





（續）ということなので、仮に救急車を呼んだ場合、通報から到着までの時間は、7・7分（総務省調べ）。2008年全国平均（調査）で、蘇生措置が行われ、松村さんは幸い後遺症もなく、無事生還を果たすことができました。

これは、心肺停止からの経過時間が短かったためといわれていますが、図1でご紹介する「ドリンカー曲線」が、すとおり、呼吸停止から蘇生措置までの時間が長くなるほど、蘇生確率は低くなり、4分後には50%にまで低下してしまいます。

これらの体制やかけられ  
るリストによって設定目  
標は変わっていくことによ  
うが、やはり最低でも、  
90%の蘇生確率がある  
「2分以内」を目指して  
たいといひです。

この目標を達成するた  
めには、AED装置の脳  
内設置および、家族全員  
がAEDの操作や人工呼吸

## 事業継続マネジメントにおける時間の重要性

幸い通報が早く、さっそく駆けつけた「干 イル AED隊」によつて蘇生措置が行われ、松さんは幸い後遺症なく、無事生還を果たすことができました。

これは、心肺停止からの経過時間が短かつたためといわれていますが、図1で紹介する「ドリンガーラー曲線」がすとおり、呼吸停止から蘇生措置までの時間は低くなり、4分後で50%にまで低下してしまいます。

今年の3月に行われた東京マラソンに田嶋したお笑いタレントの松村邦洋さんが、レース中に急性心筋梗塞による心室細動で倒れ一時心肺停止状態になつたことは、ご記憶の方も多いと思います。

置が行われないケース（AED装置がない、人 工呼吸法をマスターしていない人が居合わせないなど）では、蘇生確率は著しく低下するということになります。

心肺停止後の迅速な蘇生措置がいかに大切か

吸法を含む救急救命講習に参加することが考えられます。

そして、AED装置の定期点検、講習の定期的受講を徹底すれば、家庭内で事故については、2分以内に蘇生措置を行える可能性はかなり高い

の生産がストップし、在庫も尽きてしまえば、その事業は止まってしまいます。

は「いつまで」〇〇をする」「いつまでに〇〇復旧する」というフレーズで、「時間」が大変重要ななります。

いつまでに復旧させるのか  
災害時の目標復旧時間を設定

## R.M.第一線からの報告

# リスクマネジメント 大世紀

►► 116

【事務所】  
リスクサービス株式会社  
【TEL】 078-327-3922  
【FAX】 078-334-1241  
【E-MAIL】  
[ijuin@risk-services.co.jp](mailto:ijuin@risk-services.co.jp)

設定したうえで、その時間以内に復旧できるための体制作りを行い、万が一、目標復旧時間を超えて事業停止が継続する可能性がある事態に遭遇した際に発動する事業継続計画（BCP）を策定しておくる必要があります。

BIA & リスクアセスメントで  
グレーゾーンを明らかにする。

# 當業公社長

日誌

大川 西北 <3>

図1 ドリンカー曲線

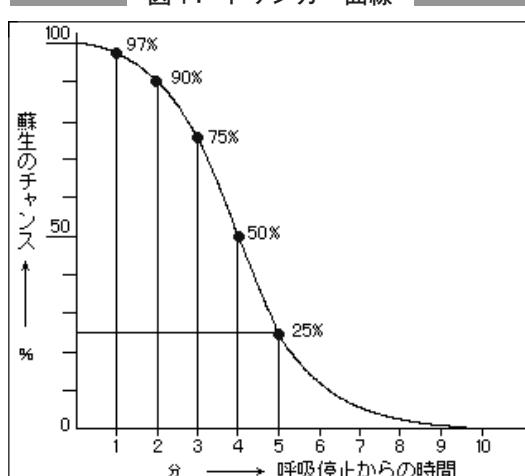
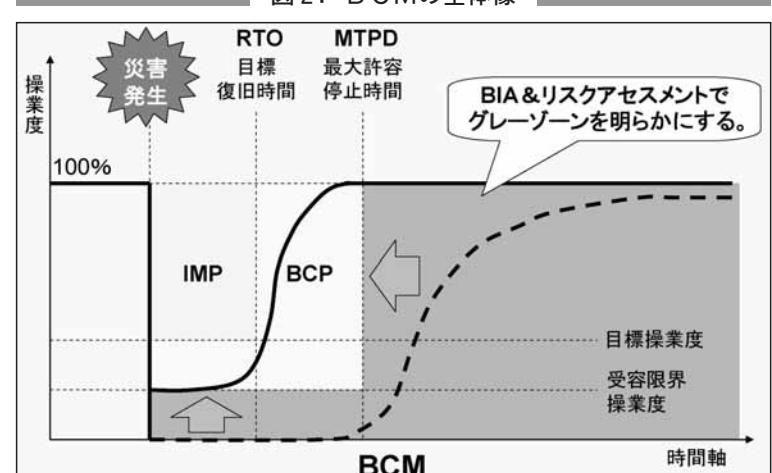


