

アクシス新聞 VOL.2

～ 紅葉便り ～ 2006.秋

木々も色づき、朝晩すっかり寒くなってきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？ 天気の良い日には、外でランチ（お弁当）などはどうでしょうか！

早いもので、第1回創刊号発行より1年経ち、第2号を皆様にお届けすることが出来ました。これも皆様方の応援あってこそ、心より感謝申し上げます。

さて、（恒例にしたい）秋のおすすめ紅葉スポットをご紹介します。



永観堂（禅持）

「秋はもみじの永観堂」と古今集に詠われ、古来より京都の秋の美を代表する紅葉の名所です。千本を超える紅葉が広がる境内、数あるビューポイントの中でも、境内中央の放生池の西方周辺や一番奥にある多宝塔周辺が見応えあるでしょう。広い境内は自然に包まれ、建物が回廊で結ばれておりここからの眺めが楽しめます。また多宝塔は、65段の石段を登りきった山の中腹にあり、ここからは紅葉の海を越えて京都の街を一望できます。この寺は、国宝や重要文化財も多く、中でも後を振り返るやさしい雰囲気のある漂う「みかえり阿弥陀如来像」が有名です。車でお出かけの場合、このあたりの駐車場だと、平安神宮南の市営駐車場やホテル平安の森の駐車場（ホテル北側で真如堂も近い）が便利です。近い南禅寺前の駐車場は満車のことが多いかな？夜はもみじのライトアップもありますが、昔は入りにくい店ばかり並んでいた先斗町ががらっと雰囲気を換え、観光客も安心して入れる一角に変わっていますので、立ち寄ってみては如何でしょう。（写真・文：大塚）

