

# トータル保険だより

## 2015年10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27年10月1日 第234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/>

### 楽(ん)い

私は四十代の主婦です。だけど二十歳になる娘に、こう言われます。「お母さんって女性というより女子よね」。それを聞いた私が、「ありがとう！」と喜ぶと、娘はあきれた顔をして「あの、全然ホメてないんだけど。子どもっぽいってこと」と、上から目線です。私は子どものころからずっと、周囲の友達にも、「あなたは変わってるね」と、言われてきました。そう言われても、どこがどう変わってるのか分かりませんが、私がしゃべったら、ゲラゲラ笑う人がいます。何がそんなにおかしいのかなと思いつつも、こちらもつられて、笑ってしまいます。人の笑った顔を見るのは好きで、私も笑うことで元気が出ます。友達からよく、「あなたはいつも元気そうね」と言われる私が、すぐ落ち込むようなことはありません。「あ、つらい...」。ションボリと過ごす日々でした。出掛ける用事があったので、その前の日、「さあ、何を着ていこうか」と、鏡の前に立ちました。目が死んでいる人みたいでした。その顔を見てガツカリし、美容室に行くことにしました。その日はいつもとは違う美容師さんに当たりました。私は全然しゃべる気分じ

やなかったんですが、鏡に映る美容師さんの顔をチラッと見て、「おしとやかな綺麗な人ね」と思いました。それが...。彼女が一言二言しゃべったら、イメージとは全然違い、男っぽく、サバサバして、そのギャップに思わず、クスッと笑いました。美容師さんは、私が何も言わないのに、こう言いました。「クヨクヨしてる時間とか、もったいないですよね!」。そして、彼女の日常生活や趣味の話になり、そのうち、付き合っている彼氏の話まで出てきました。美容師さんは「頼ることはしたくないし、頼られるのもいや!これって可哀想ですよね」と明るく言うのにつられて「可哀想って、彼氏さんのこと?」と聞きました。「そうですね。私、甘えたり甘えられたりとかしたくないんです。お客さんはどっちのタイプですか?甘えたい方?甘えられたい方?」と、さらさらと言うので、モジモジしていたら「フツ。真面目に答えなくていいんですよ、こういうのは適当でいいんです、適当で」。気付けば私は、おなかを抱えて笑ってしまいました。「そんなにおかしいかな?笑って頂いてありがとうございます」と美容師さんは言いました。私は「お礼を言うのはこちらの方です。あく楽しんで。鏡に映る、私の死んでいたような目が、少し輝いて見えました。笑うことって、すごいかも...」。

### 『大川さん、頼む!』

本間 健司さま

『とりあえず今のままでいいかな...』私の口癖です。家族が増えても、車を変えても。そんな中大川さんからの確なアドバイスをいただき、その都度保険を見直してきました。大川さんの方が私の人生をよく考えている。そう思う瞬間もあります。これからも私と家族の幸せの為に、末永くお付き合い下さい。

「本間さんは中学校でバドミントン部の顧問をされています。私がコーチを始めた時からの付き合いなので、もう6年になります。本音を言い合える仲であり、一生お守りさせていただきます。大川優平 きたい方のお1人です。」



毎日のウォーキングを楽しむ

ウォーキングをされている方の悩みでよく耳にするのが「同じコースばかりで飽きる」「1時間は歩きたいのに退屈してしまう」といった、単調な動きにまつわるもの。これが原因でウォーキングをやめてしまう方も少なくありません。ウォーキングでもっとも大切なのは、継続すること。1時間半のウォーキングを週3回行うよりも、30分でも毎日歩く方が高い効果が望めます。さらにそれを長期間行うことが重要で、そこで、ウォーキングを長く続けるために、「ラジオを聴きながら歩く」「ながらウォーキング」を試してみたいかがでしょうか。歩いているときの退屈しのぎなら音楽を聴けばよい、と思う方も多いでしょう。でも毎日同じ音

楽を聴き続けていたらやっぱ飽きてしまいます。その点、ラジオはその日によって流れてくる音楽が違い、そのジャンルもさまざま。だからずっと聴いていても飽きがこないのです。もともウォーキングには脳を活性化させる効果があります。適度に体を動かすことで血流量が上がり、エネルギー源となる酸素やブドウ糖が脳に多く運ばれるためです。それに加え、ラジオからの音楽、おしゃべりを聴いて脳を働かせることで、その効果を高めることができます。「ながらウォーキング」でひとつだけ注意していただきたいのは、街中などを歩くときは、ポリウムを少し下げ、周囲の音も聞こえるように安全に気をくばりましょう。



◆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
- ・ねんきん定期便活用方法
- ・住宅ローン、遺産分割、相続アドバイス

◆主な資格

- ファイナンシャルプランナー（AFP）
- 損害保険トータルプランナー
- 相続診断士
- 住宅ローンアドバイザー
- 公的保険アドバイザー



サラリーマン川柳

日本全国三三、六〇五句の中から選ばれた優秀100句。第27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 今でしょう？ いやいや、準備が いるでしょう
- ② 出迎いの 犬の瞳に 愛をみる
- ③ 新人に 任せた仕事は 倍返し
- ④ 頼んだよ 頼んだ事も 忘れてた
- ⑤ 飲み会で 見せるパワーで 仕事して



えふぴーカフェ:暮らしとお金のミニ情報



法定相続人の確認

◆あなたの死後、財産を遺したいのは、血縁者である？

あなたが財産を遺したい人には遺せないかもしれません！

自分が死んだ後、家族やパートナー、大切な人はどうなるのだろうか…そんな心配をする人が多いようです。あなたは、誰に財産を遺したいと考えていますか。誰が相続人になるかはすべて法律で決まっており、生前により関係だったかどうかなどは、相続には一切影響しません。ご夫婦の場合は妻が相続人となります。法定相続人は、戸籍上の関係性で決まります。まず、遺してあげたいと思う相手とあなたの関係性をしっかり確認することが重要です。その人は法定相続人に当てはまりますか？



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・公的保険アドバイザー  
大川 淳