図2 BGMの全体像



たり、一2台目の車を購入したから保険に加入したい」など売り手からアクションを起こさなくても増収に向にあつた。しかし、ほとんどないのが現状。特陥専業プロ代理店は保険契約数が減少が収入に直結するのだから契約件数を増やす動きが起きるかが代理店経営を左ボイントとなる。現状に甘いその動きができなければ成

# 増収が厳しい代理店経営

新規と既存両面から取り組み必要

新規と既存両面から取り組み必要  
災保険に必ずしも加入しているとは限らない。自動車保険の契約に訪問するところが増収に結び付く動きとなる。一つの家族の状況は常に変化しておらず、家族を取り巻くリスクの状況も変化し続ける。いかに一人のお客様を理解し対応していくかが必要なのである。ところがこのテーマは、わかついてもなかなか実践しきれない難しいテーマである。保険会社としてはいかにそれを管理し実践してもらえるか一步踏み込んだシステムやツールを考える取り組みが必要である。

增收のためには新たなマーケットの開拓と、既存のお客様からの情報収集と管理による提案活動の実施という両輪で増収できる代理店組織を考えていくことが、保険会社にとっても重要であり、試行錯誤しながら取り組む課題である。

一途をたどるところとなる。  
そもそも保険を普及させる目的  
は一人のお客様に対しまさ  
まにリスクを顕在化させ、それ  
に対する保険を案内する活動が  
必要である。お客様は提案され  
たりリスクに対する保険の内容と  
提示された掛金に対し、事故発  
生のリスクの頻度と事故発生時  
の損失の大きさからその保険に  
加入すべきか判断する。事故が  
発生する前にその機会をいかに  
たくさん提供してあげることが  
できるかが重要である。(略)

(第三種郵便物認可)

セントラルセイバード会員限定の長期保険特約付傷害保険「シェルパ」を発売した。同商品は、

イオン保険サービス株式会社は、

イオングループのカーデ会員限定の長期保険特

約付傷害保険「シェルパ」

支払われる普通傷害保険

を発売した。同商品は、

である。

## 地震による死亡も補償 カード会員限定の普通傷害保険

### イオン保険サービス

イオングループ会員限定の長期保険特約付傷害保険「シェルパ」を発売した。同商品は、

セントラルセイバード会員限定の長期保険特

約付傷害保険「シェルパ」

支払われる普通傷害保険

を発売した。同商品は、

である。

## 「C-1グランプリ」実施

日本興亜保険グループ

### 接客応対スキル競う

参加スタッフ



会場の審査員ら



日本興亜保険グループ

### 接客応対スキル競う

参加スタッフ

会場の審査員ら



会場の審査員ら

会場の審査員ら&lt;/div

# トピック 判例

に収容される設備、什器等、③保険金額を建物1に7200万円、設備、什器等に430万円、建物2に7800万円、設備、什器等に420万円とする店舗総合保険契約を締結した。

(2) 上告人は、16年7月に収容される設備、什器等、③保険金額を建物1に7200万円、設備、什器等に430万円、建物2に7800万円、設備、什器等に420万円とする店舗総合保険契約を締結した。

