



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)

注意

“うっかり事故”が増えています



「“郵愛”扱いJP労組団体扱自動車保険」で2016年7月1日～2017年6月30日に発生した4,159件の発生状況を分析しました。

＜場所別・行動形態別 事故発生件数 トップ5＞

全体			本人			家族		
		4,159件			2,583件			1,576件
全体	単路・直進	1,019件	本人	単路・直進	753件	家族	駐車場・駐車中	405件
	駐車場・後退	466件		駐車場・後退	336件		単路・直進	266件
	駐車場・駐車中	462件		交差点内・直進	270件		交差点内・直進	141件
	交差点内・直進	411件		交差点内・停止中	144件		駐車場・後退	130件
	単路・停止中	175件		単路・停止中	139件		駐車場・直進	51件
	上記5項目計	2,533件		上記5項目計	1,627件		上記5項目計	993件

“単路・直進”での事故が全体の約1/4(1,019件/4,159件)を占めています。

この1年間「若年層」の重大事故が発生しています。お子様とは是非【安全運転】について話し合いの機会を持って下さい。

大事故例

- ・契約者の同居の子供(大学生)が深夜、壁に激突して死亡。
- ・契約者の別居の子供(大学生)が雪道でスリップして電柱に衝突し、同乗の知人を含む4名が頭蓋骨骨折等の重傷。



＜場所別 事故発生件数＞

全体				本人				家族			
	件数	割合		件数	割合			件数	割合		
全体	単路	1,495件	36.0%	本人	単路	1,090件	42.2%	家族	駐車場	712件	45.2%
	駐車場	1,463件	35.2%		駐車場	751件	29.1%		単路	405件	25.7%
	交差点内	858件	20.6%		交差点内	591件	22.9%		交差点内	267件	16.9%
	高速道路	343件	8.2%		高速道路	151件	5.8%		高速道路	192件	12.2%
合計	4,159件	100%		合計	2,583件	100%		合計	1,576件	100%	

全体の約70%が「単路」「駐車場」で発生しています。家族は「スーパー」「コンビニ」等の駐車場の事故が一番多く発生しています。

駐車場では、車を運転する人が駐車スペースを探していたり、車や人が駐車スペースに出入りしようとしていたり動きが不規則になるため、事故につながる危険性が高くなります。駐車場では、常に周囲にも注意を払って安全確認を十分に行いながらすぐに止まることができるような速度で運転しましょう。

＜月別＞

	全体	本人	家族
1月	377件	238件	139件
2月	354件	229件	125件
3月	317件	190件	127件
4月	339件	182件	157件
5月	318件	190件	128件
6月	302件	173件	129件
7月	382件	229件	153件
8月	364件	234件	130件
9月	336件	228件	108件
10月	321件	195件	126件
11月	339件	232件	107件
12月	410件	263件	147件
合計	4,159件	2,583件	1,576件

＜曜日別＞

	全体	本人	家族
月曜日	543件	339件	204件
火曜日	564件	360件	204件
水曜日	549件	334件	215件
木曜日	525件	332件	193件
金曜日	607件	377件	230件
土曜日	723件	435件	288件
日曜日	648件	406件	242件
合計	4,159件	2,583件	1,576件

事故件数が増加傾向です。
安全運転を励行してください！

月では夏休みの7、8月、冬休みの12、1月。曜日では週末に多く発生しています。

知っておきたいがんの基礎知識



1 誰でもなる可能性がある*

現在日本人は、一生のうちに、2人に1人は何らかのがんにかかるといわれています。がんは、すべての人にとって身近な病気です。

2 予防できるけれど完全には防げない*

がんは、禁煙や食生活の見直し、運動不足の解消などによって、「なりにくくする(予防する)」ことができる病気です。しかし、それらを心がけていても、がんに「ならないようにする」ことはできません。

3 うつる病気ではない*

がんは、遺伝子が傷つくことによって起こる病気です。がんという病気自体が人から人に感染することはありませんが一部のがんでは、ウイルス感染が背景にある場合があります。がんになるまでには、それ以外にもさまざまな要因が、長い年月にわたって関係しています。

