が定める「業務広告」に該当する可能性がありますので「広告」である旨の表記を本ニュースレター下部にしています。



成年年齢の引下げで変わること…変わらないこと。

成年になる年齢が20歳から18歳に引き下げられることはご存じの方も多いと思いますが、それがついに、今年の4月1日からだということはご存じでしょうか？今年、令和4年の4月1日時点で、18歳と19歳の人がこの日から一気に成年になります。ただ、ふと考えてみると、選挙権はもうずいぶん前から18歳以上から認められていますし、お酒やたばこは20歳からということは変わらないし、「成年」って何でしょうか？



柏事務所所属 弁護士
坂口 香澄

「成年」については民法に規定されています。民法4条には、「年齢二十歳をもって、成年とする。」とされていましたが、これが「年齢十八歳をもって、成年とする。」と改正されました。民法上は、成年ではない「未成年」者は、特別な保護をうけています。たとえば、未成年者は一人で契約をすることができません。私が大学に進学して一人暮らしを始めた頃には、アパートを借りるにも、クレジットカードを作るにも、携帯を契約するにも、親に登場してきてもらう必要がありました。なかなか不便なようにも思います(思っていました)が、これは、あとから契約を後悔したときに「やっぱりなしで！」となかったことにすることができる特権(保護)でもありました。大人の世界では、契約してしまったばかりに…という後悔は後に立たないのが基本ですから、この未成年者取消権はとても特別なものです。

今年の4月1日から、18歳以上の方も皆、成年として、大人と同じく一人で契約をすることができるようになります。自由ですが、裏返すと自己責任の世界です。知識や経験が乏しい新成人は、契約の内容をよく理解しないまま、安易に契約を結んでしまうということもありがちです。怪しい儲け話、投資話、無計画な消費者金融やキャッシングの利用、エステや脱毛などの美容にまつわる高額なサービスの購入などの消費者トラブルも若年層に多い傾向にあります。このニュースレターをご覧の方は私と同じように「とくに成年」の方がほとんどかと思いますが、ご家族やご親戚に成年を迎える方がいらっしゃれば、ぜひ、契約の世界で立ち立つことについて、それから困ったときにはすぐに相談することの大切さについて、話をしてみると良いと思います。

ちなみに、冒頭でも触れましたお酒やタバコは、以前と変わらず20歳からのままです。民法が変わったとしても、お酒やタバコが、未成熟な心身に与える悪影響は変わりませんものね。ただ、日本は、なごらく成年=20歳だったので、民法以外の法律も「成年」を基準にしているものが多く、民法の改正と一緒にそれらも改正されました。「未成年者飲酒禁止法」や「未成年者喫煙禁止法」は法律の名前からしてそうですが、「未成年だからダメ」と規定されていたのを、「二十歳未満ノ者ノ飲酒ノ禁止ニ関スル法律」「二十歳未満ノ者ノ喫煙ノ禁止ニ関スル法律」と名前を変え、内容も「二十歳未満の人はダメ」というものに改正されました。他にも、競馬法、自転車競技法、小型自動車競争法、モーターボート競走法などジャンルに関する法律も同様です。20歳がひとつの節目になるのは今後も同じですね。(文責:坂口香澄)

【お問合せ】よつば総合法律事務所 ☎0120-916-746(フリーダイヤル) ✉info@yotsubasougou.com 🌐 <https://yotsubalegal.com/>

【柏事務所】〒277-0005 千葉県柏市柏1丁目5番10号 水戸屋春香館ビル4階(マツモトキヨシの向かい)

【千葉事務所】〒260-0015 千葉県千葉市中央区富士見1丁目14番地13号 千葉大栄ビル7階(野村証券のビル)

【東京事務所】〒100-0005 東京都千代田区丸の内2丁目2番1号 岸本ビルディング6階

受付時間:午前9時~午後6時 ※土曜・日曜・祝日 応相談 発行責任者大澤一郎(千葉県弁護士会所属登録番号29869)

【広告】本ニュースレターは当事務所と関わりのある方、当事務所の弁護士と名刺交換をさせていただいた方等に原則送付していますが日本弁護士連合会が定める「業務広告」に該当する可能性がありますので「広告」である旨の表記を本ニュースレター下部にしています。



健康改善 & ダイエット記録 vol.3

弁護士 村岡 つばさ 編



おススメコンビニダイエットご飯

皆さま、「コンビニダイエット」なる言葉をご存じでしょうか。

その名の通り、コンビニにある商品を食べることでダイエットすることです。

毎年定期的に健康診断を受けているのですが、想像以上に体重が増加しており(2年間で10キロ太っていました。笑)、今年の8月からダイエットに着手しました。

これまで様々なダイエット(ビリーズブートキャンプ、フィットネスバイク、ランニング、リングフィットアドベンチャー等々)を試しましたが、今回は、コンビニダイエット+フィットボクシング(ニンテンドースイッチのソフトです)を行いました。

その結果…3か月で5キロの減量に成功しました！ただ、気を抜いたからか、また増量傾向にあるので、気を引き締めたいと思います。

前置きが長くなりましたが、表題の通り、おススメコンビニダイエットご飯ベスト3をここで発表します！(事務所近くにセブンイレブンしかないのも、全てセブンイレブンの商品です)。

