

# is 通信



ソニー生命保険株式会社 山形支社 (VOL.75)  
 ライフプランナー 伊豆田 弘樹

2017年11月号

SL17-4230-0095

〒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/L8FUSO



11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	29	30	
	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	水	木	
	茶の日・十三夜	生命保険の日・紅	文化の日	ユネスコ憲章記念日	電報の日	アパート記念日	鍋の日・立冬	いい歯の日	119番の日	トイレの日	介護の日	洋服記念日	うるこの日	世界糖尿病デー	七五三	幼稚園記念日	将棋の日	土木の日	鉄道電化の日	世界テレビデー	小雪	いい夫婦の日	勤労感謝の日	オペラ記念日	ハイジジエムの日	いい風呂の日	念日	ノーベル賞制定記念日	税関記念日	いい肉の日	カメラの日

## 近況報告

今年も残すところ2ヶ月となりました。みなさまいかがお過ごしでしょうか？

この時期は紅葉が見ごろを迎えるところも多いのではないのでしょうか？寒暖の差が大きいとよりきれいに色づくとか。私は毎週3～4回は月山道路という山越えの道を走ります。見事な紅葉の期間は本当にアツという間です。すぐに真っ白な景色に変わっていくんだろうなあ。

さて、10/16～の週は個人的にサイアクでした…。月曜日に人生で初めて腰をやっちゃいまして、そこから3日間は何もできず。木曜日に復帰して、「さあ頑張るぞ！」という時に、今度はパソコンが故障してしまい仕事は何もできず…。

焼肉定食と焼きそばというフルコースで、厄払いしました(笑)。すっとほけた顔をしています、もちろん全部食べましたけど。このお店は、山形市にある知る人ぞ知る名店です。気になる方がいらっしゃったらいつでもお問い合わせくださいm(\_)\_m。



## 健康まめ知識

### 三国志を支えた野菜

秋物のかぶ(蕪)が旬を迎えています。柔らかいとされる春物に対し、秋物は甘みが強いのが特徴です。

「三国志」の天才軍師・諸葛孔明が、野菜不足で衰弱していく兵士を見かねて、土地を選ばず早く育ち栄養価が高い自生のかぶに目をつけたと言われます。栽培させながら進み、遠征を終えて帰国する際も持ち帰って各地で栽培させたのが人工栽培の始まりだとも伝えられています。

かぶは葉が緑黄色野菜、下の部分が淡色野菜で栄養成分が異なります。根と思われがち丸い部分は「胚軸」と呼ばれる茎にあたり、炭水化物やでんぷんの消化を助ける酵素が豊富で、胃もたれや胸やけの改善が期待できるそうです。

より優秀なのが葉の部分で、ビタミンC、βカロテン、カルシウムなどを多く含み、風邪予防にも適しています。

これからの寒い時期の食卓に欠かせない「風呂吹き大根」は、元はかぶで作られていたという説があります。今でもご家庭や地域によってはかぶが使われています。今夜の食卓に、甘みの乗った秋物のかぶはいかがでしょう。

## 季節の歳時

### 秋そば (秋蕎麦)



新そばの季節は、夏と秋の年2回。春に種をまいて夏に収穫するそばを「夏そば」、夏に種をまいて秋に収穫するそばを「秋そば」といいます。

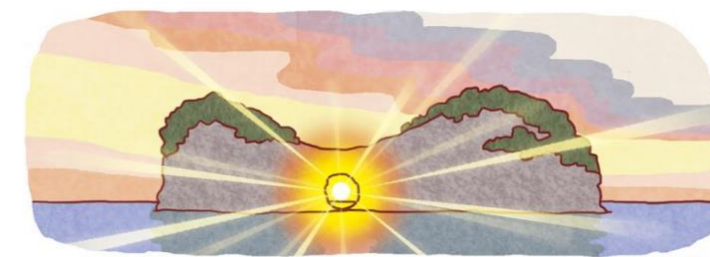
秋そばは10～11月に出回りますが、昔から夏そばよりも風味がよいとされています。「秋そば」に舌鼓を打ってみませんか。

そば処のわが山形県においては、あちこちで新そばイベントがあるため、そば好きとしては嬉しい悲鳴です(笑)。

## ご当地ネタ

### 「円月島」和歌山県

南紀白浜のシンボルとして親しまれる円月島。正式には「高嶋」といい、海上に浮かぶ南北130m・東西35m・高さ25mの小島です。「円月島」と呼ばれる由縁は島の中央にぽっかり開いている穴(海蝕洞)から。円月島に沈む夕陽と夕景の美しさは格別で、夏は6時30分頃、冬は4時30分頃が見ごろです。



円月島・和歌山県

## 豊かに生きるために

### 正解のない鑑賞法

うつむいて座る男性の彫刻、ロダンの「考える人」は、実は「見ている人」だったという裏話があります。この像は元々「地獄の門」という作品の一部だったもので、眼下に広がる地獄をのぞき込んでいる姿なのです。「考える人」はこの門を構成する群像の一つとして別に造られたもので、「考える人」と命名したのは鑄造家だと言われます。

これは鑄造家の解釈違いが原因だったという話ですが、近年、見る側の自由に任せる鑑賞法が注目されています。たとえば、子どもに美術作品についての知識を教え込むのではなく、「ここはどういう場所だと思う？」などの質問を重ね、子どもが作品を観た時の感想を重視して想像力を働かせるというものです。「対話型鑑賞」と呼ばれ、子どもの思考や対話能力の向上が期待されている美術鑑賞法のひとつです。

文化の日がある11月には、美術館や博物館が無料開放されたり、イベントが行われたりします。鑑賞者の数だけその作品の見方や解釈が増えれば、芸術の秋もその分だけ一層深まりと広がりが増しそうです。

## ☆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。

### ★★★ 新規登録キャンペーン実施中 ★★★

期間: 2017年10月1日～2018年3月31日  
 対象: ソニー生命のご契約者のうち ※法人契約・集団扱のご契約者を除く

登録無料

- 〈お客さまWEBサービス〉に新規登録された方
- 〈ご家族情報登録制度〉にご家族を登録された方

### ◆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30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。



※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。※登録いただくと自動的に抽選の対象となります(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。