

# トータル保険だより

## 2018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30年11月1日 第271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/>

### 見えない貧困



今日の日本は、レストランやスーパー、コンビニなどに、さまざまなおちそうや食品が並び、多くの人は「飢餓」とは無縁であるかのように暮らします。そして、年間1千万トンに及ぶ食品が、包装や賞味期限、保管上の都合などで、まだ食べられる状態であるにもかかわらず、「食品ロス」として廃棄されています。そうした「飽食の時代」の一方で、6人に1人の子どもが貧困状態に置かれるなど、「見えない貧困」が広がっています。何も食べられず、人知れず餓死したり、自殺してしまう人も年々増えていきます。2013年には大阪市内のマンションで、28歳の母親と3歳の子どもの遺体が発見されましたが、室内に食べ物は一切なく、電気やガスも止まっていた。誰にも助けを求めることができないまま、餓死したものと思われる。貧困は、人間関係の貧困でもあるのです。こうした中、「食のセーフティネット」を地域社会に創出する試みが各地で始まっています。例えば、生活の苦しい家庭の子どもたちに、無料、あるいは低価格で手作りの食事を提供する「子ども食

堂」があります。食事だけでなく、一緒に遊び、勉強も出来るような、地域の子どものための「居場所」づくりを目指した活動も多くあります。また近年、フードバンクと呼ばれる事業者が、企業から提供された「食品ロス」の缶詰や米、冷凍パン、調味料などを、福祉施設や子ども食堂、生活に困窮する家庭に届ける活動を展開しています。昨年、知人が勤める福祉団体に1通のメールが入りました。1歳と3歳の子どもを抱える30代の女性からで、夫は失職中。「今日は長男の誕生日なのに、ケーキを買いどころか、何も食べさせる物がない。もう明日に希望が持たない。夫が帰宅する前に子どもたちと心中しようと思う」という内容でした。知人はすぐに、フードバンクの米や食品を持って彼女を訪ねました。すると彼女は、夫の病気や借金問題など、苦しさを訴え続けましたが、最後には「もう大丈夫です。話を聞いてくれるだけでうれしいのに、食べ物まで届けてくれて、本当にありがたかった。夫と二人で頑張つて子どもを育てていきます」と話してくれたそうです。地域全体で子どもを見守り、苦しい生活に追い込まれている親たちをサポートできるような「支え合いのまち」「助けて」と言える関係づくりが益々大切になってくるでしょう。

### まっちゃん

鶴岡市 阿部まま

トータル保険さんとは、自動車保険でお世話になって早数年になります。また、主宰している空手スポーツの遠征、レクリエーションでは、国内旅行保険でお世話になっています。

現在担当の加藤さんとは、ご息子が当方の門弟ということもあり、指導者と保護者としてのお付き合いでした。今年より、トータル保険に正式に入社され、以後、親身に保険に関する相談にのっていただき、非常に参考になります。そこで、いつも感じるのは、丁寧な営業スタイルです。自分も、かつては営業職でしたが、常に頭の中は「成約や成績になるか」ばかり考えていました。ですから「取れるものは今、取れ」と勢いを大切にしていました。今の時代には、勢いだけよりも、加藤さんのようなまごころを込めたスタイルこそ大切なのかと、しみじみ思う今日この頃です。

★古い細胞はどこへ行くの？

新陳代謝とは、日々繰り返し返されている古い細胞の入れ替わりをいい、これが生命活動につながっています。皮膚などは角質や垢となって剥がれ落ちます。また、胃腸など消化器系では、分解されて血液の中に溶けだし、再利用されないものは尿として排泄されます。骨や筋肉など様々な器官で細胞の生まれ変わりサイクルが違ってきます。

★新陳代謝が悪くなること？

- ・痩せにくくなる・血行が悪くなる
- ・便秘になりやすい・疲れやすい

★新陳代謝が悪くなる原因は？

- ・加齢・ストレス・不規則な食生活・生活習慣 など

★大事なことは

私たちのからだは、日々取り入れる食事

が支えているということ。忙しくていい食事を抜いてしまう、偏った食事をしてしまうこともあるでしょう。「朝は忙しいから」「昼は家にいるから」という理由で食事の簡素化が繰り返されることで、実はからだは、悲鳴をあげているかもしれません。

★今の食事が10年後を作る

『新陳代謝をアップさせる

元気生活のすすめ』

① いろいろな食材を組み

合わせた食生活を

② できるだけストレスをためない

③ 運動習慣で血液循環をよくする

④ 湯船につかってあったまろう

⑤ よく笑って、よく寝る！

これを完璧でなくていい、手抜きもOK、毎日繰り返す努力をしましょう。



◆営業時間

朝9時から夜7時まで

◆お手伝いできること

- ・お金のセミナー・ライフプラン診断・ねんきん定期便読み解き方・笑顔相続プラン

◆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

ライフプラン診断士



サラリーマン川柳

日本全国五五、〇六七句の中から選ばれた優秀100句。第30回サラ川を彩る傑作の数々をご紹介します。今回は5作を紹介いたします。

- ① 連休中 次の連休 調べてる
- ② 席がない 会社も家も 電車でも
- ③ 残業は するなこれだけ やっておけ
- ④ ジャンボくじ 抽選前夜の 家族会
- ⑤ 「ゴウ」とくりや 昔ひろみで 今ポケモン



はッピーカフェ:暮らしとお金のミニ情報



近頃多くなってきたように感じます。

揉めている原因は、ほとんどが遺産分割です。

人は遅かれ早かれ必ず“死”を迎えます。

みなさんにお尋ねしますが、相続の準備はしていますか？

こういう質問をしますとほとんどの方が「していない」とお答えになります。

相続というと、体が弱り、死を感じ始めてきたときに考え始めますからね。

したがって元気なうちは考えないのかもしれませんが。

現実はそのなかかもしれませんが、最近、相続の遺産分割で揉めていて弁護士

さんに間に入ってもらっているケースが

多くなっているようです。特に相続財産が現金よりも

不動産の場合は厄介です。何故か？

答えは分けにくい財産だからです。

現金でしたら分けやすいので揉めにくいのですが、

例えば長男がリビングとキッチン、二男が二階部分

なんてならないですよ。でも生前でしたらいくつかの解決方法があります。



相続診断士 大川 淳