する場合には、その損害に対しても水害保険金を支払う旨定め、上記損害の状況として、同項③号は、保険の目的である建物が床上浸水を被った結果、当該建物にその保険価額の15%未満の損害が生じたときを、4号は保険の

同号が適用され、被上告人が上告人に支払うべき水害保険金の額は50万円となる旨主張して、上告人の請求を争っている。

**最高裁判決、「他の保険契約」があつた場合の保険金調整**

**【本文】**原判決中、上告人敗訴部分を棄却する。前項の部分につき、被上告人の控訴を棄却する。

約に基づき、水害保険金100万円の支払を求め  
る事案である。

1日、A損保会社と同日  
○17年7月1日、保険の  
目的を上告人所有の別件  
建物（診療所）、保険金額  
を7000万円とする店  
舗総合保険契約（「別件  
保険契約」）を締結した。  
(3) 本件保険契約に適用  
される普通保険約款（以  
下「本件約款」）には、

イ 7条4項は、1条7項3号及び4号に定める水害保険金の額につき、保険金額の5%とする。

1条（保険金を支払う場合）第7項第3号までに  
第4号の損害に対する主  
拵責任額の合計額が、1  
回の事故につき、1構内と

場内は、第7条（水害保険金の支払額）第4項の規定を適用して算出しえども、支払限度額×この保険額とします。

め、床上浸水を被り、  
れらの規定によれば、  
本件保険契約の水害保険  
の額は1000万円と  
ある。

の損約金な別以外のものについて縛られた保険契約が含まれることを文言上明示しているところ、同項にそのような文言はない。水害保険金は、水災により保険の目的である財が受けた損害をん種るものであり、同一の險の目的に他の保険契

保険給付を受けて利得を得る事態が生じ得ることになる。水害保険金と用保険金には、上記のうな保険給付の性質の異があることからすると、保険の目的を異なる保険契約が締結される場合に、費用保険について他に保険契約

険金の額を50万円と算定したことと原審の上記判断によれば、この判決に影響を及ぼすことが明らかな法令の違法性がある。論理はこの趣旨である。いつものとして理由が述べてある。その余の意につき、その他の意見についても、本件の争点である敗訴部門の上告人敗訴部の破棄を免れない。そして

豪雨のため複数の建物が  
「1構内」をどう解  
釈したかが争われた。原審は、「1構内」に該当する建物は複数ある場合、被保険者が占有しているものを指すものとし、被保険者の占有する複数の建物が同一契約者または被保険者によって占有されているものを「1構内」と認めた。

裁判では判決以外の補足意見として、「店舗総会」を契約する一般人の通常の理解に照らして解釈が行われるべきで、原審のような解釈は「構内」の文言の通常の意味から離れ、一般人の通常の理解を超える意味を付与するものといわざるを得ない」としている。(平成21年6月4日判決、最高裁判所第一小法廷)

果、本件保険契約の保  
の目的に生じた損害は  
本件約款1条7項3号  
び4号所定の損害に該  
し、本件約款7条4項  
よれば、保険契約の水  
保険金の額は100万

、保険金（臨時費用保険金、失火見舞費用保険金、震火災費用保険金また修理付帯費用保険金。下「費用保険金」と総する）の額について、

は、その水害保険金の額は100万円であると認められる。

## 代理店経営情報

シンニチ  
代理店版

(ただし、1回の事故に  
つき、1構内ごとに10  
保険契約に、この損害に  
じとに1000万円（他の  
契約の支払責任額／それ  
ぞれの保険契約の支払責

(2) また、本件約款14  
1項は、本件約款1条

るが、保険の目的を異にする別件保険契約による保険契約が締結され本件約款14条4項に

に収容される設備、什器等、③保険金額を建物1に7200万円、設備什器等に430万円、建する場合には、その損害に対する場合に、同項が適用され、被告の支払を求める限度で上位の支払う場合) 第7項の損害賠償金の額は50万円。しかしながら、原審は、告人が上告人に支払うべき告人の請求を認容した。害に対して保険金を支払う旨定め、上記損害の状況として、同項3号は、とみなす旨主張して、上告の上記判断は是認する。されに該当しないことは、理的な理由があるというので、これを避けるため、他の保険契約との間で保険給付の調整が必要となるべきである。  
裁判官全員一致の意見で、主文のとおり判決。(3) そうすると、本件保険契約と保険の目的を異なる。

