



株式会社 郵愛

〒151-8502
渋谷区千駄ヶ谷1-20-6
FAX (0120) 779-783

TEL (0120) 025-315 (自動車保険)
(0120) 025-375 (総合保険)
(0120) 025-915 (がん保険)
(0120) 221-220 (医療共済)

節分といえば豆まき! 恵方巻き!

注視される旧暦の新年の始まりに相当する立春を厳粛に!

昔むかし、そのまた昔、陰陽師が活躍した時代から節分の夜には鬼が出ると考えられていました。鬼を近づけず、邪気を払うことで家内安全、健康長寿、幸福が得られるという、節分の行事として今に伝わっています。行事の方法は地方により千差万別ですが食べ物に関連したものを紹介します。

1 豆まき

節分といえば豆まきが主流です。豆をまき、豆を自分の年齢(数え年)の数だけ食べます。また自分の年の数プラス1つの豆を食べると体が丈夫になり、風邪を引かないという習わしもあります。豆は「摩滅」に通じ、鬼に豆をぶつけることで邪気を払い一年の無病息災を願うという意味合いもあります。

※典型的な豆まきの仕方

- ①福豆を準備します ……福豆とは大豆を炒ったものです。生の豆を使うと拾い忘れた豆から芽が出て縁起が悪いので炒った豆を使います。
- ②豆まきは夜に行う ……鬼は昼間は姿を隠し、夜になるとやってくるので、夜に家族全員が揃ってから行います。
- ③豆を撒くのは主人 ……家長が撒くというのが一般的ですが、年男、年女、厄年の人が撒く風習もあります。最近は家族全員で祈願し撒くことが定着しています。
- ④「鬼は外!福は内!」と撒く…鬼は外!と家の外に向けて撒いたら、鬼が戻らないように戸や窓を閉め、福は内!と部屋の中に撒きます。
- ⑤最後に豆を食べよう ……豆まきが終わったら、1年の厄除けを願い自分の年齢より1つ多く食べます。数が多くて食べきれない場合はお茶に福豆を入れ「福茶」として飲みます。

2 恵方巻き

近年持て囃されているのが恵方巻きです。スーパーやコンビニで宣伝されたことにより、全国的に広まり、今では予約販売の品揃えもあるようです。その年の恵方を向いて願い事を思い浮かべながら一本丸ごと食べると、願いが成就すると言われていています。①包丁を使わないことで「縁を切らない」②巻物は「福を巻き込む」という意味が込められています。

3 節分いわし

鰯の頭を柊の枝に刺したものを玄関に飾るという風習です。節分いわしは焼くと激しい煙と臭いが出て邪気を追い出し、柊の針で鬼の目を刺すという魔よけの意味があります。「いわしの頭も信心」ということわざもこの風習からきています。

家内安全、健康長寿、幸福が得られるという行事は、将来への安心を祈願するものです。

いにしえからの風習を重んじながら、現実を直視してみると、私たちの身の回りには鬼ではなく交通事故や火事・地震、突然の病気やケガ等いろいろな災厄があります。これらの災厄から身を守り、家族全員の将来への安心・安全を祈願する意味を込めて、郵愛で取り扱う各種保険にご加入するのはいかがでしょうか。



病気・ケガ
がん・介護
への備え

ポストライフの

医療共済

マイガード

2014年4月始期契約
新規・型変更募集締切間近!!

役員勉強会資料

(申込書到着締切は2月10日(月)です) ※新規加入は随時受付します



は **病気** **ケガ** **がん** **介護** を
トータルに補償します!!

おすすめポイント

1 割引適用により
掛金が割安!

[30歳の方の場合]

10,000円型
2,950円/月

40%割引

10,000円型
1,790円/月

(※) 団体割引20%・損害率による割引25%を適用。

2 ご家族皆様で加入可能!