お手頃・お奨めの店

- (1) 招月庵 ... 京の四季の味 / 先斗町通り東側児童公園隣
- (2) すし昌 ... すし、京野菜、京おでん / 先斗町通り西側歌舞練場下ル

自動車保険編

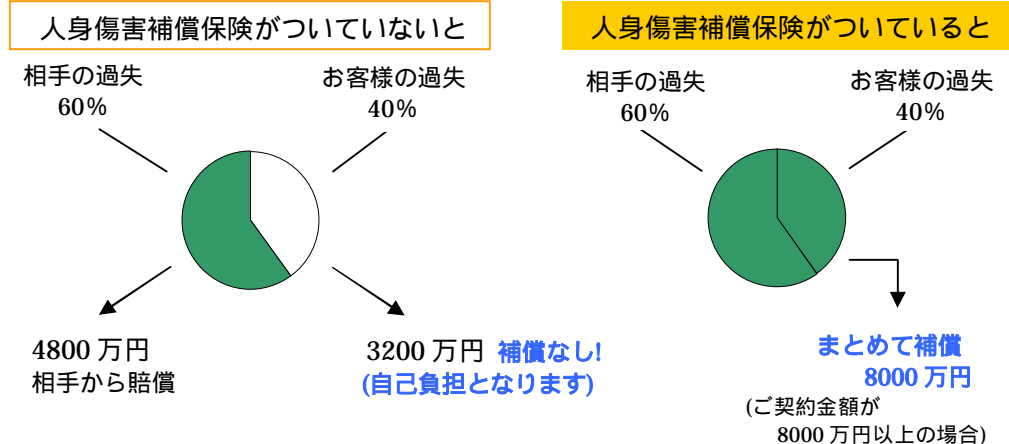
人身傷害補償保険の重要性・・・昔の保険には付いていません！

1. さまざまな交通事故を幅広く補償します



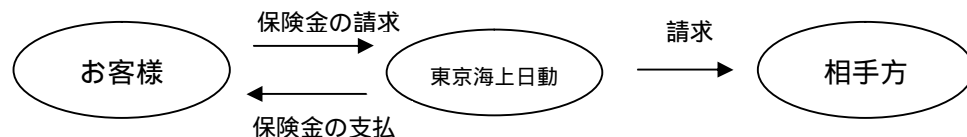
2. 過失割合にかかわらずまとめて補償します

例：事故で相手とお客様の過失割合が60：40。お客様の損害総額が8000万円であった場合



総損害額を、ご契約金額の範囲内で、東京海上日動から保険金としてお支払します。

3. 相手方とのわずらわしい交渉は不要です



火災保険編

近年自然災害が多発しております。創刊号では地震保険・水災についてご案内させていただきましたが、第2号では、風災についてご紹介させていただきたいと思っております。

ホームオーナーズ保険（個人財産総合保険）は、お客さまの声にお応えした火災保険です。台風による風災、ひょう災・雪災などの自然災害は、住宅総合保険では20万円未満の損害は補償されません。実損害額が支払われる『風・ひょう・雪災実損補償プラン』なら、台風などの損害を免責金額のみ自己負担でしっかりガードが可能です。

風災被害って、あまりないのでは？なんて、思っていらっしゃいませんか・・・？私の体験ですが・・・一昨年の台風の時、隣の家の雨戸が強風ではずれて飛び、私の家のカーポートの屋根に落下しました。大きな穴がぼっかり！また、同年台風時、私の家の庭にあった、直径2メートルの parasol が風にあおられ、ふわり、ふわり、2～30メートル程飛んで行ってしまいました。そして、落下先は、市営住宅の駐車場！どの車にも被害はありませんでしたが…。また、幸いにして、通行人もいなかったため、事なきを得ました。

（担当：二木）



地震保険料40年ぶり改定

兵庫県は最大5.2%下げ！

平成18年5月19日、損害保険料率算出機構は地震保険の基準料率を全国平均で7.7%引き下げの内容の改定を、金融庁に届け出たと発表した。木造家屋の場合引き下げ率が最大57%（福井県「非木造は63%」）となる。兵庫県は木造家屋で46%、非木造家屋で52%引き下げられる。また、東海、東南海、南海地震などで大規模被害が予想される愛知県や高知県など7県は、引き上げ率が上限の30%となった。

（平成18年5月19日 神戸新聞より）

生命保険編

平均寿命アップで生保各社、**死亡保険料来春値下げへ!!**

Q. どうして保険料が下がるの？

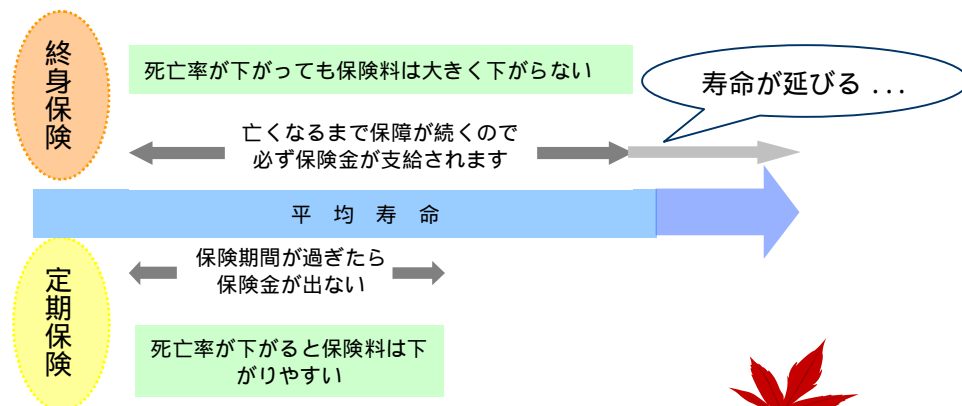
A. 日本人の平均寿命の延びに伴い、各年齢層で亡くなる人が減ったため、保険会社が支払う保険金は少なくなります。予定死亡率を見直すことにより、保険料は少なくてすむこととなります。（女性：85.59歳 男性：78.64歳）