**ドクターKANの 時代を生き抜く  
提案スナップの基礎固め**

上田 寛

<45> 適格年金の実態と今後の動向③

**退職金コンサルティングの重要性**

適格年金の移行で最も重要なことは、「退職金規程の改定」と「退職金・退職年金財源の確保」であり、そのバランスを取りながら解決すべきであると述べてきました。前回は、適格年金のしくみと現状の問題点を理解し、移行ステップの流れを確認しました。正しい見直しイメージを掴み、適格年金移行後の、退職金・退職年金の財源として、中小企業退職金共済制度（中退共）と生命保険の意味合いが理解できたと思います。中退共は、退職年金ではなく退職一時金ながら、適格年金のファンドを移行でき、国の制度としての安心感から、中小企業の選択のベースとして考えられています。一方、生命保険は、適格年金のファンドがそのまま移行できないにもかかわらず、いざという時の事業資金ニーズ等への対応が可能であり、企業側にとって強いニーズがあることを確認しました。

今回は、退職金コンサルティングの重要性、適格年金を中退共に移行することに対し、生保が代替、及び、補完するメリットを整理し、生保商品の販売につなげるスキームを作っています。

今回も、200社を超える退職金コンサルティングの実績を誇る企業年金のプロフェッショナルで、退職金コンサルタントである、社会保険労務士の、三橋 由寛（みつはし よしひろ）先生に監修をいただきました。三橋先生への反響も多く、本号で本テーマを完結しますので、文末に、プロフィールと合わせ、写真と連絡先を掲載させていただきました。

**●退職金コンサルティングのポイント**

ご承知のように、適格年金は、解約しただけでは解決になりません。中退共へ移行しても、401kを導入しても同じことです。退職金制度の改定（規程の改定と財源の確保）で重要なことは、制度改定の手法（テクニック）ではなく考え方になります。制度改定のポイントは以下の2つだけだと考えています。

- ①会社の支払可能額の範囲内で、再設計すること
- ②従業員にしっかり説明をし、同意を得ること

そこで重要なのが、この2つの目的を達成するために企業を支援する「退職金コンサルタント」の存在です。多くの経営者が、適年の移行は急務でも、退職金規程は今までいいとお考えの中、積立不足の真意を的確に分析・指摘し、従業員説明会まで仕切ることのできるプロフェッショナルといえます。

従業員説明会では、なぜ、制度を変更しなければならないのか、どのような制度変更なのかを説明することに加え、自分の退職金がどうなるのかという、理屈より感情的になる場面も納得してもらえる能力を備えたコンサルタントは、経営者にとってとても頼りになるはずです。

また、図表1は、退職金制度改定のスケジュールと、適年移行完了までの期間の目安を従業員数と労働組合の有無によって表したもの（あくまで目安）です。

**■適年移行先としての中退共と生保の事例**

次に、適格年金から中退共もしくは401kと生保に移行した事例を見てみましょう。図表2は、従業員が50~150名の事例です。会社の概要から旧制度の問題点、新制度の選択理由、制度後の状況をコンパクトにまとめています。

**●確定拠出年金（日本版401k）のメリットとデメリット**

メリット：①運用がよければ退職金の金額が増える場合もある。②中退共に比べて拠出金が少ない。  
③ポートフォリオがある。

デメリット：①導入・運用コストが発生する。②従業員の

**図表1 退職金制度改定のスケジュールと適年移行**

回数	内 容	従業員数	労働組合	期間の目安
第1回	・コンサルティング手法のご説明 ・分析に必要な資料の確認 ・移行時期（ターゲット）の設定	100人未満	有	4ヶ月～8ヶ月
第2回	・分析結果のご報告 ・問題点の共有化 ・方向性の確認 ・モデル退職金テーブルのご提示 ・個別シミュレーション結果のご報告	100人以上 300人未満	無	3ヶ月～6ヶ月
第3回	・修正案の確認（新制度確定） ・経過措置に関する打ち合わせ	300人以上	有	5ヶ月～12ヶ月
第4回	・適格年金移行に関する打ち合わせ ・従業員説明会に関するアドバイス	300人以上 500人未満	有	4ヶ月～12ヶ月
第5回	・従業員説明会の実施 ・同意書 ・退職金規程の変更・届出 ・適格年金の解約・移行処理	500人以上	無	6ヶ月～12ヶ月

