



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)

乳がんの早期発見のために 定期検診を受診しましょう



乳がんは30歳代後半から増加しはじめ、40～50歳代の方に1番多い病気です。しかし20歳代の方でも発症することがありますので、若いうちから気をつけておくことが大切です。

増え続けている乳がん

2017年に乳がんと診断された日本人女性は8万9,100人にもなります。同じ年に乳がんで死亡した女性の数も1万4,400人にものぼり、乳がんによる死亡は、ここ30年で3倍にも増加しています。

高齢になるほど、特に50歳以降は急激にがんになる率が高くなってきますが、乳がんは、女性ホルモンにより増殖するという一面があるので、閉経前の40～50代の女性に多発します。

晩婚化、少子化で女性の授乳機会が減ったことも乳がん増加の一因になっているともいわれています。(授乳することで乳がんの発症が減少することは、50年も前から明らかにされています。)

定期健診の必要性

乳がんの早期発見のためには、日ごろのセルフチェックに加え、定期的に検診を受けることが大切です。とくに発症率が急増する40歳代からは、少なくとも2年に1回は検診を受けます。

乳がん検診は、問診、視・触診、マンモグラフィ検査、超音波検査などで行います。

日本人を含むアジア人は約80%がデンスブレスト(乳腺組織が乳房に多く存在する「高濃度乳腺」)といわれ、マンモグラフィ(乳房専用のレントゲン検査)では乳がんを発見しにくい場合があるので、エコー(超音波)検査とあわせて検診をすることを薦めます。



乳がんを予防するには

日本人に多発していた胃がん、子宮頸がんは減少し、1960年以降に増加してきた肺がん、大腸がん、食道がんなどの[欧米型のがん]のひとつとして、乳がんが存在します。

[欧米型のがん]発症の大きな要因は、肉、卵、牛乳、バター、マヨネーズなどに代表される高脂肪の欧米食です。

脂肪(コレステロール)から、女性の卵巣、男性の睾丸の中で、女性ホルモン(エストロゲン)、男性ホルモン(テストステロン)が合成されますが、女性ホルモンの増加、男性ホルモンの増加はがんの一大要因となります。

乳がんの予防には低脂肪食と、長寿食として世界から認められている和食中心の食事を日頃から心がけます。

ウォーキングのほか、スポーツに励むと筋肉細胞からはテストステロンが分泌(女性にも男性の10分の1くらいの量が存在)されて「抗乳がん効果」を発揮します。乳がんの予防、再発予防には筋肉運動にこそ必要があります。



2018年10月下旬に「がん保険・JP
労組プラン」未契約の組合員のみな
さまに、DMをご案内予定です。
JP労組の集団割引の保険料なので
この機会にご検討ください。

多発する『自転車事故』!! 「自転車スマホ」死亡事故で禁固2年の有罪判決

2017年12月神奈川県川崎市で電動式自転車をスマホを操作しながら乗車していた当時20歳の女子大生が歩行中の77歳の女性と衝突し、歩行者が死亡するという事故が発生しました。この事故の裁判が2018年8月に横浜地裁川崎支部で行われ加害者に禁固2年、執行猶予4年の判決が出ました。裁判の過程で、加害者は右手に飲み物、左手にスマホを持ちながら、更に左耳にイヤホンをした状態で自転車を運転していた中で起きた事故である事が明らかとなりました。スマホを見ながら自転車を運転しているだけでも「視覚」的に危険な状況である中、更にイヤホンをつける事で「聴覚」的な危険も増幅させた中で起きた事故といえます。

多発する自転車事故については下記の様な高額判決が出ています。



高額賠償事例

自転車での加害事故によって高額賠償となった事例

※判決文で加害者が支払いを命じられた金額です。

賠償額※=約**9,500**万円

小学5年男子児童が、自転車に乗って坂道を時速20～30キロで下った際、散歩途中の女性に衝突。女性は頭蓋骨骨折等の傷害を負い、意識が戻らない状態となった。

(神戸地方裁判所 2013年7月4日判決)

