



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)

株式会社郵愛第41回定時株主総会報告

業務部長

岡本康二郎

【部長】

監査役
監査役
監査役

福田 千秋 (新任)
山元 崇
中熊 英樹 (新任)

【監査役】

取締役 (非常勤)
取締役 (非常勤)
常務取締役
常務取締役
常務取締役
専務取締役
代表取締役

加藤 順一 (新任)
窪田 義明 (新任)
金子 則幸 (新任)
長塚 義治
富塚 由三
定光 克之
林郷 俊也 (新任)

【取締役】

株式会社郵愛 役員等体制

開催日 2021年8月26日(木曜日)
開催場所 オールラム(東京都台東区東上野)

経営・事業報告

(株) 郵愛の第41期営業推進は、損保・生保とも依然厳しい環境下での取り組みとなりましたが、JP労組各機関の積極的な取り組みに支えられ、一定の成果を収めることができました。

1. 収支状況

売上高は1,484,217,089円に対前期比102.1%、販売費及び一般管理費等の費用については、996,108,117円に対前期比102.3%となり、営業利益は488,108,972円となりました。

2. 業績・営業推進状況

ア 自動車保険の推進状況

期	自動車保険	
	契約台数	増減比較
第40期	43,948	+727
第41期	44,495	+547

イ がん保険の推進状況

期	がん保険			
	契約件数	増減比較	収納件数	増減比較
第40期	57,296	+1,939	26,236	-697
第41期	59,476	+2,180	25,551	-685

ウ 医療共済「マイガード」の推進状況

期	医療共済「マイガード」	
	契約件数	増減比較
第40期	91,968	+2,036
第41期	94,137	+2,169

エ 当期純利益

期	当期純利益
第40期	311,964,449円
第41期	324,720,046円

大規模災害が発生した場合のセーフティネット



9月1日は防災の日です。今年も日本全国で自然災害が断続的に発生しており、さらに大規模な自然災害がいつ発生してもおかしくない状況です。そこで今回は大規模な自然災害が発生した場合の、公的なセーフティネットの代表的な制度等をご紹介します。

1 災害救助法による援助について

この法律が適用される基準は、災害により市町村の人口に応じた一定数以上の住家の滅失がある場合となっています。例えば人口30万人以上の場合は、住家全壊150世帯以上となっています。具体的な援助の内容は、被災者の救出、避難所・応急仮設住宅（原則2年間）の設置、食品・飲料水、被服・寝具、学用品等の提供、医療・助産、住宅の応急修理等です。災害救助法が適用されると、住宅ローンの返済や損害保険料の支払い猶予等のように金融機関の取扱いについて特別措置が講じられる場合があります。

2 災害弔慰金・災害障害見舞金の給付金額

一定の規模の自然災害で死亡した遺族や重度の障害を負った人に支給される給付金です。

災害弔慰金の支給額は、生計維持者が死亡した場合500万円、その他の人が死亡した場合250万円です。

また、災害障害見舞金は、重度の障害（両眼失明、常時要介護状態、両上肢がひじ関節以上切断等）の場合に支払われ、その給付額は生計維持者で250万円、その他の人は125万円となっています。

3 生活再建支援制度について

行政が運営している生活再建支援制度は様々ありますが、代表的な制度を3つご紹介します。

①災害援護資金の貸付

市町村が実施主体の制度です。都道府県内で災害救助法が適用された市町村が1つでもあれば対象となります。負傷または住居や家財に被害を受けた人は、最高350万円の貸付が受けられます。この貸付制度の限度額は世帯の人数や前年の所得金額により決定します。借入れ条件は原則として、利率は現在年3%、据置期間中（3年）は無利子、償還期間は10年です。

（貸付には所得制限があります）

②生活福祉資金貸付

都道府県の社会福祉協議会が実施主体です。65歳以上の高齢者・身体障害者手帳等を交付されている人・住民税非課税世帯のような低所得者に対する資金の貸付制度です。

③被災者生活再建支援金

被災者生活再建法が適用される地域に居住する人が所定の要件を満たせば支給されます。支援金は「基礎支援金」（被害の程度により支給）と「加算支援金」（建設・購入、補修など住宅の再建方法により支給）の2種類となっています。例えば家屋が全壊した場合、基礎支援金100万円、加算支援金200万円の合計300万円が支給されます。支援金を受け取るためには、自治体の発行する「り災証明書」が必要です。また、損害の程度が「半壊以下」は対象外となります。