自己責任が発生する。③60歳まで支給されない。

**●中退共のメリットとデメリット**

メリット：①国の制度があるので安心感がある。②手数料がかからない。③退職すれば支給される。

デメリット：①401kに比べて掛金が高い

これらのメリット、デメリットを比較して、現実的には中退共の方に移行する会社が多いと認識しています。

**●生保が代替・補完できる～企業内退職金制度**

そこで、現行の退職金制度の全体像を把握し、制度内容を新しい退職金規程に書き換えるながら、その内容に合った生命保険を提案していきます。生保の提案は、企業内退職金制度の提案であり、生保が最適であるという合理的な説明が必要です。

企業内退職金制度は、企業が独自に作成した退職金規程によって運営され、支払原資としては、預貯金や生命保険といった内部留保金を充てていきます。この制度は、企業の裁量で制度運営ができる退職金制度であり、適年のファンドが移行できないにもかかわらず、企業のニーズがある点に注目すべきです。例えば、懲戒解雇や競業禁止義務違反への不支給や減額等の除外規定を設けたり、退職事由別計算方法、支給水準等を独自で設けたり、退職金の支給の有無の判断や退職金額の調整ができる、経営者にとっては頗ってもない制度と考えることができますね。

**●生保販売スキーム**

原資の準備手段として、適年や中退共等の外部積立ではなく、企業の裁量で使える内部留保金で退職金原資を確保することで、規程通りに制度運営をすることが可能になります。退職給与引当金は、平成14年4月をもって廃止されており、現在は有税積立として預貯金を活用するか、福利厚生プラン等、税の取扱いを優遇された生命保険を活用することになります。生命保険を活用するメリットは厳然と存在することが理解いただけますね。具体的に生保を契約するには、企業内退職金制度を提案するための退職金規程の作成が必要になります。経験豊富な退職金コンサルタントと上手に絡みながら進めれば、成功事例をどんどん重ねることが想像できると思います。

図表2の①A運送の例を少し詳しく解説します。問題点として、適年での旧制度は、退職金カーブが基本給連動型（40年で1,200万円）の（年功型）2次曲線、予定期率5.5%での積立不足は約6,000万円あり深刻でした。月額保険料は約90万円でしたが、本来200万円以上支払わないと制度運営ができず、売上が年々減少しており、支払えない状況でした。会社側のニーズは、積立不足をなくしたい、支払い時に金額を決めたい、いざという時に事業資金としても使いたい、自分で直接渡したい、本当はあまり払いたくないというものでした。制度見直しの手法として、退職金制度を「基本退職金」と「加算退職金」に分離し、前者を中退共で準備（適年から移行）、後者を生保（養老保険・ハーフタックスプラン）で準備しました。基本退職金が、勤続年数によって決定する全員一律支給に対し、加算退職金は、勤続期間中の会社への貢献を反映させ、支給額が変動するものです。制度見直しの効果として、適年を廃止することで積立不足から解放され、退職金の支給水準のコントロールが可能になりました。会社は本来支払わなければならぬ金額より、30年間で約1億3,000万円も大幅に少なくすることができ、退職金のことでの悩まなくてよくなったことに加え、従業員は会社への貢献を意識するようになります。社内も活性化したのです。

