

8年目のもみじ便りになります。ご契約者様の暖かいご支援とご理解のおかげで、弊社の今日が支えられておりますこと、誠にありがたく心よりお礼申し上げます。また、損保業界の収支状況が厳しい状況にあり、自動車保険の改定や、それに伴うお客様の負担増などご迷惑をおかけし心苦しい限りです。そんな中、この夏のロンドンオリンピックでは史上最多となる38個のメダル獲得、女性アスリートの大活躍、団体競技・チーム競技の大躍進と明るい話題がいっぱいでした。この流れが続き、世の中が明るく輝き続けますように。

今回のもみじは湖東三山です。琵琶湖の東側、鈴鹿山脈の西側に沿って並ぶ西明寺、金剛輪寺、百済寺を指します。いずれも天台宗の歴史ある寺院で、織田信長の焼討ちにあったという共通点があります。三寺とも、石段が続く坂道が多く運動不足の解消になります。写真の西明寺三重塔は信長の焼討ちを免れ、総檜造りの優美な塔として国宝に指定されています。また国指定の名勝庭園「蓬莱庭」の不断桜ともみじの対比も有名です。金剛輪寺は、聖武天皇の勅願で天平13年(741年)に行基によって開山されました。焼討ちを免れた本堂は、鎌倉時代の代表的な和様建築で国宝に指定されています。この本堂周辺の鮮やかな紅葉は「血染めのもみじ」と呼ばれそれは見事です。下の写真は真っ赤な紅葉よりも、黄色や緑が入った紅葉の写真を掲載してみました。平成25年度末には、湖東三山インターが開設予定なので、完成すればもっと便利になります。

(文・写真右 大塚 喜彦)

【西明寺 国宝三重塔】

【金剛輪寺 血染めの紅葉周辺】



2012年10月自動車保険の改定について

現行の等級制度では、前契約の事故の有無にかかわらず、同じ等級の契約者であれば同一の割増引率を適用しており、「事故があった契約者」が本来負担すべき保険料の一部を「事故がなかった契約者」が負担している構造にあります。つきましては、「事故がなかった契約者」と「事故があった契約者」の保険料負担の公平性を確保することを目的とし、等級制度の改定を行います。改定後の新しい等級制度は、直近の参考純率改定と同内容であり、多くの保険会社でも導入が見込まれています。

改定のポイント 今回の改定のポイントは以下の2点です。

ポイント① 等級別の割増引率を事故の有無に応じて区分したうえで見直します。

◆背景(現行制度の問題点) [図①]

現行制度では、更新前のご契約の有無にかかわらず、同じ等級のご契約者であれば同じ割増引率を適用していました。しかし保険金お支払い状況と比較すると、同じ等級であっても、更新前のご契約に「事故があったご契約者」と「事故がなかったご契約者」とでは、大きな差があります。言い換えれば、「事故があったご契約者」が本来負担すべき保険料の一部を「事故がなかったご契約者」が負担していた構造にあります。

◆改定内容 [図②]

同じ等級であっても、更新前のご契約に事故があった場合とて、更新後のご契約に適用する割増引率に差を設けます。

[図①] (事故があった契約者)と(事故がなかったご契約者)の保険金支払いのイメージ



[図②] 割増引率の適用例(一:割引)

現行制度		新制度	
更新前	更新後	更新前	更新後
15等級 3等級 ダウン事故あり	12等級 -44%	15等級 3等級 ダウン事故あり	12等級 -27%
11等級事故なし		11等級事故なし	12等級 -47%

2012年の10月時点の割引率です。

2013年の10月時点の割引率です。

ポイント② 「等級すえおき事故」を廃止し、これに該当する事故を「1等級ダウン事故」として取り扱いします。

◆背景(現行制度の問題点)

現行制度では、車両盗難、飛び石、落書き等の事故があった場合、更新後のご契約に適用される等級を決定するにあたり、等級をすえおき取扱いとしていました。(等級すえおき事故)。