賠償額※=約**9,300**万円

男子高校生が昼間、歩道から車道を斜めに横断し、対向車線を同じく自転車で直進してきた男性会社員と衝突。男性会社員に重大な障害(言語機能の喪失等)が残った。

(東京地方裁判所 2008年6月5日判決)



(株)郵愛 自転車事故受付件数

JP労組団体の自転車事故の受付件数も過去1年間で141件と増加傾向にあります。事故発生後に後悔しない様に慎重な運転をお願いします。

平成29年7月～平成30年6月の1年間に(株)郵愛で受付した自転車に関する事故件数をまとめてみました。

地本別(株)郵愛受付 自転車関連事故件数(平成29年7月～平成30年6月)※自動車運転中自転車に接触、追突した事故

地 本	自転車加害事故	自転車被害事故	自転車単独事故	自動車※	合 計
北海道	0	2	0	4	6
東 北	1	0	0	0	1
関 東	1	1	0	5	7
南関東	0	0	1	2	3
東 京	0	5	2	8	15
信 越	0	0	0	4	4
東 海	0	7	0	6	13
北 陸	0	1	1	2	4
近 畿	4	18	6	19	47
中 国	2	3	0	6	11
四 国	0	5	1	6	12
九 州	0	4	2	9	15
沖 縄	0	0	0	3	3
合 計	8	46	13	74	141



自転車事故に対する備えはぜひ郵愛へ

郵愛では自動車保険で、自転車事故をはじめとする日常生活の賠償事故を補償する特約を用意しています。保険期間の途中からでも加入することができます。是非ご検討下さい(自動車保険未加入の方も郵愛のホームページをご確認下さい。郵愛では様々な商品を用意しています)。

もっと野菜と果物を食べよう!

秋に旬をむかえる美味しい野菜・果物で、「食欲の秋」を満喫!



古くから、野菜と果物を食べるとからだの調子が良くなり、風邪をひかなくなるといわれてきました。

日本人は、文明の発達とともに農耕を学び、植物を育てることを身につけ、生きるための食として野菜や果物は欠かせない「恵み」として扱われてきました。

野菜や果物に関する栄養学の研究が進み、人のからだにとっても良いということが解明され、野菜や果物中心の食生活が見直されています。

1 野菜と果物がからだに良い訳・・・ 秋は旬の食材がたくさん収穫されます!

野菜を食べていれば、病気知らずといわれており、漢方などでは薬として珍重されている食材も数多くあります。

どうして野菜・果物を食べると「病気知らず」なのでしょう。それは、野菜が体に必要なビタミンやミネラル、食物繊維を補給し、体を活性化してくれるからです。

2 最近注目されている「5 A DAY (ファイブアデイ)」とは・・・ 1日350g、5皿分の野菜と200g以上の果物を食べようという活動

「5 A DAY (ファイブアデイ)」運動は1991年にアメリカで生まれました。病的な肥満や生活習慣病、がんなどの増加に歯止めをかけるために、「野菜や果物を1日に5皿以上食べましょう」と提唱したのが始まりで、アメリカでは野菜や果物の摂取量が増加し、また生活習慣病での死亡率が減少傾向になるなど、大きな成果となっています。

3 体が食欲に目覚める秋、暑さで減退していた体を元気に・・・美味しい旬の食材!

秋はビタミン、ミネラルなど体に良い旬の食材が豊富にあります。

- ・種実類では・・・栗・銀杏
- ・根菜イモ類では・・・サツマイモ・じゃがいも・さといも
- ・根菜淡色野菜では・・・玉ねぎ・ごぼう・ビート・ヤーコン
- ・根菜緑黄色野菜では・・・ニンジン・ラディッシュ
- ・茎菜淡色野菜では・・・セロリ・チンゲン菜
- ・キノコ類では・・・しいたけ、なめこ・ぶなしめじ・まいたけ・まつたけ・マッシュルーム
- ・果実類では・・・柿・りんご・あけび・アボカド・ザクロ・パパイヤ・洋ナシ
- ・かんきつ類では・・・ゆず・かぼすなど