基本的に、心臓、髪の毛以外の人間のほとんどの臓器、組織にがんは発生します。

4 がんの検査と治療*

がん治療を開始するまでには多くの場合、時間がかかります。がんを正確に診断するためには、詳しい診察と検査が必要だからです。

がんの治療では、「治療の効果を最大限に得ること」と同時に、「体への負担を最小限にすること」が重要です。多くの検査とそれにかかる時間は、適切な治療を行うために必要なものです。

5 「がん保険」は必要か!*

どんなに規則正しい生活を送っている聖人君子でもがんになる可能性はあります。万が一、がんに罹患した場合、がんの治療には多額のお金がかかります。医療保険だけではカバーされない通院の保障、三大治療や高額になる先進医療の保障、専門家によるカウンセリングもある「がん保険」は必要です。

大切なのは経済的不安をなくし治療に専念できる環境を作っておくことです。

JP労組では、JP労組組合員向けのオリジナルのがん保険「新生きるためのがん保険Days(デイズ)・JP労組プラン」を販売しています。保険料はJP労組の集団取扱ですので集団割引の適用された保険料となります。

組合員の2親等以内のご家族にも集団割引は適用されます。

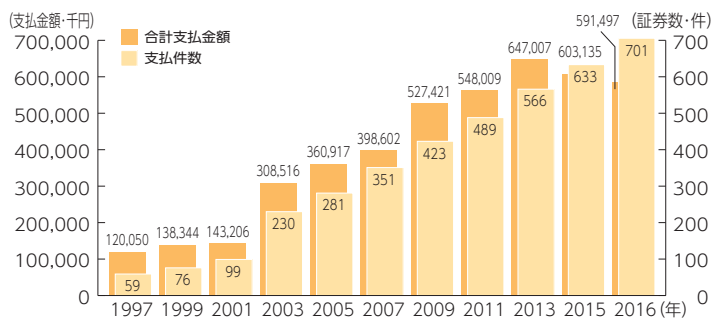
データで見るJP労組のがんの現状

2016年(1月～12月) JP労組のがん保険給付実績

給付件数 **701件** (1日あたり1.7件) 給付金額 **5億9,127万円**

出典:アフラック給付実績調査(2017年9月現在)

直近(2000年以降) JP労組のがん保険給付実績



アフラックがん保険の支払証券数も19年間で約10倍以上に

出典:アフラック給付実績調査(2017年5月8日現在)

部位別「入院給付金」支払件数割合

(2017年5月8日現在)

男 性		
部 位	件数	占率(%)
前立腺	41	13.1
胃	38	12.2
気管、肺	31	9.9
結腸	25	8.0
膀胱	21	6.7
その他	156	50.0
合 計	312	100.0
女 性		
部 位	件数	占率(%)
乳房	59	35.3
結腸	13	7.8
卵巣	12	7.2
子宮	10	6.0
胃	9	5.4
その他	64	38.3
合 計	167	100.0
合 計		
部 位	件数	占率(%)
乳房	60	12.5
胃	47	9.8
前立腺	41	8.6
気管、肺	39	8.1
結腸	38	7.9
その他	254	53.0
合 計	479	100.0

出典:アフラック給付実績調査(2017年5月現在)



2017年11月に「がん保険」未契約の組合員のみなさまにはDMをご案内させていただきます。
この機会にぜひご検討ください!

『糖質』を理解して 健康的な食生活を送りましょう

最近巷でよく耳にする「糖質制限」や「糖質ダイエット」。夏が終わり、つつい美味いものを食べすぎてしまう“食欲の秋”の到来です。そこで、今回は「糖質」について学び、健康的な食生活を送る事前知識を身に付けましょう！

糖質の役割

動いているとき、考えているとき、寝ているとき。生きている限り、からだは常にエネルギーを消費し続けます。「糖質」は、胃腸で消化・吸収され血液と一緒に全身の細胞に行き渡り、体を動かすための必要なエネルギー源となります。また、いざというときのエネルギー源として、体内で「ぶどう糖」に分解された後、肝臓や筋肉に貯蔵されます。

「ぶどう糖」は生命維持に欠かせません。脳は、エネルギーの多くを「ぶどう糖」に頼っていますし、全身の細胞に酸素を届ける血液中の赤血球は、「ぶどう糖」しか利用できないのです。