しかし上記ポイント①と同様、更新前のご契約に「事故があったご契約者」と「事故がなかったご契約者」とでは、大きな差があります。言い換えれば、「事故があったご契約者」が本来負担すべき保険料の一部を「事故がなかったご契約者」が負担していた構造にあります。

[図③] 新制度における事故の種類について

現行制度	新制度
3等級ダウン事故	3等級ダウン事故
等級すえおき事故	1等級ダウン事故
ノーカウント事故	ノーカウント事故

ちょいのり保険のご案内

【正式名称：一日単位型ドライバー保険特約(包括方式)に基づき通知された自動車運転者保険】

※ご契約にあたっては、必ず「重要事項説明書」をよくお読みください。

親や友人のお車を借りて運転中の事故を補償する
1日単位でご加入いただける自動車保険

保険料は1日500円から
携帯電話でいつでも申込可能
申し込みはおトクな割引制度

ちょいのり保険

引受保険会社：東京海上日動火災保険株式会社

こちらのQRコードからご登録ください



1 保険料は1日500円から！(車両補償なしプランの場合) 借りるお車を運転する日数分だけご加入いただけます。

ニーズに合わせて保険料1日500円(車両補償なしプランの場合)と保険料1日1,000円(車両補償ありプランの場合)の2つのプランからお選びいただけます。1回のお申込みで最長連続7日間まで加入可能ですので、運転する日数分だけ自由にご加入いただけます。

2 お申込手続きは携帯電話ですべて完結！いつでもお申込みいただけます！

借りるお車を運転することが決まったら、携帯電話からちょいのり保険サイトにアクセスすることで、いつでもご加入いただけます。※スマートフォンからもお申込みいただけます。ちょいのり保険のご利用にあたっては、借りるお車を運転する方の事前登録が必要です。

3 ちょいのり保険で無事故なら、ご利用日数に応じて東京海上日動の自動車保険、超保険の自動車に関する補償の保険料が最大20%割引！

将来、お車を取得して新たに東京海上日動の自動車保険または超保険(新総合保険)の自動車に関する補償をご契約いただく場合、ちょいのり保険に保険事故がないときは、そのご利用日数(保険責任期間)に応じて、「1日自動車保険無事故割引」を適用します。

ちょいのり保険のご利用日数(保険責任期間)	無事故割引率	
	6等級(S)	7等級(S)
5~9日	8%	2%
10~19日	15%	4%
20日以上	20%	5%

(12-T-07782) - 2012年11月作成

お客様の紹介 元祖 広畑 南大門

鮮度にこだわった新鮮で上質のお肉が人気の秘密！創業40年、伝統の美味しさ 2名~OKの全席完全個室。



姫路市広畑区東新町3-132 079-236-4079
営業時間 平日 17:00~[Lo]0:30
土日祝 11:30~[Lo]0:30
山電夢前川駅より西へ徒歩1分。

山陽電車・夢前川駅から徒歩1~2分。地元の人気店で、いつも混雑しています。事前に予約を入れて来店した方が良いでしょう。他にもあちこちに「南大門」という焼肉屋さんがありますが、ここの店が元祖。他の「南大門」とは全く無関係だそうです。タレは、注文毎にその都度10数種類の調味料(スパイス)を加えて味付けしています。味は文句無しで、サラダもおいしいです。全席、畳座敷の個室で、落ち着いて食事が出来ます。待合室も韓国情緒溢れる感じです。駐車場はお店の西側の線路沿いにあります。



時の話題「なでしこ」

●「なでしこ」は秋の七草のひとつで、ナデシコ科ナデシコ属の植物、カワラナデシコの異名であり、ナデシコ属の植物の総称です。6月頃から8月頃にかけて可憐なピンク色の花を咲かせます。我が子を撫(な)でるようにかわいい花であるところから「なでしこ」という名前になったそうです。 ●花言葉「なでしこ」の花言葉は、「純愛」「大胆」「勇敢」です。他に可憐・貞節・無邪気・純粋な愛・思慕・女性の美など女性的なイメージが強いものが多いのですが、反面、大胆・快活というものもあります。特に、濃い赤は「野心」を、白は「器用」「才能」を、八重は「燃える愛」を表わします。