* 予定死亡率... 各年齢層で死亡する人の割合

今回の改定では、男性の死亡率を現行基準に比べ約12%、女性は約18%下げる見通し。男女とも60歳以上の高齢者では約20%程度低下する。ただ、死亡保険の新規加入が多い男性の30-50歳代は数%減である。

Q. じゃあ、今入っている保険を解約して新しく入り直せば、お得？

A. そうとも言えません！どのような種類の保険に、いつ加入したかという事が重要になってきます。（終身保険料等は、死亡率低下はむしろ保険料の値上げ要因となる場合があります。）この機会に、ご加入の保険の内容をご確認下さい。



11月は生命保険の月

アクシス21では、個人の暮らしを守るプランから企業の退職金プラン、節税プランまで幅広く生命保険を扱っております。あなたのご加入の保険を詳しく説明させていただきます。是非、皆様一緒に生命保険を勉強してみませんか？

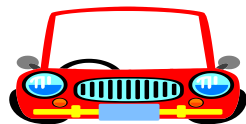
最近運転しながら、気にしています。

仕事柄、毎日車の運転が多く、ガソリンの高騰もあり燃費はどのくらいまで延びるのか？ エコドライブを気にかけております。

ここ数年の間で、信号無視の車との接触や、駐車中にぶつけられた（被害者です。）などで、複数の代車を割と長く運転する機会がありました。その時の経験ですが、燃費など気にせず運転したというのもあり、当然同じ道を走行した訳ではありませんでしたが、どの車も約13km/となったのを覚えております。（なぜかは、分からないままですが！）

そんな事もあり、最近はガソリンスタンドの「レギュラー14円」などの看板を見ながら、何とか省燃費で対抗してやろうと考えつつ皆様のところへ向かっております。

- * アイドリングストップ（6秒以上停止する場合に効果があるそうです。）
- * 加速時のアクセルコントロール
- * 低ギヤで少しアクセルを踏むより、高ギヤで、大きめにアクセルを踏む
- * タイヤの空気圧を高めにする
- * エアクリナーや、プラグの清掃や交換
- * 今流行の省燃費グッズの使用



等等、いろいろと思い当たりますが、結局は省燃費を気にしながら、走ることを心がけるだけでも効果があるのではないかと思います。どうでしょうか。

皆さんは、省燃費について何か心がけていることはありませんか？ よかったら、省燃費以外でも、面白いことなど、教えてください。他の方に紹介させてください。（E-mail；axis21@king.odn.ne.jp まで）

（参考）

いつでもどこでも使える携帯電話用インターネットサイト「**e 燃費**」というのがあります。燃費の計算や、最寄の安いガソリンスタンドなどが検索できるそうです。他にも、いろいろあるそうです。（担当：上阪）

中西 秀一の釣り日記！

9月1日（PM5：00～）久しぶりに室津港にチヌを狙いに行きました。汐は小潮・満潮時間は17：59分。夜釣りでは絶好の日でした。前に地元の方に聞いた団子釣法（山土・さなぎ粉にニックを入れた釣り方）に挑戦です。

団子釣りは始めてです。団子の堅さ調整がなかなか難しくうまくいきませんでした。

ニックでは全く当たりがなく、持参したおにぎり・おつまみ・ビールが大変美味しかったです！室津港から見る夕焼けも絶景でした（デートスポットにも最適）。お腹も満腹になり今度は、オキアミで釣ることにしました。

オキアミにエサをかえてから、チヌ？当たりが何回かありましたがうまく合わすことができず失敗の連続でした。

何回かは、地球が釣れ！大変困りました。

時間は8：27分！ 電気浮きが大きく沈みました！！

「キタ～」と思い大きくあわせました。今までに経験したことがない当たりでした。一瞬、

「真っ暗の瀬戸内海に落ちそうになりました」浮き輪を用意しないと・・・？ ハリスが細く10分ほどの駆け引き後、海面に長く白い腹が見えた瞬間、ガッカリしました。写真のボラでした。釣りはタモに入るまでの魚との駆け引きが面白いものです。次回こそ待望のチヌを釣りあげたいものです！

