

Select

保険と暮らしの情報誌

セレクト



1



January/2006
Vol.0041

山陽保険センター
Sanyo Insurance Center Co.,Ltd.

暮らしの発見

疲れをためない

◆明日できることは 明日に回す

100%を目指そうとすると、私たちはつい120%の力を出してしまいます。これでは脳はいつでもオーバーヒート状態。最初から80%くらいを目標にしましょう。

◆思い込みを捨てる

厳しいテーマを課しているのは、実は自分自身であることに気づきましょう。できなかったことに注目するのではなく、できたことに注目して、自分で自分を褒められるといいですね。



◆反省はしても後悔はしない

目標を定め、具体的に検討していく姿勢が「反省」です。もし失敗したとしても、反省を生かして前を向けば、必ず心は元気になれます。

◆「あー疲れた」と声に出す

まずは、「あー疲れた」と言葉にすることから始めましょう。ため息とともに口からはき出すと、「疲れたからこれはここでおしまい！」と宣言し、そこで一区切りつけることができます。これは、周りへの牽制にもなります。

元服と通過儀礼

日本には古くから成人を祝うしきたりがあり、特に男子が成人に達することを示すための儀式が「元服」で、15歳前後に行われました。初めて(元)、大人の衣服(服)を着せ、髪を結び、冠をかぶせたころから「加冠の儀」「初冠」ともいい、「冠婚葬祭」の中で人生儀礼を表す言葉にこの「冠」が使われるほど大きな意味を持つ儀式でした。

江戸時代には、農家の男子は米一俵かつげること、女子は一日で浴衣一枚を縫えることが成人の証であったり、明治になると男子は徴兵検査を受けるという現実があり、当人たちは成人を誠実に受け止めていました。正に成人のための比較的明瞭な通過儀礼です。

現在の「成人の日」は、終戦の翌年、埼玉県蕨市で行われた「第1回成年式」がもとになっています。復員してきた地元の先輩たちを温かく迎えながら、自分たちが暮らす街を平和で住みよい文化の高い街にしようと「成年式」を行いました。

成人する前に地元を離れてしまう若者も多い現代。成人式の役割も、大人になったことを自覚するためではなく、郷愁を誘い、人と人との交流、とりわけ同級生たちとの心の絆を深めることに変化してきているのかもしれない。かつてのような厳しい風習を真似ることはできませんが、その精神だけは継承し、現代のやり方で身近なコミュニケーションを大切にしていきたいものです。



保険のいろいろ

軽い事故でも…

かすり傷や打撲、車のヘコミだけですんだような軽い事故の場合「このくらいの事故で警察を…」といったことで悩んでしまうケースがよくありますが、たとえ軽くても、ケガや車の損傷がある場合は、必ず警察に届けてください。自賠責保険も任意保険も基本的には、「交通事故証明書」がないと保険金が支払われないからです。報告後は、警察官が現場に来てくれる場合もありますし、直接警察署へ来るよう指示されることもあります。どうしても時間が取れない場合は、とりあえず電話で報告を入れ、後日警察署に向向くことも可能です。

ただし、警察に届け出る前に相手と別れる場合は、お互いの住所・氏名・車のナンバー・自賠責証明書の番号と会社名などを、しっかり確認して控えておく必要があります。住所や氏名は、名刺ではなく免許証を提示してもらい、顔と照合しながら確認をしたほうが確実です。このような事態に備えてダッシュボードに必ずメモ用紙と筆記用具などを入れておくといいでしょう。

任意保険に加入している場合は、できるだけ早く保険会社へ事故報告を入れておきましょう。