●「大和撫子(やまとなでしこ)」は、日本人女性の清楚な様子や美しさを褒め称える比喩として用いられる言葉です。2011年女子サッカーW杯で優勝した「なでしこジャパン」は、日本中に勇気と元気をもたらしてくれました。まさに「大胆」かつ「勇敢」な闘いっぷりでした。

●日本女子サッカー代表は「なでしこジャパン」の愛称で親しまれています。愛称が生まれたきっかけは、日本サッカー協会(以下、JFA)女性スタッフの提案でした。当時、オーストラリア女子代表が Matildas(マチルダス)という愛称で親しまれていたことにヒントを得て、日本女子代表も愛称を使えば認知度が高まり、女子サッカーの発展につながるのではないかと考えました。JFAでも日本サッカーの発展には女子サッカーの発展が必要と考え、愛称を募集し、応募数2,700から2回の予備選考を経て、最終選考で「なでしこジャパン」に決定しました。「なでしこジャパン」の由来は、アテネオリンピック・アジア予選の際、「大和撫子」という言葉がよく使われました。ヤマトが「ジャパン」となりその「大和撫子」が「世界に羽ばたき、世界に通用するように」との願いがこめられています。

緑のカーテン



前からやってみたくは思っていました、いつも時期を逃し毎年叶わぬ夢となっていた緑のカーテン。今年こそはと、GWに買い出しに出掛け、土を作り、自分の部屋のベランダでゴーヤと朝顔をいくつかずつ植えてみました。朝晩の水やりは欠かさず、時に肥料を、時に摘心・誘引をしながら、毎日愛情いっぱい育てました。それが、予想外に大成功しました。驚くほどぐんぐん成長していくので一日一日目に見えて成長がわかり、水やりも観察もとても楽しい習慣となりました。つるは困るほどに伸び、ネットから麻ひもを伸ばし、次々に追加しました。ゴーヤの花が咲き、小さな実がなり、立派な朝顔もたくさん咲きました。実際に温度が下がっているかは不明ですが、見た目には涼しいし、花は綺麗に咲いたし、小さいながらも綺麗なゴーヤもいくつも出来ました。食べるゴーヤも大好きな私にとっては、一石二鳥、三鳥、四鳥にもなった緑のカーテンでした。来年はマンション改修工事で、ベランダで育てるのは厳しそうですが、次の夏も絶対にまた育てたいと思いました。

(大塚 里詠)



大王わさび園

妻の実家の帰りにちょっと足を延ばして、信州安曇野にある大王わさび園に行ってきました。北アルプスからの湧き水を利用した安曇野わさび田湧水群の一角にある、日本最大規模のわさび園で、年間約120万人が訪れる安曇野随一の観光スポットです。わさび田に引かれる湧水は一日12万トンで、水温は年間通して12℃。収穫は年間通して行われます。



直射日光に弱い為、4月から9月末まで黒い寒冷紗でわさび田を覆っています。また、ここは黒沢明監督の映画「夢」のロケ地としても知られています。売店での名物はわさびソフトクリーム、わさびコロケ。山葵の栽培品種は、長野23号、真妻、正緑、などがあります。「大王」は敷地内にある大王神社に由来し、この神社は民話に登場する八面大王の胴体が埋葬されているとされています。皆様も機会があれば是非大王わさび園に寄ってみてはいかがでしょうか。

(長野 泰平)

熊本、黒川温泉、高千穂の旅(1泊2日)