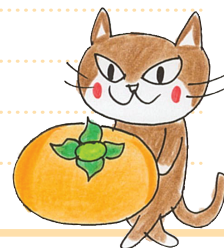
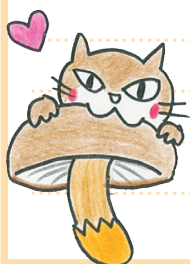
秋には栄養豊富な野菜がたくさん出回り、食欲の秋といわれるほど食べ物がおいしくなる季節です。食事はおいしいことも大切ですが、食材が持っている栄養素を効果的に摂り入れることも考えてみましょう。

夏の野菜は、レタスなどの葉野菜や、きゅうり、トマトなど、色とりどりで見た目も華やかですが、秋の野菜は白や茶色でどっしりと重みのある根菜、いも類、きのこ類が中心です。

水分が多くて体を冷やす働きを持つ夏野菜に比べ、秋野菜は体を温め滋養になるものが多くなり、今の体作りに大切な栄養成分がぎっしり詰まっています。

旬の食材をきちんと食べていれば、冬に備えてのエネルギーが蓄えられて、元気に過ごせます。

一年中手に入る野菜が多くなったものの、旬の季節に収穫される野菜は栄養成分の含有量が高く、旨み強い。野菜の栄養を効率よく摂り入れるためにも、秋野菜を積極的にメニューに加えましょう!



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

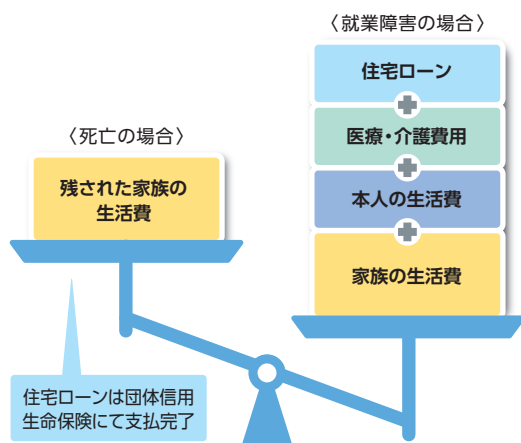
突然の病気やケガで長期間働けなくなり、収入が減った場合はどうしたらいいのでしょうか？ 特に住宅ローンを抱えていたり、子供の教育ローンが必要だったりすると収入の目減りは深刻な悩みとなります。一般的な生命保険は、入院時の医療費や死亡時に備える保険です。働けなくなった場合の所得減少には対応していません。

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！

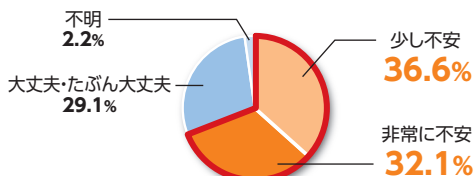
「GLTD (休業時収入サポート)」へ加入する必要性

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。

死亡時と働けなくなった時の経済的負担の差

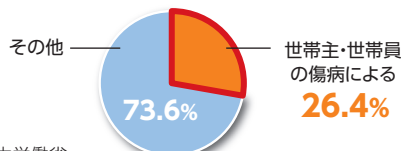


世帯主に万一のことがあった場合の経済的備えに対する安心感・不安感



出典：公益財団法人生命保険文化センター
「平成27年度 生命保険に関する全国実態調査」

生活保護を開始する理由



出典：厚生労働省
「平成27年度 厚生統計要覧」

2018年10月1日からの◇JP労組のオートローン◇の金利のお知らせ

※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。

2018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せんか？

	2018.10.1～
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：2018年10月2日～2019年3月26日融資実行分まで。
(注3) 詳細は後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。

お車ご購入サポート・ローン共通

まずはディーラーに連絡する前にご連絡・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://carlifenavi.atlux.ne.jp/yuuai/>

◆ご利用には暗証番号「jprouso061」(すべて半角)が必要です。



このたびの台風21号、平成30年北海道胆振東部地震により被害を受けられた組合員およびご家族のみなさまに謹んでお見舞いを申し上げます。また一日も早く復旧されますことを心よりお祈り申し上げます。

株式会社 郵愛