お客様でチヌ釣りが得意な方はいらっしゃいませんか？

私にチヌ釣りを教えていただきたいのです。また、姫路港付近でチヌの好ポイントがあれば教えてください。次回の釣り日記には、ボラではなくチヌの写真付きの記事が書けることを願います。（担当：中西）



ほんとに
がっかり！

新種発見？
人かも？



健康サポート編

ストレスと上手に付き合っていますか？

ストレスは生活習慣病や心身症を引き起こす

私たちは日常的にさまざまなストレスを受けています。適度なストレスはやる気や集中力などを引き起こしますが、過度のストレスが続くと軽症うつ病や神経症などの「心の病」を引き起こす危険があります。また、精神的なストレスが原因となって「心身症」を招くことも珍しくありません。たとえば、非常に緊張したり驚いたとき、心臓がドキドキして息苦しくなるといった経験は誰にでもあるでしょう。これは、強いストレスによって自律神経や内分泌のバランスに狂いが生じ、心拍数が増え、血圧が上昇するためです。

ストレスを上手に解消して心と体を元気に

心臓の拍動だけでなく、呼吸機能、消化吸収機能など基本的な生命活動は自律神経や内分泌によってコントロールされていますが、強いストレスを受けるとコントロールが乱れ、結果的に高血圧になったり、血液中のコレステロールが増えて動脈硬化のリスクが高まります。また、ストレスはインスリンホルモンの分泌を低下させ、糖尿病の発病や症状の悪化を招いたり、免疫力を誘発する危険性もあります。つまり、ストレスは生活習慣病を引き起こす原因の一つにもなっているわけです。ストレスに負けないようにするためには、上手にストレスを解消することと同時に、睡眠や食事、運動によってストレスに強い心と体を作っていくことが大切です。また、心が疲れたと感じたときは、体と同じように専門の医師に見てもらおうようにしましょう。

お勧めは・・・

秋の夜長、泣ける読書をしたり、映画を見ませんか！涙には、脳から分泌されるプロラクチンや副腎皮質ホルモンといったストレスに反応して心身に緊張を強いったり、免疫系に影響する物質が含まれていることが分かっています。また、ロイシンエンケファリンというストレスによって生じる神経反応を緩和する脳内モルヒネの一種も含まれていることが確認されています。また過多になると神経の伝達に影響を与えるマンガンというミネラルも確認されています。どうやら涙は、

ストレス物質を排出する重要な役目を果たしているようです。泣いたあとに、すっきりするのもこのためなのでしょう。やはり、泣きたいときは思いっきり泣くことが、心にとってもとても大切なのですね。とめどなく涙を流した後は、ふっと気持ちがほどけて心身がリラックスするはずですよ！ちなみに、ご夫婦で、旦那様が先に亡くなった場合、一般的に奥様は長生きされますよね。それは、男性はあまり泣かないのに対し、女性は感情にまかせて泣くからだそうです。泣かない男性は、せめて休みの日は自分の楽しみを見つけリラックスしましょう。

(担当：二木)



経営理念

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。

東京海上日動火災保険株式会社
東京海上日動あんしん生命保険株式会社
アメリカンファミリー生命保険株式会社

代理店 **有限会社 アクシス 21**

〒670-0955 姫路市安田4丁目113 大東ビル2F

TEL：079-225-2201 FAX：079-225-2202

E-mail：axis21@king.odn.ne.jp

URL <http://www.tmn-agent.com/axis21/>

ホームページを作成しました。あらゆる保険に関する情報はもちろん、自動車保険のお見積り、その他の身近な情報を掲載しています。是非、ご覧になってください。皆さんに楽しんでいただけるよう、新鮮な情報を随時更新していきたいと考えております。また、ご意見、ご感想などもどしどし、受け付けております。また、メールを使った情報や見積りのご提供もしておりますので、宜しければ、メールアドレスをご連絡下さい。