新幹線「さくら」に乗り3時間弱で熊本着。さっそく加藤清正ゆかりの熊本城へ。ひご丸と武士装束のガイドさんに案内され、本丸天守閣へ階段で6階に上がる。横に小天守閣もあり、美しい城壁ですすがに立派で感激。次にレンタカーで車窓より阿蘇山(外輪山)を眺めながら黒川温泉へ。源泉100%かけ流しの温泉「まほろば」の湯場で竹林を眺め、しばし至福の解放感に浸りました。翌日後ろ髪をひかれながら、また阿蘇山(外輪山)を眺め、「古事記」で有名な「天孫降臨の地」高千穂へ。二千年の歴史があり、樹齢800年の秩父杉に囲まれたこじんまりした高千穂神社を参拝しましたが、荘厳な感じで歴史を肌で感じられ圧倒される思いになりました。

もう一つの旅の目的は、名勝高千穂峡を小舟で溪流を遊覧することでしたが、熊本の水害で水位があがりやむなく遊歩道を散歩し、溪谷、滝、溪流を堪能しました。最後に天照大御神の岩戸神話で有名な天岩戸神社へ。日本神話に登場し岩戸隠れの際に八百万の神々が集まって相談した場所であると伝えられ、西本宮から岩戸川を500mほど遡った所にある天安河原(あまのやすかわら)。八百万の神はここから大岩戸を仰ぎ見て。神楽の原型とも伝えられる舞を踊って賑やかに騒ぎ、その大きな笑い声で天照大御神が扉を開けたという伝説が残る大きな洞窟である仰慕窟があります。

それはそれは神秘的で身が震えるような神々の世界に引き込まれていき、悠久の歴史を感じながらの日向神話の旅でした。

国家鎮静、世界平和を祈らずにはいられません。

(是信 尚子)



我が家のトピックス(12年後半)

9月初旬、まだまだ残暑厳しい休日に我が家では、冬支度が始まった。この夏も、キュウリにトマト、茄子にしし唐などたくさんの野菜が採れた。夏も終わり、ついこの間まで色とりどりの野菜が実っていたのが、ウソのように畑には、雑草が占領し荒れ地と化していた。農作業のほとんどが母任せで、私は年に数回トラクターで田畑を耕すだけだ。しかし、この日は、9月とはいえ、30度超えの気温だった為か、草刈りをしていて母があまりの暑さにダウン気味の様子。そこで、母の回復を待って私と妻が畑仕事を手伝う事に。刈った草を集め、トラクターで耕し、肥料をまき、使い慣れない農具で土をならすのだが、思った以上の重労働に疲れてきたところ、例によって次女が頼まれもしないのにジャージに着替え、軍手を履いて、「助っ人登場」と言わんばかりのどや顔でやって来た。その姿を見て、疲れていた私達は、次女の登場によって疲れ顔から笑みが自然とこぼれ、無言で作業をしていたのが、一変賑やかな空気に入れ替わり、やる気が湧いてきた。手伝いが好きな次女は、せっせと草を運び、土を耕し、それと同時に口の方も止む事なく動かし、私達には辛い作業も彼女にとっては楽しいのだろう。しかし、困った事に大の虫嫌い！。カマキリが飛んで来ては悲鳴を上げ、コオロギを見て「ゴキブリ!!」と大声を出し、とにかく賑やかだ。中三の長女も、勉強中だというのにお茶を用意してくれた。暑くて喉が渴いていたので、娘の入れてくれたお茶が格別に美味しく感じた。農作業も終盤。突然大粒の雨が降り出した。私達が珍しい事をしたせいだろうか？しかし、日照った体には、恵みの雨となった。しばらくすると、雨が止み、涼しくなり、きれいに耕した畑には、赤とんぼと夕日が映えて秋を感じることができた。普段仕事ばかりで畑仕事は、母に任せきりだったが家族全員で一つの事をやり抜くのは、気持ちが良いものだ。(だが、翌日の筋肉痛はやはり辛かった…。)

(上坂 博重)



