

トータル保険だより

2014年9月号



(有)トータル保険がみなさんにお届けするニュースレターです。

《発行元》

有限会社トータル保険

平成26年9月1日 第221号

〒997-0853 鶴岡市小淀川色田69-28

TEL:0235-25-1315 FAX:0235-25-1064

URL: <http://total-hoken.net/>

我が家の

再スタート

私達家族に、いつも通りの朝はやってこなかった。

「お父さんが倒れた！千尋、起きて！！」母の叫ぶ声で、私は目覚めた。一瞬、頭が真っ白になった。母が何を言っているのかわからなかった。我に返りかけつけると、そこには苦しむ父の姿があった。

二〇一二年一月十五日、早朝。この日のことは、一生忘れないだろう。凍りつくような寒さ。必死に呼びかける母の声。救急車に運び込まれる父。一人、家に取り残された私。ただ、私の耳には、けたたましい救急車のサイレンの音だけがいつまでも鳴り響いていた。遅れて叔父と病院にかけた私は、家族と共に医師の説明を聞いた。「くも膜下出血」それが父の病名だった。私は、父が大変な病気で倒れてしまったことを自覚した。父が手の届かないところに行ってしまった気がして、涙が止まらなかった。この現実をなかなか受け入れられなかった。しかし、私は決意した。「父は今、必死に病気を闘っている。だから、私も父を信じて、一緒に戦おう」と。

父は一カ月近く、生死の境をさまよった。検査をすることすら危険な状態だった。私は毎日病院に通った

が、病院のにおい、不安をかき立てる測定機械の音、父の体につながれた何本もの管……。すべてが嫌だった。でも、ふと意識の戻った父が、「千尋、陸上、がんばってるか？」と言ってくれたことが、私の折れそうな心を支えてくれた。

二月十三日、十時間にも及ぶ手術が行われた。私には祈ることしかできなかったが、父は必ず乗り越えてくれると信じていた。手術が無事終わった時は、いつきに体中の力が抜けていくようだった。ひさびさに家族に笑顔が戻った。

父が退院してから、母は何か書類を書いていた。尋ねると、それは生命保険の書類だった。父も母もまさかの時に備えて、入っていたらしい。母は、「これでお父さんが、安心して休めるね。生命保険に入ってたよ。よかったなあ」と、言っていた。

父が倒れ、今、生きてくれているからこそ学べたことがたくさんある。私達家族の意識も変わり、お互いを思いやるようになった。我が家は再スタートを切ったのだ。

明日何が起こるかなんて、誰にもわからない。だからこそ、今日一日を一生懸命生きたいと思う。父も、「また働けるようになりたい」と願い、

復帰に向けて準備中だ。生命保険は、そんな父を、そして私達家族を、陰で支えてくれている。



離れていても

埼玉県 K夫妻

六月二十五日私たちの地域をゲリラ豪雨が襲いました。学校のグラウンドや駅近くの高架下の道路が冠水し、全く通行することも出来ませんでした。私たち夫婦の家では幸いこれといった被害には遭いませんでした。実家のマンションの地下立体駐車場に停めてあった自家用車が水没してしまいました。実家の両親から報告があったのが、一週間後でした。加入していた保険代理店さんからのアドバイスが不十分で同じ仕事をしている「佐々木君に連絡して相談してくれ」と遠くにいる彼に相談しました。離れていても我々にとっても分かり易くアドバイスをしてもらい、実家のフォローをさせて貰いました。勿論、私たち夫婦はトータル保険さんにお任せです。

体調管理が難しい時期を乗り越えよう
 冷え性は寒い時期の代表的な症状ですが、夏場では服装や食事が「冷え」に対して無防備になりがちで、低めの温度のエアコンや冷たい飲み物、食べ物などにより、体温の低下や血行不良を起こす人が多く見られます。

9月に入り、体には夏の疲れが溜まっているうえ、昼夜の気温変化も激しくなります。季節の変わり目には、しっかりとした体調管理をしないと「冷え」による思いがけない体調不良につながります。

「冷え」と「自律神経の乱れ」に注意
 エアコンを長時間使用していると、自律神経系の交感神経が働き、体温を体の中から逃がさないように血管が収縮します。このため血流は悪化して、冷

え性を起こすのです。また、自律神経の乱れは、他にも基礎代謝や新陳代謝を低下させてしまいます。冷えから身を守るためには、体を温め、血行を改善することが大切です。

生活の心得

- ・首、手、足から冷えるので、その部分の保温をしっかりとしましょう。
- ・エアコンの使用は暑い日だけにして、設定温度も高めにしましょう。
- ・（外気との温度差は5度以内）。
- ・ウォーキングやストレッチなど軽い運動を心がけましょう。
- ・38〜40度位のぬるめの湯でゆつくりと半身浴をして、体の芯から温めましょう。
- ・十分な睡眠をとりましょう。



◆営業時間

朝9時から夜7時まで

◆お手伝いできること

- ・家計の見直し（生命保険・火災・自動車保険全般）
- ・住宅ローンアドバイス、ライフプラン作成、遺言アドバイス
- ・相続アドバイス（生命保険の活用含む）

◆主な資格

ファイナンシャルプランナー（AFP）
 認定保険代理士
 相続診断士



サラリーマン川柳

日本全国三〇、四九〇句の中から選ばれた優秀100句。第26回サラ川を彩る傑作の数々をご紹介します。今回は5作をご紹介します。

- ① わが女房 タッチすれども 作動せず
- ② 妻外出 ルンバと俺が 踊りだす
- ③ 同窓会 顔より先に 頭見る
- ④ 子の次と 思っていたのに 犬の次
- ⑤ 独身の 残りものには 癖がある



えふぴーカフェ:暮らしに役立つミニ情報



—最近よく聞く「重粒子線治療」とはどのようなものですか?—

Answer

×リット「切らずに治す」……体にやさしいがん治療です。

ポイント⇒「切らない」から、体への負担がかからず、副作用も少ないがんは死因のトップであり、国民病と言われるまでになっています。昔は2人に1人ががんになると言われていましたが、今は3人に2人ががんになる時代にきています。こうした時代の要請で、なるべく負担の軽いがん治療が求められています。

体外からの部位照射治療する重粒子線治療は、「切らない」治療とも言え、メスによる痛みや体への負担が少ないのも特徴です。外科の場合、傷をつけたり、形が変わったり、機能が損なわれる恐れがあり限界があるのも現実です。重粒子線は患部に打ち込んでやると、がんにだけ集中してダメージを与えることができるので、体への負担は軽くて済みます。

- ◆痛みを伴わない ◆高齢者にも適用できる
- ◆早期なら根治可能 ◆社会復帰までの期間が短い
- ◆X線では治療困難な、深部がんにも適用できる

(ファイナンシャルプランナー・相続診断士 大川 淳)