4 自然災害による被災者の債務整理に関するガイドラインについて

全国銀行協会では、「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」を策定し、自然災害にあった債務者が一定の要件を満たせば、法的な破産手続きではなく、債権者と債務者の合意に基づいて、住宅ローン等の免除・減額を申し出ることが可能となる制度（簡易裁判所の特定調停）を運営しています。この制度を使えば、財産の一部をローンの支払いに充てずに手元に残すことができます。また、破産等の手続きとは異なり、債務整理をしたことは個人信用情報として登録されません。そのためその後の新たな借入に影響が出ません。

自然災害は遭遇しない事が一番ですが、これらの制度を知る事で万が一自然災害に罹災した際の一助にしてください。
共済制度で必要な備えも忘れずに!!



「こむらがえり」はなぜ起こる



突然、ふくらはぎに激痛が走る、「こむらがえり」。運動中や就寝中に起きやすく、あまりの痛みで動けなくなってしまう。「こむらがえり」は、なぜ起こるのでしょうか。

1 「こむらがえり」とは？

「足がつる」と表現される「こむらがえり」とは、主にふくらはぎにおこる筋肉けいれんの総称です。「こむらがえり」の「こむら」とはふくらはぎのことを指します。

激しい痛みを伴いますが、ほとんどの場合は数分間でおさまります。

その名の通り、ふくらはぎに起こることが多いですが、足の裏や指、太もも、胸といった体のどこにでも起こります。

睡眠中に見られるほか、激しい運動中や筋肉を使い過ぎた後にも見られます。

2 「こむらがえり」の原因とは？

寝ている時にエアコンの冷気が当たって体が冷えて血行が悪くなったり、汗をかいてマグネシウムやカルシウムの電解質（筋肉細胞などの働きに関わるミネラル）が体から出ていくことが原因です。

マグネシウムは収縮した筋肉を弛緩させる（ゆるめること）働きをしています。そのため、マグネシウム不足では筋肉を弛緩しにくくなります。

横になって寝ているときは筋肉が緩んだ状態になっており、ふくらはぎなどの筋肉に存在する過収縮を予防する腱紡錘（けんぼうすい）が、マグネシウムが不足すると機能が低下し、弛緩が制御不能となるため、「こむらがえり」がおきます。

3 たかが「こむらがえり」と思わないように

その他にも、腎不全（特に透析中）や糖尿病、メタボリックシンドローム、肝硬変、熱中症、甲状腺機能低下などの病気や、妊娠（特に妊娠初期の酷い時期）期間中に生じることがあります。

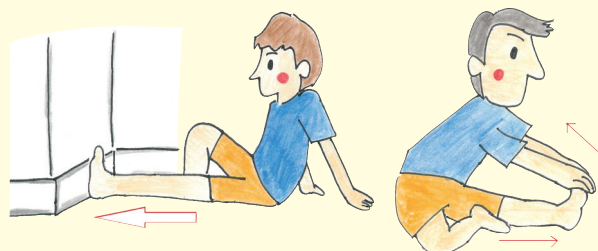
運動による「こむらがえり」は、必ずしも検査が必要とは限りません。しかし運動と関係なく、「こむらがえり」を繰り返すような場合、症状から何かしらの病気が疑われることもあるので検査しましょう。

「こむらがえり」になった時の対処法

「こむらがえり」になった時、激痛で焦ると思いますが、筋肉がつるのは筋肉が強く縮んでしまった状態ですので、それをゆっくり、優しく伸ばします。

つま先を上に向けて、かかとの角度が90度になるようにしながら、すねのほうにゆっくりと引き、ふくらはぎを伸ばします。

あるいは近くに壁があれば、足の裏で壁を押すようにしてひざの裏を伸ばしていきます。これを、痛みがおさまってくるまで、ゆっくりと続けます。



「こむらがえり」の予防方法

激しく運動をした日や、足元から冷えた時など、「今日はちょっと足がつりそうだな」と思ったら早めの予防策です。

入浴後や就寝前に血流をよくするストレッチをします。

階段や椅子などの30センチ～50センチほどの物に片足をのせます。のせていない足のふくらはぎとひざ裏の筋肉を、30秒間ほどグーっとしっかり伸ばします。伸ばしている足のかかとは床にしっかりつけます。