中西秀一釣り日記



この時期は紅葉便りのため無理やり？釣りに行く事になっています。サビキ釣りができるため坊主は逃れる事ができるのですが、まだまだ暑く照り返して体にこたえる季節です。アクシス釣り同行会名誉会長大塚氏も今回同行しました。サビキ釣り・チヌ狙いで、姫路市遊魚センターへ朝6時からスタート！小アジが爆釣！短時間で名誉会長一人で130匹超！！身体の痛みを堪えて家族の夕御飯を釣り、さばき、調理したそうです。自分は、団子のまき餌5キロを海にばらまきましたが、本命に無視をされベラ・ガシラしか釣れませんでした…。久しぶりに釣りに行ったのですが、やはり海は最高。周りでは、ハネ・タコ・カワハギなど色んな魚が釣れ、家族で海に出掛けるのも面白いと思います。これから10月末頃までは色々な魚が楽しめます。

(中西 秀一)

健康レポート

グッスリ眠るためのヒント

今回の健康情報 ~グッスリ眠ろうとしたがなんだか眠った気がしない…いつも寝足りないような気がする…こんな睡眠に関する悩みを持つ人が年々増えています。ストレス時代といわれる現代は、また不眠の時代ともいえそうです。グッスリ眠るためには、どんなことに気をつければいいのでしょうか？

どんどん短くなる睡眠時間~日本人の睡眠時間は、この数十年間でずいぶん短くなっていきます。NHKが行った調査によると、1960年には、平日の全世代の平均睡眠時間8時間13分でした。ところが1995年になると約40分も減少して7時間32分になっています。これはイギリスと比べると約60分、アメリカと比べると約40分も短く、日本は世界の中でもきわだって睡眠時間が少ないのです。さらに2000年の調査では、日本人の平均睡眠時間は7時間23分に減少しています。この年から調査方法が変わっていますから単純比較はできませんが、それでも、“不眠化”に歯止めがかかっていないのは事実のようです。

睡眠には積極的な意味がある~睡眠は、長らく、昼間に疲れた身体を休めるものと考えられてきました。しかし研究が進むにつれ、体だけではなく脳を休ませたり、記憶を整理する上でも重要な働きをしていることがわかってきました。「レム睡眠」「ノンレム睡眠」という言葉は耳にしたことがあると思います。このうち「レム睡眠」とは、眠っているのに眼球が動いている状態のことで、このとき体はぐったりとしていても、脳は活発に活動しています。最近ではこのレム睡眠のときに「昼間に受け取った情報を整理し、記憶を定着させている」という興味深い仮説も出されています。

リズムが大切~睡眠は、ノンレム睡眠からレム睡眠へと約60分間隔でリズムを刻んでいます。実は、これ以外にもほぼ1日周期のリズムに支配されています。この1日のリズムは脳内の生体時計でコントロールされています。ところがこの生体時計は24時間より長く、そのためだんだんズレが生じてきます。このズレを調整するのが、光なのです。そのほか定期的な食事などの社会的習慣もズレを調整します。たとえば朝、太陽の光を浴びると生体時計の遅れが調整されます。ところが、夜遅くまで光を浴びていると、生体時計の周期は長くなり、時間のズレがより大きくなってしまいます。

いい睡眠をとるためのポイント ~ 質のいい睡眠をとるためのポイントをまとめてみました。

- 夜早く電気を消し、遅くまで光を浴びない ●朝目覚めたらカーテンを開け、太陽の光を浴びる
- 休日でも遅くまで寝ず、生活のリズムを守る ●夕食後のカフェインを控え、睡眠薬代わりの寝酒をしない

最後に、なかなか寝つけない、朝起きるのが早すぎる、昼間眠くてしかたがない、などの睡眠の悩みは、「心や身体の病気」のサインであることもあります。睡眠の悩みが長引くときには、かかりつけの医者に相談することをおすすめします。

私達は、お客様へ
長い安心・深い信頼・確かな未来を
お約束できる企業を目指します。

<取扱代理店>

〒670-0955 姫路市安田4丁目113番地

大東ビル 2階

TEL: 079-225-2201

FAX: 079-225-2202

E-mail: axis21@king.odn.ne.jp

URL: <http://www.axis21-himeji.com/>

Axis 21

