

# トータル保険だより

## 2017年12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29年12月1日 第260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/>

## トータル保険だより

K子さんは、二人の息子さんが独立して家を出て、現在はご主人と二人暮らしです。

ある日、K子さんは風邪を引いて体調が悪かったのですが、一生懸命命事を作ってご主人の帰りを待っていました。夕飯が済んで、後片付けも何とか終わらせて、「お父さん、今日はちよつと体調が悪いから、早く休ませてもらうわね」。「ああ、無理するなよ」とご主人から一言ありました。

明くる朝、K子さんはまだ体調が悪かったのですが、側に寝ているご主人は、起きる気配が全然ありませんでした。K子さんにしてみれば、体調の悪い自分を気づかなくて、「少し早く起きて朝食の準備でもしてくれたらいいのに」と、不満な気持ちがありました。しかし、熱も少し下がって何とか動けそうだったので、仕方なく起きだしました。

ご主人は、いつも通りに起きてきて、黙っていつも通りに黙々と朝食を食べました。出勤前に、「無理するなよ」と一言いつて出かけていきました。まあ、それでもK子さんは、朝食の後片付けや、洗濯物を干してから、ちよつと休ませてもらうおうと思つて寝室に行きました。そうした

ら何と、布団が畳んであるではありませんか。今までしたことがないご主人が、布団を畳んでおいたのです。その時に限って。

K子さんは、「今から寝ようと思つていたのに余計なことをして」と、腹立たしい思いで布団に横になりました。お昼頃まで休ませてもらつたら、具合もだいぶよくなり、ご主人に対するいら立ちも薄れて、心が落ち着いてきました。考えてみれば、口数も少なく、気の利いた言葉も掛けられないお父さんが、私の体を気づかなくて、畳んだこともない布団を畳んでくれたんだなあ、思えるようになりました。そう言えば、この間、家の片づけをしていた時に、K子さんが後で分別しようと思つてまとめておいたゴミを、ご主人がごみ袋に詰めてしまいました。その時も「余計なことをして」と思つて、ご主人に「後で私が仕分けするからそのままにしておいて」と言つてしまいました。「わるかったな」とご主人から一言ありました。その事も、K子さんの家事に対するご主人の気づかいだったんだなと思ひました。K子さんは、ご主人と二人つぎりの生活になってから、今まで気づかなかつた、自分に対するご主人の気づかひに感謝することができました。お父さんが帰つたら『ありがとう』と言わせてもらうおうと思つたK子さんでした。



時節にあわせてくれる

富樫様ご夫妻

私たちの話(心の声)をよく聞いてくれて、その時々に合わせて提案をしてくれます。

もちろん保険の話なのですが、保険営業の方、独特の売り込まれるという感じがありませんので、安心して相談できます。

保険独特の難しい言葉ではなく、私たちにも解る言葉を使つて話してくれます。

保険が支払われることについても様々な事例でアドバイスしてくれます。

また、掛け金についても私たちの予算に合わせてくれるところがとても助かります。



その咳、大丈夫ですか？

★咳（せき）はなぜ起るの

気温が下がり風邪を引きやすい季節。マスク姿の方を見かけける機会も増えてきました。自分がしても他人がしても気にかかるのが咳。咳の種類と咳エチケットについてお伝えします。

咳は、口から肺につながる空気の通り道（気道といいます）に吸い込まれたほこり、侵入したウイルスなどの異物があるとき気道の外に排除しようとする防御反応で起こります。また、気道にたまった痰（たん）を外に出そうとする役割があります。痰は、気道の表面を覆う粘膜に付着したウイルスや細菌、ほこりなどの異物をからめ取ったものです。

★咳には大きく分けて3種類  
1、急性の咳（3週間未満）

風邪、急性気管支炎、インフルエンザ など

2、遅延性の咳（3週間以上）

胃食道逆流症、慢性気管支炎、咽頭アレルギー、アトピー咳嗽（がいそ） など

3、慢性の咳（8週間以上）

副鼻腔気管支症候群、咳喘息 など

★咳の予防5つのポイント

咳が出やすい場合、乾燥した空気やほこりなどにも喉が敏感になっていることがあります。

1、こまめにうがいをしてきましょう。

2、マスクをつけましょう。

3、こまめな掃除を。

4、室内は乾燥しがち。

適度な加湿を。

5、刺激物、たばこは控えましょう。



◆営業時間

朝9時から夜7時まで

◆お手伝いできること

- ・ マネーセミナー講師
- ・ 家計の見直し
- ・ ねんきん定期便活用方法
- ・ 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

日本全国三九、五五一句の中から選ばれた優秀100句。第29回サラ川を彩る傑作の数々をご紹介します。今回は5作を紹介します。

- ① プレミアム 商品券で 買うモヤシ
- ② 課長また アレアレ詐欺の ような指示
- ③ サラ川で 妻の仇打つ ダンナ達
- ④ みつをから 修造になる 父語録
- ⑤ 「し」を打つと 自動変換 「しめんやんこ」



ハッピーカフェ：暮らしとお金のミニ情報



シリーズ「老後資金を貯める方程式」-①-

老後資金を貯めるには方程式あります

「老後の準備をしたほうがいい」「老後資金の計画を立てなさい」と言われても、実際にどうすればいいのかわからない人も多いと思います。

実は、老後資金を貯めるのは方程式があるのです。

- ① 月の老後の生活費を見積もる
- ② 月の老後の定期的な収入を見積もる
- ③ ①から②を引き、月の赤字額を見積もる
- ④ ③の金額×12ヵ月×老後の年数で老後に不足するお金を見積もる
- ⑤ リフォームなどの老後の一時的なお金を見積もる
- ⑥ 退職金など一時金で受け取るお金を見積もる
- ⑦ ④の金額に⑤の金額を足し、⑥の金額を差し引く

これが老後の方程式です。