足全体の緊張がほぐれて血流もぐんと良くなります。

その他の予防法

- 運動中はこまめに水分補給（ミネラルや塩分が入ったものを）
- 運動の前後はしっかりとストレッチを行う
- お風呂にゆっくり入る
- カルシウムやマグネシウムをたっぷり取る



注目され始めた「生卵がけ納豆ごはん」の効果

納豆の薬効は、いつまでもイキイキした脳を維持する効果あり!

「納豆」は、煮た大豆に納豆菌を付着させて発酵させた食べ物です。世界一の長寿国である日本の和食が注目を集める中で、その特有さから、ひと際脚光を浴びているのが、大豆発酵食品の納豆です。

1 日本は微生物の王国といわれる環境

湿度が高く雨の多い日本列島は、無類の微生物王国です。その微生物の力を上手に利用して、さまざまな発酵食品を生み出してきました。納豆はもっとも手軽に取ることでできる身近な発酵食品です。

納豆菌は、土中や空気中など自然のあらゆる場所に野生している「枯草菌」の一種で、水田のワラに多く存在しています。世界でも類まれな「糸を引く納豆」の菌の繁殖力は極めて旺盛で、タンパク質分解能力に優れています。

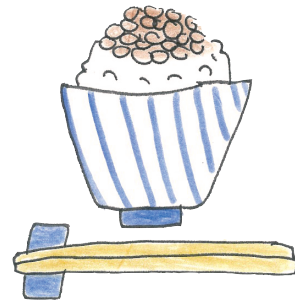
2 廉価で和食に合う納豆

納豆はたんぱく質などの栄養があり、食味も米食に合う食べ物です。そのため、和食に欠かせない存在として食べ続けられてきました。さらに、価格が廉価なことも大きなポイントです。体に良くて安いからこそ、長く、そして、欠かすことなく食べ続けられてきたのです。

3 朝食にピッタリの「生卵かけ納豆ごはん」

一日の活力を養う朝ごはんで、お手軽に栄養を補給できるのが「生卵かけ納豆ごはん」です。これ一杯ならば、時間も節約でき、十分な栄養も補給できます。

この「生卵かけ納豆ごはん」一杯で、納豆に含まれるたんぱく質や多くの成分はもとより、卵やお米に含まれる「レシチン」や、卵黄に含まれるビタミンB12などが効率よく摂取できます。とくにビタミンB12は、記憶物質「アセチルコリン」を効率よく合成するため、記憶力がより高まり、ボケを予防する効果があるといわれています。



サツマイモの美味しい季節到来!

1 秋が旬のサツマイモは、イモ類の中で、一番多く糖質を含みます。

秋が旬の食材の一つにサツマイモがあります。

このサツマイモは多種のビタミン群が含まれ、イモ類の中では一番多く糖質を含みます。

また、サツマイモに含まれるビタミンCはでんぷん質で保護されているため、加熱しても壊れにくく、かつレモンより摂取しやすく、ビタミンB群、E群も豊富に含んでいます。

そして、紫イモには、老化に対抗する抗酸化作用のあるアントニシアニンが含まれています。

サツマイモは輪切りに切ったとき、切り口に出てくる白い液体は「ヤラビン」という成分です。ヤラビンは腸のぜん動運動を促進しますので、便秘解消にうってつけの栄養素です。

2 持った時に重く、皮がすべすべなものが良く、紅色が濃くつやのあるものを選びましょう!

サツマイモを買う時の選別方法は、持った時に重く、皮がすべすべなものが良く、紅色が濃くつやのあるものを選びます。端っこの切り口に蜜が染み出していたら、それは特に甘い印となります。ただ、黒い斑点などがある場合は傷みの可能性が高いので避けた方がよいでしょう。傷やシワが目立つものも避けた方がよいでしょう。

