



まごころ お届け便

2024年盛夏号 発行：レジアスインプクト(株)



季節のカレンダー (文月・葉月・長月)

7月 7日 七夕
 15日 海の日
 8月 7日 立秋
 11日 山の日
 9月 16日 敬老の日
 23日 秋分の日



※彼岸の行事は日本独自のもの。春分・秋分は「彼岸の中日」といいます。「暑さ寒さも彼岸まで」お彼岸を過ぎると寒さが増してきます。

** 熱中症対策 **

熱中症は、体温調整が追いつかず、熱が体内にこもってしまう状態のことです。「体力が低い、暑さに慣れていない」などの個人や運動要因、近年は環境変化によるのも厳しくなっています。熱中症から命を守るため、今から始める【暑熱順化】軽い運動や入浴で、体を暑さに慣らし無理のない範囲で汗をきましましょう。

適切な食事・十分な睡眠をとるなど、日々の生活の中で、暑さに対する工夫をしましょう。

損害保険いろいろ



今年元日に発生した能登半島地震から半年が経過しても、まだ2,000人以上の方が避難所生活を余儀なくされています。地震だけではなく豪雨等の自然災害の増加に伴い、今年10月にまた火災保険が、保険会社各社で過去最大の値上げを実施するというニュースも報道されています。これは建築資材の高騰に伴い修理費も高騰していることが原因となっています。色々な物価が上昇しているなかで収入はなかなか増えないという声も多く、出費はなるべく抑えたい・・・と思う今日この頃。出費を抑えるなら火災保険は値上げ前の見直しも一考です。お気軽にお声がけください！

生命保険あるある



ガンは今や男性は3人に2人が、女性も2人に1人以上が一生のうちに1回はかかるといわれている一方で、治る病気にもなってきました。理由は主に早期発見方法や治療法の進歩ですが、治療法は選択肢も増えており、高額な治療は受けられる人も限られてしまいます。特に自由診療は2割近い人が医師に提案されるものの、1ヵ月数百万円の治療が数カ月にわたるケースもあり、実費では支払うのは難しいのが現状です。ですが、近年、自由診療費用を賄えるガン保険も出てきました。保険は転ばぬ先の“杖”。備えあれば憂いなしですね。ぜひ、当社までお問い合わせください。

レジアスよもやま話



■お風呂からあがる前に冷水でクールダウン

暑い季節、お風呂で汗を流してさっぱりしても、またすぐに汗をかいてしまいますよね。入浴後に汗を引かせるには、最後に足を冷水につけるのが◎。冷水により、一時的に皮膚表層の血液量が増えて汗は出ますが、徐々に汗がひいていき、結果的には汗の全体量を減らすことができます。ほかにも、首やわきの下などを冷やすのも良いと言われています。首やわきの下など、体表に近い場所には太い動脈が走っています。この部分を冷やすと冷えた血液が全身に巡って体温を下げるすることができます。この夏も一緒に乗り切りましょう。

★各種ご相談・お問い合わせはこちら↓↓ (保険以外のことでもお困りのことがありましたらご相談ください!)

レジアスインプクト株式会社

〒356-0004 埼玉県ふじみ野市上福岡 5-5-17-3F

TEL : 049-256-5885 / FAX : 049-256-8558



レジアスインプクトの
 ホームページはこちら!