



暮らしの発見

やさしさは 素直な心から

人は、正直に自
分を認めた時に
やさしくなる。



やさしさは素直さから生まれる。

やさしい人は、相手を理解するこ
とも出来るし、許すことも出来る。

やさしさの問題は意識の問題で
はなく、無意識の問題である。

何も特別にしてくれなくても、
黙って肩をポンとたたいてくれ
る上司に励まされることもある。

相手がやさしい人と思うか？

それはやさしい人が、自分の求
めているものを理解してくれる
人だからである。

相手のために考えてあげる、求
めているものは何だろうと考え

てあげる、喜ぶものは何だろう、
そう考える人がやさしい人だ。

やさしい人は、考えるエネル
ギーのある人。

考えることと言葉をかけることと
行動することが出来る人である。

(PHP11月号より)

知ってますか？ 水のチカラ

【体温調節】

水は熱を帯びた場合、その熱を
保とうとします。体内の水分も同じ
く、気温が変化しても体温を一定
に保ちます。また、発汗を助け、体
温調節の役割を担います。

【浄化作用】

水分をたっぷりとることで新陳代
謝が促され、体内に溜まった老廢
物を排出する働きがあります。

【生活習慣病の予防】

体内の水分が不足すると体全体
の細胞活動が衰えます。すると、
血流が悪化しドロドロ血液状態に。
適切な量の水分は脳梗塞や心筋
梗塞を予防する働きがあります。

【ダイエット効果】

食前に水を飲むことで胃液が薄
まり空腹感を抑えられます。また、
水分を摂ることで代謝も促進され、
体調を整えながら健康的にダイ
エットができます。

細胞は栄養分が水に溶けた
状態でしか吸収することができ
ません。また体内に酸素を運ぶ
ためにも水分は必要です。さら
に、体内の毒素や老廢物は水に
溶けていなければ体内から排
出することができません。

トイレに行く回数が増えるから
といって水分を控える人もい
ますが、体内環境を整えるため
にものどの渇きを感じたら、水
分を補給するようにしましょう。

保険のいろいろ

自動車保険の かしい選び方

金銭面(補償)の安心だけで
なく、あらゆるトラブルに備えら
れる、それも重要なポイントです。
保険金さえ支払っておけば安心。
果たしてそうでしょうか？

例えば、無保険者に追突され
た100%被害事故の場合などは、
示談交渉サービス付きの保険に
入っていても、弁護士法の関係
で、保険会社は示談交渉ができ
ません。今回お勧めする「ぴた
とくん」なら、そのような場合の
弁護士費用支払いに加え、日弁
連弁護士費用紹介サービス(当
社独自)も付いていて安心です。

さらに「セットで割引」なら、
バッテリーあがりやキー閉じ込
み等のロードサービスもセットさ
れているので故障時も安心です。
その他、修理費が車両保険金を
上回った場合でも、あらかじめ
設定した修理支払限度額まで
補償される特約などきめ細かな
設定が可能です。「ぴたっとく
ん」についての詳細は、お問い
合わせください。



毎年の更新手続きが不要! 6月始期
発売開始

長期自動車保険 ◀ 新発売

パーソナル自動車保険(長期型)

ぴたっとくん ロング

自動車総合保険(長期型)

NEW PAP ロング

ニッセイ同和損害保険株式会社