炭水化物と糖質は同じじゃない

ご飯など主食をすべてカットする過激な食事制限に挑み、リバウンドしたり体調を崩したりしてしまう人も多い糖質制限ダイエット。「糖質は太るもだから！」とよく耳にします。確かにご飯もパンも糖質たっぷりなイメージですが、炭水化物＝糖質なのでしょうか？

ダイエットの敵とみなされてしまう「糖質」と役立つ成分と思われる「食物繊維」。

実はどちらも同じ「炭水化物」に含まれます。「炭水化物」とは、「糖質」と「食物繊維」を合わせてよぶ言葉です。

「糖質」は前述したとおりからだにとって大切なエネルギー源ですが、必要以上にとり過ぎてしまうと血液中の「ぶどう糖（血糖）」が急激に上昇。するとすい臓からインスリンが大量に分泌され、血糖値を一定に保つために、脂肪細胞にぶどう糖をどんどん送り込んでしまうのです。この余った「糖質（ぶどう糖）」が中性脂肪に変わり、肥満を招く原因になります。

糖質の摂取量が多ければ多いほど、インスリンの分泌量も増えてしまいます。

糖質のなかでも血糖値が上がりやすいものを控える

糖質を多く含む食品には、ご飯などの主食類や砂糖を多く含むお菓子などの他、いも類・根菜類、豆類、果物などがあります。これらを控えることは、ダイエットには有効ですが、全てカットしてしまうと体に必要な他の栄養まで不足してしまうので、要注意です。特に、いもや根菜、豆、果物などには、血糖値の上昇を緩やかにする食物繊維も多く含まれます。逆に、血糖値の急上昇を招きやすい食品を優先的に控えることが、肥満防止に役立ちます。

血糖値を上げやすい食品とは？

炭水化物は、糖質と食物繊維から成りますが、食物繊維は人の消化酵素では消化・吸収されにくく、エネルギー源になりません。ただし、血糖値も上がりにくい、満腹感を得やすい、腸内環境を整えるなど、体にとっていい働きをしてくれます。

一方の糖質は、エネルギー源になります。ご飯やパン、麺類などの主食に含まれる糖質は、ゆっくりと吸収されるデンプンが主体で、砂糖などに比べると血糖値の上昇はずっと緩やかです。

なかでも、精製度が低く食物繊維が残っている雑穀米や玄米、全粒粉パンやライ麦パン、そばなどが、より緩やかになります。砂糖に含まれる糖質は、体内に入るとすぐに吸収されて、血糖値を短時間で上昇させます。そのため、砂糖が主体のお菓子やケーキ、また清涼飲料水や砂糖を入れたコーヒーなどは注意が必要です。

一見手っ取り早くやせられそうな糖質制限ダイエットですが、やみくもに炭水化物を抜いても、効果が得にくくだけでなく、体や脳のエネルギー不足に陥ってしまうという落とし穴があります。

お米や麺、パン、甘いデザートなど糖質（炭水化物）が多い食べ物さえ制限すれば、肉類などのタンパク質や脂質は通常通り摂取して良いのです。お酒においては、焼酎、ウイスキー、ブランデーなどの蒸留酒や辛口ワインなら飲んでも問題ありません。最近はビール（系飲料）でも「糖質オフ」や「糖質ゼロ」の商品が増えています。面倒なカロリー計算をしなくても良いという点、気軽に始めることができ、無理なく継続できる点が魅力のようです。

