

# is 通信



ソニー生命保険株式会社 山形支社 (Vol.66)  
 ライフプランナー 伊豆田 弘樹  
 〒990-0039 山形県山形市香澄町2-2-31 カーニープレイス山形6F  
 tel 023-615-0761 fax 023-615-0762 携帯 080-1834-7528  
 E-mail:hiroki@mcp\_izuta@sonylife.co.jp  
 URL:<https://cs.sonylife.co.jp/L8FUS0>

2017年2月号

SL16-4230-0103

2月の記念日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
	テレビ放送の日	麩の日	節分(雑節)	立春	プロ野球の日	フログの日	北方領土の日	ロカビリーの日	福の日	ヒトシゴの日	建国記念の日	ペシニンシゴの日	苗字制定記念日	バレンタインデー	春一番名付けの日	天気図記念日	日 天使のなつやまの	土 雨水	日 フロランスの日	月 歌舞伎の日	火 漱石の日	水 猫の日	木 富士山の日	日 クロスカントリーの	土 夕刊紙の日	日 脱出の日	月 新撰組の日	火 エッセイ記念日

## 近況報告

みなさま、いかがお過ごしでしょうか？

2月はバレンタインの季節ですね！この時期だけ発売される限定品など思わず目移りしてしましますが、プレゼントだけでなく自分のために買う人も増えているようです。チョコレートなども健康に有効な成分も多いと聞きますが、何事もほどほどに取り入れたいと思います。太るし…。

写真は今年度逐一報告させていただいた長女キョウカさん(12歳)のバレーボールの一コマ。1月22日の大会を持ちまして小学校での公式戦日程を全て終えました。2015年10月～2017年1月まで実に1年4ヶ月の長きに渡る最終学年シーズン、公式戦全戦績は33勝5敗。目標の「全国大会出場」は中学校に持ち越しとなったものの、もう一つの目標であった「地区無敗で卒業」は見事達成いたしました！立派な成績です！お疲れさまでしたm(\_)\_m。(左から2人目がキョウカさん。下の写真はカメラマンの二女ユウカさん。3月で3歳になります。)



## ご当地ネタ

### 「弘道館」茨城県水戸市

水戸藩第九代藩主徳川斉昭が、天保12年(1841)に開設した日本最大の藩校・弘道館。弘道館を舞台に発展した水戸学は、吉田松陰をはじめ幕末の志士にも影響を与え、明治維新の原動力になりました。敷地には約60種800本の梅が植えられており、借楽園とともに梅の名所となっています。



## 健康まめ知識

### 階段を見たら薬と思え

「階段を見たら薬と思え」とはある医者のことば。高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病の予防や改善には、食事と共に運動が大切。ジョギングやスポーツクラブなどいいですが、日常生活で運動量を増やす方が準備も要らず、直ぐにでも始められます。

階段を上る時は体を押し上げ、下る時は重力に抗してゆっくり体を下ろさなければなりません。それにはおしりの筋肉、太ももやふくらはぎの筋肉、股関節、足の関節など、下半身の筋肉や関節の多くを動かします。上りは軽いジョギングと同程度のトレーニング効果が期待できると言われます。

階段は日常生活に取り入れやすい優れたトレーニングマシンで、上り下りを日々繰り返すことで、筋力がアップして基礎代謝が向上します。階段を見て、ついエスカレーターやエレベーターに乗りたくなくても、無料のスポーツクラブ、あるいは薬と思えば頑張る気になれそうです。

※膝などに痛みのある方や運動制限のある方はかかりつけのお医者さんにご相談下さい。

## 生活

### ラッキーナンバー

縁起の良い数字と言えば、「8」や「7」を連想する方が多いのではないのでしょうか。日本と同じように、世界各国でも、それぞれ縁起が良いとされている数字(＝「ラッキーナンバー」)があるようです。今回はその一例をご紹介します。

アメリカ:「7」・・・日本でも「7」は「ラッキーセブン」といわれていますよね。理由としては、ユダヤ教やキリスト教では、この世界は7日間で作られたとされているためだそう。

イタリア:「13」・・・サッカーくじ(トトカルチョ)の1等が13(13試合すべてを的中させるということ)のためといわれています。

韓国:「3」・・・「1」は陽、「2」は陰を意味するため、その両方をそなえた「3」は完ぺきな数字であるとされている。

タイ:「9」・・・「9」はタイ語で「ガーウ」。「前進する」を意味する「ガーウ・ナー」と発音が似ているため。各国それぞれに、お国柄がみえて面白いものですね。みなさまも是非調べてみてはいかがでしょうか。

## 豊かに生きるために

### ひと言の重み

電車内での女子高生のおしゃべりが、約20億円を動かしたという話です。40数年前の年末、ある金融機関に就職が内定した女子高生に、その友だちが「〇〇(会社名)なんて危ないわよ」と強盗を想像して言いました。ところがこの会話を聞いた他の乗客が、「経営が危ない」と誤解し、それがあつという間に広がり、取り付け騒ぎに発展したのです。

その金融機関の経営は健全でしたが、噂は人から人へ伝言ゲームのように伝わり、ほんの数日のうちに尾ひれまでついて「潰れる」と広まってしまいました。その結果、当地の支店を中心に同社全体で約20億円の預金が流失したといわれます。

警察の捜査で、悪意のないデマ騒動と判明しましたが、当時は大きなニュースとなりました。この騒ぎが起こった1973年は、10月にオイルショックでトイレトペーパーがなくなるというデマ騒動も起こっています。近年はクチコミが購買意欲に影響するなど注目されていますが、売買双方にとって有意義なものであって欲しいですね。

## ★お客さま WEBサービスのご案内★

お客さまWEBサービスとは？

ご契約内容の確認・各種お手続き

健康・医療やマネーの情報提供

健康相談デスク (無料電話相談)

ご利用には会員登録が必要です。  
 ソニー生命の公式ホームページからご登録ください。

## ★★★ 新規会員登録キャンペーン実施中 ★★★

期間: 2016年10月1日～2017年3月31日

対象: ソニー生命のご契約者 ※法人契約・集団扱のご契約者は除く

### ◆選べるプレゼントキャンペーン◆

新規登録いただいた方の中から抽選で毎月10名さまにプレゼント!

所定の電化製品の中からご希望の商品をお選びいただけます。下記の商品以外もご用意しておりますので、キャンペーンについて詳しくはホームページをご覧ください。



カドー加湿器 HM-C610S



ダイソン ハンディクリーナー



シャープ ヘルシオホットクック

※当選者へは当社からご連絡いたします。ご希望の商品をひとつお選びください。※会員登録いただくと自動的に抽選の対象となります(会員登録の翌月が抽選の対象)。※抽選の対象となるのはお一人様1回限りとさせていただきます。※キャンペーンの内容・商品は予告なく変更する場合がございますので、ご了承ください。