

トータル保険だより

2016年6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28年6月1日 第242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/>

泣き虫

小学生の息子は、幼い頃からとても泣き虫でした。初対面の人の前では怖がって、すぐ私の後ろに隠れてしまふし、公園に遊びに行っても、遊具を他の子にすぐ譲って自分はガマンします。転んでちよつと擦りむいただけでも泣いてしまいます。保育園に通いだしてから、泣き虫は治りませんでした。すぐに泣いてしまふから、女の子みたいだからかわれました。

小学校に入った息子は相変わらずよく泣いて帰って来ました。理由を聞くと毎回たわいもない出来事に思えました。夫と息子のことを話すこともよくありましたが、いじめられていた訳ではないので、もう少し様子を見ようという結論になりました。

そんな中、運動会がやって来しました。息子は笑顔で楽しそうに応援しています。クラスの友達とも馴染んでいるようで内心ホッとしました。お昼を挟んで徒競走が始まり、息子は第一コーナーを曲がった辺りで一番先頭になりました。一生懸命走っている姿を見れるのはとてもうれしかったし、初めてであろう一番も頼もしく思えました。そのまま一番で走り切ってくれることを願っ

ていきましたが、なんと、最後のコーナーで息子は転んでしまいました。いつものように、その場で泣き出してなかなか起き上がらない息子を横目に、後ろを走っていた子どもたちが全員抜かして行きました。私は悔しさと、もどかしさと、何とも言えない気持ちで息子の名前を叫び、「頑張れ!」と大声で言っていました。先生もゴール前で息子の名前を呼んでいました。その時でした。クラスの中心的存在で、いつも息子のことをからかっている子が、息子の元に駆け寄って、「最後まで頑張れ!」と言ってくれたのです。息子はその子の言葉にどうにか立ち上がり、ゴールに向かいだしました。その子は声をかけながら息子の横を併走してくれました。息子がゴールした時、会場から拍手が起りました。その子も息子も少し照れくさそうな顔をしていました。私はそんな息子を見て泣いてしまいました。隣にいた夫も気のせいか少し涙目になっていたようでした。息子は息子なりのスピードで少しずつ強くなってきたことを感じ、親もあせらずゆっくり見守って行こうと思いました。そして、そんな息子を助けてくれる仲間が周りにいてくれることに感謝しています。

運動会の日の夜、

私は息子に言いました。

『最後まで良く

頑張ったね♡』



子供が生まれて

庄内町 河村さま

先月、我が家に長女が誕生しました。初めての子供でうれしくて何とも言えない気持ちです。

結婚する前までは保険のことについてじっくり考えたことなど全くありませんでしたが、結婚して妻が妊娠した時に、「これから自分が一家の大黒柱として家族を支えていかなければならぬんだ」と思うようになり、保険の見直しをさせていただきました。これからよろしくお願ひします。



★世代別口の中のトラブル（青年期以降）

■青年期（19～39歳） 不規則な生活や食生活も乱れがち。働き盛りの時期を迎えストレスも増えることでしょう。ケアを怠ると歯肉炎、歯周病になりやすくなります。

■壮年期（40～64歳） ホルモンのバランスが乱れ、からだの変化が起こる時期でもあります。唾液の分泌が減り、口の中の細菌が増えて歯周炎が進行し、歯を失うリスクが高くなります。

■老年期（65歳以上） 歯の喪失がみられます。唾液の分泌が低下。食べ物を噛む、飲み込むことが困難になってきます。

★口の中はどんなケアが必要？

1、歯を清潔に 歯磨き、デンタルフロス、歯間ブラシで食べかすや汚れを取



り除くことで歯垢をつけないようにしましょう。食後30分以内の歯磨きがお勧めです。

2、舌を清潔に 舌は食べかすが残りやすく、細菌も付着しやすいのでそのままにしておくと、口臭の原因、誤嚥性肺炎につながります。専用の舌ブラシやマウスウォッシュなどを活用してこまめに手入れしましょう。

3、唾液の分泌を 唾液には様々な成分が含まれ、消化作用、粘膜の修復、抗菌作用、再石灰化など口の中の健康を保つ重要な役割を持っています。

4、定期的にプロのケアを 毎日、歯磨きをしていても歯垢は少しずつ付着します。歯石になると歯磨きでは、取り除くことができないため、歯医者さんでチェックしてもらいましょう。



◆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

日本全国四〇、一三八句の中から選ばれた優秀100句。第28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 ありのまま 結婚してから 見せるのよ
- ② ありのまま メイク落とせば どのママ?
- ③ 『まかせたぞ』 できない上司の 逃げ言葉
- ④ 里帰り 孫が来るたび 諭吉去り
- ⑤ 方法は 山ほど知ってる ダイエット



えふぴーカフェ:暮らしとお金のミニ情報



◆80歳のとき、どんな自分でいたい？

「私の一生」をイメージする旅に出よう

「目的」を明確にする、とっておきの方法とは、あなた自身の「ライフプラン（人生の設計図）」をつくることです。老後まで見据えて、自分がどんな人生を送りたいのかをシミュレーションしてみます。ここで、みなさんに質問です。

「80歳のとき、あなたはどんな自分でいたいですか？」いつもニコニコしているおばあちゃんやおじいちゃんになりたいと思いませんか？となると、老後のお金をしっかり貯める必要がありますね。土台がしっかりしていないと、目の前のことに追われ、ニコニコはできないですね。

私がこういう質問をしたのは人生の後半まで見据えると、結局、自分はどういう人生を送りたいのかがイメージしやすくなると思います。そこから、自分が取り組むべきことが具体的に見えてくる。これが

「ライフプランを考える」ということ。ライフプランをつくるときには、「30代の自分」「40代の自分」「50代の自分」と、それぞれの年代についても想像してみてください。

ファイナンシャルプランナー 大川 淳