加入対象者はポストライフ組合員ご本人だけでなく配偶者・お子様・ご両親・同居のお孫様となります。実家のご両親、一人暮らしのお子様も加入できます。

●新規加入年齢：満1歳～満74歳まで

●更新加入年齢：満84歳まで

3 「病気・ケガ」の入院補償が充実!

日帰り入院から補償します。しかも1回の入院につき180日限度、通算限度日数は無制限。

4 「がん」での入院・手術は、上乗せ補償!

10,000円型の場合、入院保険金は1日につき20,000円、手術保険金は最大80万円(※)となります。

(※) 手術倍率40倍の手術の場合。手術の内容・種類によっては回数の制限があったり、お支払いの対象とならない場合があります。

5 ご加入者向けサービスをご提供!

東京海上日動が提供する便利なご加入者向けサービスの

「メディカルアシスト」「デイリーサポート」がご利用いただけます。

給付金お支払い例

例1

脂肪腫の場合

10,000円型

●脂肪腫の手術(皮膚皮下腫瘍摘出術)を日帰りで受けた場合

内訳

手術保険金(病気・ケガ)
10,000円×5倍……………5万円

*従来はお支払いの対象外でしたが、今回の改定(公的医療保険制度の給付対象の手術のため)からお支払いの対象になります。

合計 5万円

例2

胃がんの場合

10,000円型

●胃がんと診断され、開腹手術(胃全摘除術)を受け、26日間入院した場合

内訳

入院保険(病気・ケガ)
10,000円×26日……………26万円
入院保険(がん)
10,000円×26日……………26万円
手術保険金(病気・ケガ)
10,000円×40倍……………40万円
手術保険金(がん)
10,000円×40倍……………40万円
重度入院一時金……………10万円

合計 142万円

例3

骨折の場合

10,000円型

●大腿骨骨折で手術(四肢骨・四肢関節観血手術)を受け、20日間入院した場合

内訳

入院保険金(病気・ケガ)
10,000円×20日……………20万円
手術保険金(病気・ケガ)
10,000円×10倍……………10万円
特定傷害保険金……………10万円
(一時金)

合計 40万円

コース別補償金額(保険金額)表

おすすめ!

給付項目	給付要件	コース名	3,000円型	5,000円型	10,000円型																	
入院保険金	① 病気・ケガで入院したとき	入院1日につき 3,000円 (入院初日から180日限度)	入院1日につき 5,000円 (入院初日から180日限度)	入院1日につき 10,000円 (入院初日から180日限度)																		
	② がんで入院したとき	入院1日につき 3,000円 (入院初日から無制限) *がンの場合には①に 上乗せして支払われます	入院1日につき 5,000円 (入院初日から無制限) *がンの場合には①に 上乗せして支払われます	入院1日につき 10,000円 (入院初日から無制限) *がンの場合には①に 上乗せして支払われます																		
手術保険金	③ 病気・ケガで手術したとき	<table border="1"> <tr> <td>重大手術^(※)</td> <td colspan="2">12万円</td> </tr> <tr> <td>上記以外の手術</td> <td>入院中以外(外来) 1.5万円</td> <td>入院中 3万円</td> </tr> </table>	重大手術 ^(※)	12万円		上記以外の手術	入院中以外(外来) 1.5万円	入院中 3万円	<table border="1"> <tr> <td>重大手術^(※)</td> <td colspan="2">20万円</td> </tr> <tr> <td>上記以外の手術</td> <td>入院中以外(外来) 2.5万円</td> <td>入院中 5万円</td> </tr> </table>	重大手術 ^(※)	20万円		上記以外の手術	入院中以外(外来) 2.5万円	入院中 5万円	<table border="1"> <tr> <td>重大手術^(※)</td> <td colspan="2">40万円</td> </tr> <tr> <td>上記以外の手術</td> <td>入院中以外(外来) 5万円</td> <td>入院中 10万円</td> </tr> </table>	重大手術 ^(※)	40万円		上記以外の手術	入院中以外(外来) 5万円	入院中 10万円
	重大手術 ^(※)	12万円																				
上記以外の手術	入院中以外(外来) 1.5万円	入院中 3万円																				
重大手術 ^(※)	20万円																					
上記以外の手術	入院中以外(外来) 2.5万円	入院中 5万円																				
重大手術 ^(※)	40万円																					
上記以外の手術	入院中以外(外来) 5万円	入院中 10万円																				
④ がんで手術したとき	手術の種類により 3・6・12万円 *がンの場合には③に 上乗せして支払われます	手術の種類により 5・10・20万円 *がンの場合には③に 上乗せして支払われます	手術の種類により 10・20・40万円 *がンの場合には③に 上乗せして支払われます																			
放射線治療保険金	⑤ 放射線治療を受けたとき	3万円	5万円	10万円																		
先進医療保険金	⑥ 先進医療を受けたとき	技術料に応じて 3万円～183万円	技術料に応じて 5万円～305万円	技術料に応じて 10万円～610万円																		
重度入院一時金	⑦ 重い病気・ケガで入院したとき	3万円	5万円	10万円																		
特定傷害保険金(一時金)	⑧ 特定のケガで治療を受けたとき	3万円	5万円	10万円																		
葬祭費用保険金	⑨ お亡くなりになったとき	30万円限度(実費)	50万円限度(実費)	100万円限度(実費)																		
介護補償保険金(一時金)	⑩ 所定の要介護状態になったとき	10万円	15万円	20万円																		