**■適年移行におけるポイントのまとめ**

これまで3回にわたって展開した「適格年金の実態と今後の動向」ですが、最後にポイントをまとめておきます。

**図表2 移行事例**

会社名	①A運送	②B食品	③C企画
都道府県	東京都	千葉県	東京都
業種	運送業	製造業	サービス業
従業員数	67名	150名	57名
平均年齢	40歳	42歳	32歳
平均勤続年数	10年	15年	7年
制度改定の目的	積立不足をなくしたい。 直報金、差額に応じて、支払う時に会社が金額を決めたい。	企業規模からみて、実施が容易で、わかりやすい制度を利用したい。予測可能なコスト負担で安定継続可能な制度にしたい。	現役従業員は、3年内に離職する者も多いので、中途退職等も考慮を入れた制度を作りたい。
移行パターン	旧制度 新制度	適格年金 適格年金	適格年金、厚生年金基金
特徴的な点	「中退共」+「一時金制度（生保）」	「中退共」+「一時金制度（生保）」	401k+「一時金制度（生保）」、厚生年金基金
選択理由	勤続年数部分と貢献度部分を年々の財源に分ける。 勤続年数部分は中退共から、貢献部分は退職一時金から支給する。	自己会合賃金水準を中退共で支給、差額を一時金で支給。	年功序位型の制度から役員に応じて、401kの掛け金を設計し、勤続、成果に応じて支給。
制度改定後の状況	貢献度に応じて、会社が自由に退職金額を決めることができるもの。国が審査している安心感、手数料がからない。	単純シンプルでわかりやすく、手数料がかかるない。	積立不足を解消したい。費用負担を明確にしたい。

**筆者プロフィール**

上田 寛（うえだ かん）

AGFで営業部門、マーケティング部門、ブルデンシャル生命でライフプランナーを経て、日本最大級、生損保約40社を取扱う大手代理店で営業企画部長、バイスプレジデント等を歴任。保険営業の専門家に対し、個人、法人、相続・事業承



繼等の様々な商談にすばり活かせるノウハウを提供、ドクターKANと呼ばれる。現在は、FP・リスクマネジメントを核とした人生成功ナビゲーターとして活動。総合資産コンサルティングを専門とする㈱ラピュタファイナンシャルアドバイザーズ／研修講師も務める。■【執筆】「中小企業経営における生命保険の意義と課題」慶應義塾保険学会『保険研究』第60集。■【資格等】CFP®、DCアドバイザー、生命保険大学課程（TLC）、損害保険特級、宝地区アムバーピー・ナビゲーター、慶應義塾大学経済学部卒業、慶應義塾保険学会会員。

**1) 適格年金の廃止は平成24年3月末**

- あと約2年で廃止
- 移行完了までの期間として最短でも3ヶ月、従業員数や労組があった場合、1年以上かかる場合もあり、移行検討はすぐに開始すべき（生保アプローチも同様）
- 2) 適格年金は解約しただけでは問題解決にならない
  - 退職金・企業年金の見直しは「経営問題」であること理解する
  - 退職金制度の見直しは、テクニックではなく「考え方」が重要である
    - ①会社の支払可能額の範囲内で再設計する
    - ②従業員にしっかり説明して同意を得て行う
  - 本当の積立不足（「退職金規程の金額」－「適年内部積立額」）を把握する
- 3) 正しい見直しの手順と問題解決手段を理解する
  - 現状を把握することが最重要である
  - 2つの視点と5つのステップに留意する
    - 2つの視点：規程と財源確保、5つのステップ：現状分析→方向性の検討→制度の設計→移行処理の検討→従業員との合意
  - 該当企業の退職金制度の方向性を議論し、制度改定のイメージを固める
  - 従業員への説明方法（変更理由、変更内容、自分の退職金はどうなるのか……理屈より感情）
- 4) 退職金コンサルティングの重要性を理解する
  - 退職金制度、退職金の金額を企業の支払い可能な範囲で再設計
  - 従業員に制度変更をしっかり説明し、同意を得て実施する
  - 優秀な退職金コンサルタント（上記2点の目的を達成するため、企業を支援する活動をする人）に関与してもらい、適年移行を完結させる
- 5) 適年は代替として生保は重要
  - 中退共の補完としても代替としても、生保は企業にとって大きなメリットがある

