

トータル保険だより

2014年11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11月1日 第223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/>

ヒロロの散髪

いただきます

六十三歳のAさんは、二つ年上の妻M子さんと夫婦二人で、理髪店を切り盛りしています。Aさんは、二歳の時に患った病気の後遺症で、左足に障害があり、今でも杖が必要で、す。そんなAさんは、理容師の専門学校を卒業後、五年間の寮生活で理容店に修行に入りました。きつちり技術を仕込まれる反面、ものにならなければ早く辞めた方が本人のため、という厳しい環境でした。一日中の立ち仕事は体にこたえました。足に障害のあるAさんにとっては、なおさらです。先輩・後輩の上下関係に悩むこともありました。そんな時、中学の恩師を尋ね、つらいこと、苦しいこと、思いの丈を聞いてもらいました。先生はAさんの話をじっくり聞き、励まし、力付けてくれました。Aさんはそれだけで心が助かり、また頑張ろうという気持ちになりました。

してだんだん地域の高齢化が進んできた最近…。良い時、そうでない時の波はあります。でも、自分のことを、常にかばいながら支えてくれる奥さんと二人一緒だから、ここまですべてやることが出来たのだと思うのです。

Aさんは今、障害を持った人たちの施設を訪問してボランティアをしています。入所している人たちの散髪をするのです。休みの日に夫婦で通うようになり、かれこれもう二十年以上になります。

伸びた髪の毛をカットして、セットして、さっぱり綺麗になってもらうと、皆さん表情がぱっと明るくなります。笑顔になります。

Aさん自身、これまでどかしの思いや、つらい経験も重ねてきましたから、体の不自由な人たちの気持ち、はよくわかります。そんな自分が、人のために何か役に立てることをと、思った時に、自分の持っている理容師の技術を生かすことを思い立ったのです。人に喜んでほしい、そのことで自分自身がうれしくなる。

「よく人のため、人のためと言うけれども、結局は全部自分に返ってくるんですよ。六十歳も過ぎて、サラリーマンで言えばもうとつくに定年ですけど…」と

言いながら、それでもみんなの笑顔が見たくて、奥さんと二人、

今日もお客さんを迎えます。



お世話になってます

鶴岡市「佐藤工匠」

佐藤 勉様

以前事故にあった時、連絡をしたところすぐに駆けつけてくれて、事故後の対応もしっかりとしていただき安心しておまかせできました。最近ではインターネットで保険に入る方もいるかもしれませんが、何かあった時にいつでも気軽に相談でき身近にいる代理店さんにお任せするのが一番だと思います。

佐藤さんは鶴岡市内で工務店をされており、お客様の自宅に損害が出た場合も迅速に対応してくれます。(私の自宅も大変お世話になりました) 担当 進藤



これからの時期、「冷え」で悩む方が多いのではないのでしょうか？体温が1度上がると、免疫力は約6倍とも言われています。自己免疫力を上げて、風邪をひきにくい、健康な体づくりを！

食べ物で冷え性対策

どんなに体を外から温めても、体の中が冷たくては効果がありません。体を温める食品をとって、食べ物から得るエネルギーで体を温めましょう。簡単な見分け方は、色が濃い食品や、寒い地方の人が好む食品です。ただし、肉や加工食品は食べ過ぎると、脂質や塩分を摂りすぎるので注意しましょう。

【オススメ食品】

しょうが、ねぎ、にんにく、根菜類（こんにゃく、ごぼう、人参、山芋など）、豚肉、鶏肉、ハム、卵、ソーセージ、

貝類、赤身の魚、など

運動で冷え性対策

冷え性の人の体は、血液を流す力が弱く、血行不良になっています。血液を送り出すポンプは「心臓」と第二の心臓といわれる「足の筋肉」です。体の血液は、心臓より出て、足の筋肉により上半身に送り返されますので、この2つのポンプが弱ると、血行不良となってしまうます。また、体を温め熱を発生させるのは筋肉で、運動をすることが筋肉を増やし、また、衰えさせません。つまり体を温めるためには運動が効果的なのです。

【オススメの運動】

ウォーキング・腹筋運動
スクワット

※体調が悪い時の運動は控えましょう



◆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
住宅ローンアドバイザー



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 ああなるまい 50 超えたら そうなった
- ② 「俺も行く」 言ったら止めた 妻の旅
- ③ オスプレイ 何の競技と 孫に聞く
- ④ 宅急便 箱はメロンで 中は芋
- ⑤ 我メイド 息子ワイルド 妻ワイド



えふぴーカフェ:暮らしとお金のミニ情報

◆火災保険で洪水や噴火による被害はカバーできる？

今年は、台風や集中豪雨に加えて火山噴火など、自然災害が多い年です。我が家は安全と思わず、この機会に改めて自然災害に対して、火災保険でどのような補償がうけられるのか、確認しておきましょう。

特に今年多かった自然災害の例を挙げます。

1. 台風の暴風雨で屋根が壊れて水浸しになった
2. ゲリラ豪雨で床上浸水した
3. マンションの上階から水濡れした
4. 土砂崩れで自宅が崩壊した



火災保険は、保険会社によって補償範囲が異なりますが、主に、火災（落雷・破裂・爆発）、自然災害（台風・ひょう・水災）、日常災害（物体の落下・衝突・水濡れ・盗難）などが対象となります。1から4はすべて火災保険でカバーされます。ただし、古くからある火災保険では水災の補償は付帯していないものもあります。また、火災保険が補償するのは建物だけなので、家財の補償を受けるには別途家財保険に加入しましょう。

また、噴火による被害は火災保険では補償されません。火山の噴火に備えるには地震保険に入る必要があります。

（ファイナンシャルプランナー・相続診断士・住宅ローンアドバイザー：大川 淳）