なお、これらは、「Katsu@コンビニダイエット研究」という方がツイッターで紹介していた商品です。この方のおススメの商品には外れがないので、おススメです！

<第3位 一膳ごはん 鶏と生姜香る炊き込み もち麦>

小さ目のサイズのお弁当です。驚きの287キロカロリーです。

これにサラダ+スープでちょうど良いです。味も美味しいです。

最近見かけなくなったので、季節限定のメニューかもしれません。



<第2位 たんぱく質が摂れる鶏鍋 豚骨醤油味>

美味しいです。

かなりボリュームもありますが、これも269キロカロリーです。おにぎりを足しても500キロカロリー以内です。この3か月で何回食べたか分からないくらい食べてます。



<第1位 たんぱく質が摂れるグリルチキン弁当 玄米入>

味、ボリューム、カロリー申し分なしです。個人的にはダントツ1位です。

このボリュームで460キロカロリーです。似たメニューで「ガーリックチキン弁当」が出始めましたが、個人的にはこちらのトマト味の方が好きでした。



※画像はセブンイレブン様の公式 HP から引用いたしました。

(文責:村岡つばさ)

【お問合せ】よつば総合法律事務所 ☎0120-916-746(フリーダイヤル) ✉info@yotsubasougou.com 🌐 https://yotsubalegal.com/

【柏事務所】〒277-0005 千葉県柏市柏1丁目5番10号 水戸屋香番館ビル4階(マツモトキヨシの向かい)

【千葉事務所】〒260-0015 千葉県千葉市中央区富士見1丁目14番地13号 千葉大栄ビル7階(野村証券のビル)

【東京事務所】〒100-0005 東京都千代田区丸の内2丁目2番1号 岸本ビルディング6階

受付時間:午前9時~午後6時 ※土曜・日曜・祝日 応相談 発行責任者大澤一郎(千葉県弁護士会所属登録番号29869)

【広告】本ニュースレターは当事務所と関わりのある方、当事務所の弁護士と名刺交換をさせていただいた方等に原則送付していますが日本弁護士連合会が定める「業務広告」に該当する可能性がありますので「広告」である旨の表記を本ニュースレター下部にしています。



代表弁護士大澤一郎の

「ワインが苦手な人のための ワインの選び方」

～第53回 スパークリングワインの発酵～



小学2年生の子供と一緒に探求学舎という「塾」のオンライン講座「人体医療編」を見ていたところ、ワインの発酵についての説明がありました。

「発酵」と「腐敗」というのは化学的には同じ現象で、人間に有用な作用は「発酵」、有害な作用は「腐敗」といいます。

ということで、今回はスパークリングワインの発酵などについてです。

■スパークリングワインには大きく分けて2種類ある。

スパークリングワインは、発酵させて炭酸を発生させる形式とワインに炭酸ガスを最後に注入する形式があります。とても高いスパークリングワインは瓶の中で発酵させる形式のものが多いそうです。

■ワインに炭酸ガスを入れるのであれば家でもできる！

ということで、白ワインにソーダを入れて飲んでみました！

スパークリングワインのような感じになりました。飲むにあたってのこつは以下の通りです。

- 🚩 1 炭酸を入れすぎない！
炭酸を入れすぎると味が薄くなります。
- 🚩 2 レモン・ライムなどを追加で入れるとおいしい
レモン・ライムなどの柑橘系の果物を少し入れると味が引き締まります
- 🚩 3 前の日に飲み切れなかった白ワインでも美味しい！
前日に飲み切れなかった白ワインでも美味しかったです。
- 🚩 4 (多分)赤ワインでも美味しい！
多分、赤ワインとソーダでも美味しいと思います。
- 🚩 5 スパークリングワインにソーダは経験なし
炭酸に炭酸になりますのでどうなるかは飲んでみないとわかりません。



■スパークリングワインの発酵とはかなり話題がずれてしまいましたが、ワイン(お酒)は「楽しく飲めればそれでいい！！」ということに尽きると思います。2022年も健康・平和で健やかな1年になってほしいものです。

(文責 大澤一郎)

【お問合せ】よつば総合法律事務所 ☎0120-916-746(フリーダイヤル) ✉info@yotsubasougou.com 🌐 <https://yotsubalegal.com/>

【柏事務所】〒277-0005 千葉県柏市柏1丁目5番10号 水戸屋春番館ビル4階(マツモトキヨシの向かい)

【千葉事務所】〒260-0015 千葉県千葉市中央区富士見1丁目14番地13号 千葉大栄ビル7階(野村証券のビル)

【東京事務所】〒100-0005 東京都千代田区丸の内2丁目2番1号 岸本ビルディング6階

受付時間:午前9時～午後6時 ※土曜・日曜・祝日 応相談 発行責任者大澤一郎(千葉県弁護士会所属登録番号29869)

【広告】本ニュースレターは当事務所と関わりのある方、当事務所の弁護士と名刺交換をさせていただいた方等に原則送付していますが日本弁護士連合会が定める「業務広告」に該当する可能性がありますので「広告」である旨の表記を本ニュースレター下部にしています。