適年廃止まで残り少ない期間になりましたが、生保を活用し、集中して成果を上げていただくことを願っています。重要なことの1つは、時間をかけて専門知識の勉強をし、それから案件にあたりながら試行錯誤するといったような、すべてを自身で行うことよりも、経験豊富で優秀な退職金コンサルタントと役割分担して成果を上げる思考に転換することだと考えます。三橋先生にもご相談されてはいかがでしょうか。退職金コンサルティングを通して制度運営に関われば、企業との関係を深めるチャンスですし、その企業のすべての保険契約を制する可能性が高くなるでしょう。

次回は、新年号となりますので、税制改正の動向等もふまえ、今後の留意すべきテーマを述べてみたいと思います。

**【監修者プロフィール】**

三橋 由寛（みつはし よしひろ）

社会保険労務士、退職金コンサルタント、ミツハシ社会保険労務士事務所所長。



賃金制度・人事制度構築（退職金・企業年金）のコンサルティングを中心に、中小企業における経営問題の解決にあたっている。日本有数の退職金問題解決のプロ集団である退職金制度の改革実行研究会に所属。研究会を通じ、200社を超える退職金のコンサルティング実績を誇り、企業の従業員数も30人～400人規模と幅広い。セミナー講師としても、生損保会社を含め多くの実績があり、大変わかりやすいと定評がある。

東京海上日動  
広島中央支店  
尾道支社

# 「お客様と心通わす安全顧問」の存在に

有限会社 Tグループ 代表取締役 井原 吉啓氏

代理店登場



同時に平成2年4月1日に研修生となつた。

「保険の仕事はどういふものかも知らず、契約を挙げていかないとい食べていけない」ということが2、3ヵ月たつてやつとわかつたぐらいです。人は好きでしたが、営業は草手で最初のうちはほとんど契約ができませんでした」

同じ研修生の先輩である新宅紀夫さん(現、会長)に悩みを打ち明けたところをアドバイスされた。まったく事故処理に対し素人であった井原

さんは大学卒業と同時に平成6年4月に個人的に事故処理が困って困った仕事に臨まなければいけない。そこで2、3ヵ月たつてやつとわかかつたぐらいです。人は好きでしたが、営業は草手で最初のうちはほとんど契約ができませんでした」

## バッくオフィスの充実を図る

井原さんは大学卒業と同時に平成2年4月1日に研修生となつた。

「保険の仕事はどういふものかも知らず、契約を挙げていかないとい食べていけない」ということが2、3ヵ月たつてやつとわかつたぐらいです。人は好きでしたが、営業は草手で最初のうちはほとんど契約ができませんでした」

井原さんは、新宅さんからかと、平成6年4月に個人的に事故処理が困って困った仕事に臨まなければいけない。そこで2、3ヵ月たつてやつとわかかつたぐらいです。人は好きでしたが、営業は草手で最初のうちはほとんど契約ができませんでした」