●保険金をお支払いする場合、お支払いする保険金、保険金をお支払いしない主な場合等については、パンフレット14～15ページ「補償のあらまし」をご覧ください。
●お亡くなりになった場合、上表記載の葬祭費用保険金額を限度に親族が負担された葬祭費用の実費をお支払いしますので、実際に要した葬祭費用の領収書等が必要です。

掛金表・月額

本契約は掛け捨ての1年契約となります。新規加入は、満1歳～満74歳になります。
更新時に年齢群が上がる場合は、掛金が増額となる場合がありますのでご了承ください。()内は前年掛金との差額

掛金は
40%
割引

(※)団体割引20%・
損害率による割引
25%を適用。

年齢群	3,000円型	5,000円型	10,000円型
1歳～4歳	480 (70)円	770 (100)円	1,550 (220)円
5歳～9歳	420 (10)円	660 (0)円	1,320 (20)円
10歳～14歳	410 (-10)円	650 (-20)円	1,290 (-30)円
15歳～19歳	430 (-30)円	690 (-70)円	1,410 (-130)円
20歳～24歳	510 (-20)円	820 (-30)円	1,640 (-60)円
25歳～29歳	520 (0)円	840 (-10)円	1,710 (-10)円
30歳～34歳	550 (-20)円	900 (-30)円	1,790 (-50)円
35歳～39歳	610 (-50)円	980 (-100)円	1,930 (-200)円
40歳～44歳	680 (-30)円	1,120 (-60)円	2,200 (-130)円
45歳～49歳	840 (60)円	1,380 (90)円	2,760 (190)円
50歳～54歳	1,080 (0)円	1,780 (-10)円	3,540 (0)円
55歳～59歳	1,470 (-10)円	2,410 (-20)円	4,840 (-40)円
60歳～64歳	2,070 (90)円	3,440 (160)円	6,850 (300)円
65歳～69歳	2,790 (180)円	4,640 (300)円	9,240 (610)円
70歳～74歳	3,870 (210)円	6,420 (340)円	12,740 (660)円
75歳～79歳	5,220 (-120)円	8,670 (-210)円	17,170 (-420)円
80歳～84歳	7,180 (-400)円	11,900 (-660)円	23,440 (-1,340)円

●年齢は、2014年4月1日現在の満年齢(中途加入時も)となります。
●制度改定に伴い、掛金が増額となっています。
●ご契約期間中途での型変更はできません。また、更新時に増額の型変更を希望される場合は、あらかじめ告知していただきます。

立春からのチャレンジ、素足で足裏ツボ・マッサージ!