今年の秋は、美味しいものを食べつつも、「糖質」を意識して健康的な食生活を送ってみませんか？

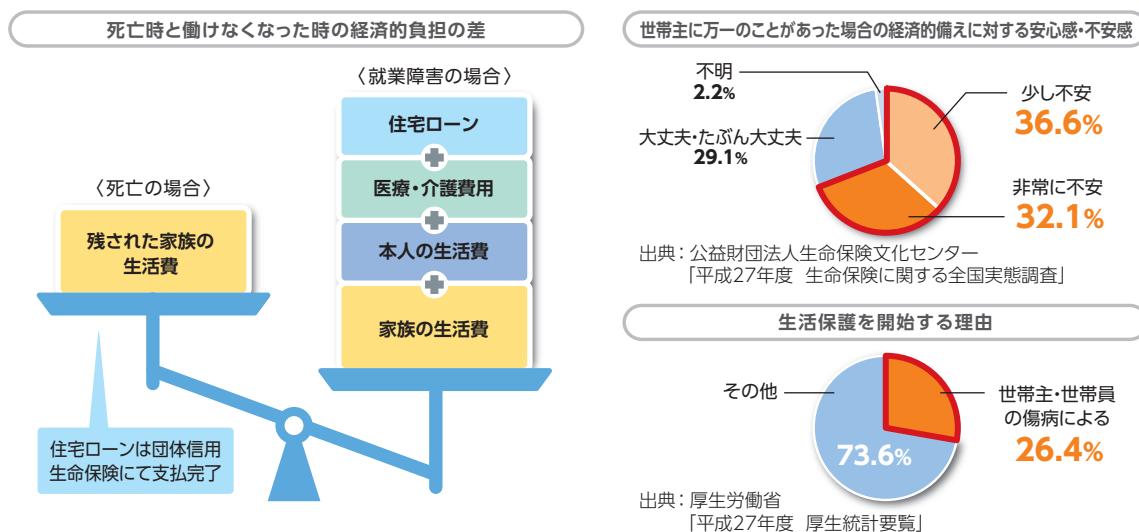
病気やケガで働けなくなったら…。JP 労組専用「GLTD (休業時収入サポート)」 10月上旬にDMをご案内予定

突然の病気やケガで長期間働けなくなり、収入が減った場合はどうしたらいいのでしょうか？ 特に住宅ローンを抱えていたり、子供の教育ローンが必要だったりすると収入の目減りは深刻な悩みとなります。一般的な生命保険は、入院時の医療費や死亡時に備える保険です。働けなくなった場合の所得減少には対応していません。

JP 労組では「GLTD (休業時収入サポート)」を、団体割引 30%適用でお申し込みができます！

「GLTD (休業時収入サポート)」へ加入する必要性

病気やケガにより働けなくなると「所得喪失」状態となった場合、死亡の場合以上に経済的負担が大きくなる可能性があります。



2017年10月1日から、JP労組のオートローン、の金利が変更になりました

※新車から中古車、初めての購入から買い替えまで、郵愛ではJP労組組合員のみなさまがより充実したカーライフを送ることができるように、三井住友海上と提携した「オートローン」を特別金利で提供しています。
このたび、2017年10月1日から『スペシャルオートローン 1.55%』『一般オートローン 1.75%』に決定致しました。

■ 近々おクルマをご購入のご予定はございますか？

	2017.10.1～
スペシャルオートローン	1.55%
一般オートローン	1.75%

対象者	JP労組組合員 (ご勤務1年以上の正規社員に限ります。) 前年度税込年収 200万円以上
年齢	20歳～完済時60歳以下
融資金額	30万円～300万円(1万円単位)
融資期間	6ヶ月以上5年以内(6ヶ月単位)

- (注1) 融資利率：固定金利。保証料を含み、事務取扱手数料等諸費用を除きます。
(注2) 適用期間：2017年10月2日～2018年3月26日融資実行分まで。
(注3) 詳細は(株)郵愛からお送りする「三井住友海上職域ローンご利用のしおり」をご覧ください。
(注4) 審査の結果によっては、お申し込みのご希望にそえない場合がありますので、予めご了承ください。

※スペシャルオートローン…指定ディーラーからの購入、かつファーストアクセス(ご紹介の前に、ディーラーとの接触が全くない)であることが条件です。
※当社指定ディーラーからのご購入でない場合や、当社指定ディーラーで購入したがファーストアクセスでなかった場合にも、お得な一般オートローン制度(金利1.75%)をご利用いただけます。

お車で購入サポート・ローン共通

まずは、事前にご連絡・ご登録ください！

三井住友海上
JP労組カーライフ支援デスク
(マイカー紹介センター)

0120-110-160

【受付時間】月～土曜日 10:00～18:00(日・祝日休)

JP労組カーライフ支援サイト

<https://carlifefenavi.atlux.ne.jp/yuuai/>

◆ご利用には暗証番号「jprouso061」(すべて半角)が必要です。



お詫びと訂正

郵愛だより9月号において役員等体制を紹介しましたが、監査役の名前に一部誤りがありました。謹んでお詫び申し上げますとともに、訂正させていただきます。

誤)岡田 絵里

正)岡田 絵理