## 成長し続ける代理店

### 更改の流れをシステムに

東京海上日動とは下記システムで結ばれており、お客様との間を経たあ

4年間

の研修生

を経たあ

多いで

とては「こじまやつ

てくれるのか」というこ

とで、他代理店との差別

化が図れ、自然とお客様

の口コミで広がったり、

よりきめ細かく結ぶため

の内閣、運転者年齢の範

10月末には12月の更改を

12月に満期になる契約の

場合、10月始めごろから

返送してもらい、10月後

半に更改手続きを行い、

12月の案内を郵送し、更

改が完了となる。

この流れは早期更改に

生かされている。例えば

「お手続き連絡票」(左

下表)を同封。この連絡

票には、主に車を運転す

る人、車の用途、免許証

の内容、運転者年齢の範

10月末には12月の更改を

12月に満期になる契約の

場合、10月始めごろから

返送してもらい、10月後

半に更改手続きを行い、

12月の案内を郵送し、更

改が完了となる。

この流れは早期更改に

生かされている。例えば

「お手続き連絡票」(左

下表)を同封。この連絡

票には、主に車を運転す

る人、車の用途、免許証

の内容、運転者年齢の範

10月末には12月の更改を

12月に満期になる契約の

場合、10月始めごろから

返送してもらい、10月後

半に更改手続きを行い、

12月の案内を郵送し、更

改が完了となる。

この流れは早期更改に

生かされている。例えば

「お手続き連絡票」(左

下表)を同封。この連絡

票には、主に車を運転す

る人、車の用途、免許証

の内容、運転者年齢の範

10月末には12月の更改を

12月に満期になる契約の

場合、10月始めごろから

返送してもらい、10月後

半に更改手続きを行い、

12月の案内を郵送し、更

改が完了となる。

この流れは早期更改に

生かされている。例えば

「お手続き連絡票」(左

下表)を同封。この連絡

票には、主に車を運転す

る人、車の用途、免許証

の内容、運転者年齢の範

10月末には12月の更改を

12月に満期になる契約の

場合、10月始めごろから

返送してもらい、10月後

半に更改手続きを行い、

12月の案内を郵送し、更

改が完了となる。

この流れは早期更改に

生かされている。例えば

「お手続き連絡票」(左

下表)を同封。この連絡

票には、主に車を運転す

る人、車の用途、免許証

の内容、運転者年齢の範

10月末には12月の更改を

12月に満期になる契約の

場合、10月始めごろから

返送してもらい、10月後

半に更改手続きを行い、

12月の案内を郵送し、更

改が完了となる。

この流れは早期更改に

生かされている。例えば

「お手続き連絡票」(左

下表)を同封。この連絡

票には、主に車を運転す

る人、車の用途、免許証

の内容、運転者年齢の範

10月末には12月の更改を

12月に満期になる契約の

場合、10月始めごろから

返送してもらい、10月後

半に更改手続きを行い、

12月の案内を郵送し、更

改が完了となる。

この流れは早期更改に

生かされている。例えば

「お手続き連絡票」(左

下表)を同封。この連絡

票には、主に車を運転す

る人、車の用途、免許証

の内容、運転者年齢の範

10月末には12月の更改を

12月に満期になる契約の

場合、10月始めごろから

返送してもらい、10月後

半に更改手続きを行い、

12月の案内を郵送し、更

改が完了となる。

# 今日も！日お元氣で！ Vol. 34

—「素敵ながらだ」作りませんか —

ヘルシーオフィス フー 代表 德田 泰子  
<http://foo-df.com/web/index.html>



寒冷じんましんをご存じですか?

からだが冷えると発疹が

「寒さが原因」のじんましん、「寒冷じんましん」をご存じですか？

11月に入り急に寒さが増してきました。冷え性など寒さが原因で起こる病気のひとつに「寒冷じんましん」があります。

寒冷じんましんは、冷たい水や風など、体温よりも低い物質に触れたことにより発症するじんましんをいいます。皮膚の赤味、わずかな腫れ、かゆみなどが寒冷じんましんの特徴になります。放っておくと症状が悪化することもあり、悪化せずにたまに出る程度でとどまることもあります。からだが冷たくなる度に皮膚に発疹が出現し、かゆみも出ると寒冷じんましんの可能性を疑ってみましょう。

寒冷じんましんの原因是、体温低下によるもので発症する平均体温の36度以下の物質でしたら、原因物質になる可能性があります。

徳田氏監修による料理レシピを当社のホームページに掲載しています。  
お客様にお届けするツールとして活用下さい。

### どんな症状

冷たい気温というよりも、冷たさによる体温の低下が寒冷じんましんの原因となりますので、入浴後の体温低下、冷たいものに触れるなどは冬場に起こりやすくなります。はじめは肌がピリピリする程度ですが、症状は悪化し、次第にかゆみが取れなくなることもあります。

寒冷じんましんが発生した箇所をかいてしまうと、かゆみが発生したり、じんましんが広がることもあります。基本的にじんましんができやすい体質なのに、さらにかいてしまうことは肌に刺激を与える結果となり、症状が悪化します。



## 予防はからだを温めること

からだを温めることが大切です。皮膚の温度が下がらない工夫と肌が冷たいものに直接触れることがないようにご注意ください。基本は温めればおさまりますが症状が重いようなら早めに皮膚科で受診してください。

## 電子帳簿保存法Q & A-上-

## 承認件数10万件を突破

知ってトクする -563-

A cartoon illustration of a man with glasses and a suit, holding a book.