

株式会社24時間通信

〒003-0826 札幌市白石区菊水元町6条3丁目6-46
TEL 011-871-2455 FAX 011-871-2444

12年
6月号

30秒でチョットした情報通になれる



■記念日は販売促進の日

母の日の販促品は何か？

記念日は商売人には販売促進のチャンスです。例えば、先月の第2日曜日の母の日。花屋さん以外に販売促進した業者は何だと思えますか？

母は「お袋」ともいいます。そこで「袋」から連想するモノは？ そうです「ハンドバック」。母の日を日本ハンドバッグ協会は「ハンドバックの日」に制定し、カーネーションと一緒にハンドバックを母親にプレゼントしようとして販売促進しています。その他に「お母さんの似顔絵をタオルにプリントして贈ろう」と日本タオル工業組合連合会はタオルの日をしています。商売人は販売促進の理屈をひねってなんとかもうけようとがんばるのですね。

■父の日の販促品は何か？

では、6月の第3日曜日は父の日。どんな商売人が販売促進のチャンスだと張り切っているのでしょうか？ 日本服装ベルト工業連合会と日本鞆協会が「ベルトの日」「カバンの日」に制定しています。父親にベルトやカバンをプレゼントしましょうというわけです。

日本服装ベルト工業連合会のホーム・ページを見るとイチロー選手の父親がイチローと一緒にポスターにおさまり「イチロー、ベルトをありがとう」と載っていました。

■父、母はどんなプレゼントを望んでいるのでしょうか？

記念日に父や母はモノをプレゼントされることを望んでいるのでしょうか？ インターネットgooランキングの「父の日に子どもから貰いたいプレゼントランキング」を見ると1位～3位は「手紙」「似顔絵」「肩たたき券」。モノは4位以下でお酒、ネクタイ、財布、洋服、ハンカチ、靴下、時計と続きます。ベルト、カバンはなし。

母も同じで1位～3位は「手書きの手紙をもらおう」「一緒に食事をする」「家族と一緒に家でゆっくり過ごす」。モノではないのです。望むプレゼントはモノではなく気持。それが最高のプレゼントということのようです。

30秒でちょっとした情報通になれる



■早食いしない。

腹8分目で満腹になる食事は？

「早食い。その上、お腹いっぱい食べる」と、どうなるのでしょうか？ 太ります。でも、ゆっくり食べている時間がない。お腹いっぱい食べないと満腹感を得られない。そんな人でも「早食いしない。腹8分目でも満腹感を得られる」食事を教えましょう。

ご存じのように、早食いをしない。お腹いっぱい食べないの方が早食いをし、お腹いっぱい食べる人よりBMI（身長からみた体重の割合を示す指数。肥満度の目安になります）が低い値であるという報告があります。

■玄米は健康につながる食材

食事は、時間をかけて1口あたり10回以上噛み、咀嚼回数を多くすればゆっくり食べるようになります。

腹8分目でも充分にお腹いっぱいになります。ゆっくり食べなければならぬ。腹8分目でも満腹になる。そんな食材があれば食べることが健康につながります。

それは何でしょうか？ 玄米です。

■玄米はゆっくり食べる。満腹になる。

玄米は白米に比べて不溶性食物繊維が多いです（白米は100gあたり0.5g、玄米は3.0g→玄米は白米に比べて不溶性食物繊維が6倍含まれています）。

この不溶性食物繊維は咀嚼するのに時間がかかります。つまりゆっくりかむようになるのです。その上、胃で消化するにも時間がかかります。その結果、脳内の満腹神経を刺激して少量でも満腹感を得られます。お腹いっぱい食べなくてもすむということです。

刑務所のご飯は白米7割、玄米3割です。刑務所での楽しみといたら食事。ですからゆっくりと味わって食べるそうです。その上、ごはんには玄米があるから咀嚼をしっかりします。食生活が規則正しく、ゆっくり食事するので健康的になります。

肥満の人が刑務所で過ごしダイエットして出所する姿をみたことがありますよね。ホリエモン。玄米は健康食として効用があるという生き証人です。

30秒でチョットした情報通になれる



■遺留分とは？

今回は遺留分についてです。遺留分を解説した文章には

「遺言書で指定された相続人に遺産分割されていても、法定相続人はそれぞれ法定相続分の2分の1を相続できる権利があります。これを遺留分といいます」。

例えば、死亡した方に戸籍上の奥さんと子供が一人いました。でも、長い期間別居していました。この方に内縁の妻がいました。内縁の妻に相続権はありません。

ところがこの方は内縁の妻に全財産を相続すると遺言していました。

■遺留分を請求できる事例

よくある例です。この場合に戸籍上の妻は遺留分を請求することができます。具体的に遺産額をみてみましょう。

例えば、遺産が5,000万円あったとします。この場合に遺言がなければ、法定相続分は配偶者2,500万円、子供2,500万円を相続することになります。

ところが全遺産5,000万円を内縁の妻に相続すると遺言していました。

■遺留分(法定相続分の2分の1)を請求できる

遺留分は法定相続人がそれぞれ法定相続分の2分の1を相続できるわけです。

遺留分を計算してみましょう。

配偶者は法定相続分2,500万円の2分の1である1,250万円。

子は法定相続分2,500万円の2分の1である1,250万円になります。

そこで、戸籍上の奥さんと子供は内縁の妻にこの遺留分を請求できます。

■遺留分は財産づくりに寄与した親族の生活を守る方法

遺産の相続分割はその財産所有者の自由です。遺言によってその意思を表します。でも、親族などはその遺産づくりに寄与したり、その遺産で今後の生活をしたりします。

というわけで法律は遺留分認めて、遺言書の意味を尊重しながら親族を保護しています。

30秒でチョットした情報通になれる



6月のトピックス

竜巻

災害救助法適用地域の保険料猶予



損害保険協会 & 生命保険協会のホームページを見ると今回の筑波地方の竜巻で被害の遭われた方に対し以下のことが情報提供されていました。

●損害保険協会

このたびの竜巻とみられる突風や落雷等により被害を受けられた皆様へ

- ・災害救助法適用地域にお住まいのご契約者に対する特別措置法について

災害救助法が適用された地域にお住まいのご契約者が被害を受けられた場合、各損害保険会社は、火災保険、自動車保険、傷害保険などの各種損害保険について、**保険料のお支払いを猶予するお取り扱いができる場合がございます**。詳しくは、ご契約の損害保険会社までお問い合わせ下さい。

●生命保険協会

- ・災害救助法適用地域の特別取扱いについて（栃木県・茨城県）

生命保険会社では、災害により災害救助法が適用された地域の被災者のご契約について、以下の特別措置を実施しております。

保険料払込猶予期間の延長：**保険契約者からのお申し出により、保険料の払込みについて、猶予する期間を最長6ヵ月延長いたします。**

この場合の保険料猶予とはどういうことでしょうか？

保険料猶予とは猶予であって支払しなくてよいということではありません。災害に遭ったので生活が困難になったから6ヵ月間保険料を払わなくてもよいということです。その間の補償(保障)は継続します。6ヵ月経過後に、一括で猶予されて保険料を支払うか、あるいは本来の保険料に上乗せ分割して払うかをしないと保険を継続できません。