意外な健康法は素足で邪気を追い払い無病息災!

2月といえば節分ですね。節分はもともと季節の始まりの立春・立夏・立秋・立冬の始まりの日の前日のことで「季節を分ける」ことを意味しています。立春は旧暦の新年の始まりに相当します。節分行事の多くは家内安全、健康で風邪を引かないという意味合いがあります。注目度がアップしている健康法をご紹介します。

1 足の裏には全身の神経等が集中しています!

足ツボ・マッサージは一日の疲れを取り、癒しを求める仕事帰りの女性層に大人気となっています。

また、幼稚園や保育園では「はだし教育」を取り入れるところが増えていきます。

これは裸足で歩くことで足の裏に適度の刺激が与えられ、心身ともに効用があるといわれているからです。裸足で歩くと、足裏が直接刺激を受けるため、人間がもっている適応作用によって、足裏が頑丈になり、足裏の筋力がアップします。そして、土踏まずが発達し扁平足とは無縁になります。

さらに、裸足で歩くことにより、足裏のツボが直接刺激されます。足裏のツボは脳や内臓器官と繋がっているため、裸足による足裏への直接刺激により、脳や内臓器官が活性化するので。

日常は靴を履くことで、足の裏に対するけがや衝撃、暑さ寒さからの保護をしています。靴は大変便利なものなのですが、裸足の効用の面から見ると利益が相反するのです。全身の神経等が集中している足の裏を癒すことで全身に安らぎを得ることができます。



2 足の五本の指は、靴の中でぎゅうぎゅうに詰め込まれています!

足の圧迫や蒸れが原因で水虫、外反母趾など、さまざまな病気が発症します。薬が効かずに悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。また、足裏が圧迫されていると下半身の血行が悪くなって老廃物がたまり、むくみや冷え、腰痛や生理痛、便秘などの原因にもなります。

足の裏には体全体の神経が繋がっているため、足を圧迫しすぎると、その反動が体に弊害となって表れたりします。素足で邪気を払う感覚で足をのびのびさせましょう。

3 家庭での素足生活をお勧めします!

仕事をしているときは、靴を履いているので、足が圧迫され汗で足が蒸れていますので、家庭では素足になり、足をのびのびさせてください。

休みの日には、青々と茂った芝生の上や海辺のヒンヤリした砂の上を裸足で歩けば、心地よく楽しくなり、頭の中もリフレッシュされます。裸足になるということは、体だけでなく、心までも裸足にさせてくれます。

え～ あの白い牛乳は、血液からできるの!!

ジュースやお茶、コーヒーなど、飲み物の多くは植物を原料に作られます。牛乳は、数少ない動物の原料から作られる飲み物の一つです。牛乳は、牛の乳房で作られますが、乳房がミルクタンクのようになっていて、中に牛乳が入っているわけではありません。牛の乳房には、太い血管が通っています。この血管を流れる血液を材料として、乳房で牛乳が作られるのです。乳房の中には乳腺細胞が並んでいます。ここで血液から運ばれてきたさまざまな栄養素を取り込んで、牛乳の成分に作りかえます。血液中の脂肪酸からは、クリームの原料となる乳脂肪が作られます。血液中のアミノ酸から乳タンパク質が合成されます。そして、グルコースから乳糖が合成されます。こうして乳房の中で栄養素である牛乳が作られていきます。牛乳1リットルを作るためには、約500リットルの血液が流れる必要があります。

牛乳の中には、多くの小さな脂肪の粒が含まれていて、この脂肪の粒が白さの秘密なのです。脂肪酸のたくさんの粒が光を多方面に乱反射させるので、いろんな光の波長が混ざります。そのため牛乳は白く見えるのです。

