

じーふおーす通信

損保ジャパン あいおいニッセイ同和損保
日新火災海上 日本生命 ソニー生命
メットライフ 生命 アフラック
ジブラルタ生命 S O M P O ひまわり生命
東京海上日動あんしん生命 オリックス生命

有限会社ジーフォース
〒520-3045 滋賀県栗東市高野 800-101
TEL 077(554)9700 FAX 077(552)7535
URL <https://www.gforce.jp>
Email info@gforce.id

ジーフォースの一番大事なお客様とのコミュニケーションをもっと、もっと、親密にしたい!

人生100年時代に備える

冬号、春号では日本の高齢化や認知症患者の増加の現状と、それにより様々な問題が起きている点、中でも金融機関の取引が厳格化され、財産管理が難しくなっていることへの一般的な対応策をお伝えしました。夏号では数年前から高齢化対策として金融機関が導入するようになった「代理人制度」についてお伝えします。

1 銀行や証券会社の代理人制度

銀行や証券会社によっては、あらかじめ代理人を登録しておくことで、代理人が手続きを行うことができます。費用がかかり、手続きが複雑な成年後見制度や民事信託より、手軽に利用できる点がメリットと言えます。

高齢になった親や親族の代わりに手続きや取引を行う場合に、都度の委任状なしで利用でき、引き続き本人も手続きや取引ができます。代理人制度の契約は本人に十分な判断能力があるうちに、本人が手続きします。

代理人制度の契約の際、費用が発生する場合、引出し目的を限定している場合があります。細かな条件は金融機関により異なるため注意が必要です。

実際の取引や手続きにおいて、代理人の印鑑や身分証明書のみで手続きができる所と、通帳、届出印、引出し目的である医療費などの請求書が領収書などが必要となる所もあります。

2 生命保険会社の契約者代理制度

生命保険には元々、あらかじめ指定した人（指定代理請求人）が被保険者の代わりに入院給付金や生前給付金の請求ができる「指定代理人制度」があります。病気やケガなどで本人からの請求手続きができないときに利用できます。とはいえ契約者の高齢化や認知症の増加により、給付金以外の手続きができなくて困る事例が増えてきました。こういった背景の下、契約内容の変更などの手続きができる「保険契約者代理制度」を導入する生命保険会社が出てきています。

この制度を利用するには契約ごとに契約者代理特約を付加する手続きを行います。そして、認知症などにより、本人の意思表示が難しくなったときに、代理人が保険会社所定の診断書などを提出し、保険会社が認めた場合に、本人に代わって代理人が、保険金額の減額や特約などの内容変更、住所変更、保険証券の再発行などの手続きができるようになります。ただし、契約者や死亡保険金の受取人の変更など、代理人では行えない手続きもあります。

金融機関の代理人請求人制度の多くはここ数年の間に導入されたものです。現在対応していない金融機関でも、今後同様の対応がなされるかもしれません。

高齢化が進む日本では「高齢者の財産管理」は大きな課題です。法定後見の改革が検討されるなど、利便性を考えた見直しも進められています。各制度や金融機関の対応がどのように変わっていくのか注目が必要です。

大雨や強風での被害は火災保険で対応できます。

ご自宅が大雨や強風などの自然災害で被害を受けた時は火災保険で対応できます。

強風で屋根が飛ばされた、物が飛んできて窓や壁に被害が出た、雷で据え付けられている設備が故障した等の被害です。また大雨で川が氾濫して床上浸水したり、地盤が緩み土砂崩れが起きたり、排水口や下水に大量の雨が流れ込んで水が溢れだし建物に被害が出ることもあります。こういった自然災害で出た被害に火災保険で保険金が支払われます。

ただしご契約の保険内容によっては水災や風災等が補償されない場合もあります。

台風シーズン到来の前に一度ご加入の火災保険の内容をご確認ください。

オリックス生命より

6月2日収入保障保険が新登場!

もしもあなたが事故や病気で身体障害や要介護状態になって、人の助けを借りなければならぬ状態になってしまったら・・・

ご家族の暮らしはどのように変わるでしょうか?

収入は減少し、治療費や療養費などの支出が増え、収支のバランスが崩れます。経済的なストレスによって、心のバランスが崩れる方もいらっしゃるかもしれません。。。

ご家族とあなたの大切なものを守るために今できることを一緒に考えてみませんか?

詳しくは担当者までご連絡ください。

人生100年時代・・・長生きと共にリスクが高まります。

長い人生に5つの備えがあるとあんしんです。

病気やケガへの備え・がんへの備え・生活習慣病への備え・介護への備え・死後の整理資金への備えは生命保険で備えられます。

ご自身の5つの備えを確認してみませんか?

詳しくは同封のチラシをご覧ください。

6月からジーフォースに入社しました、宮崎未樹子（みやざきみきこ）です!

プロフィール

生年月日 1985年12月生まれ

血液型 A型

夫・長男・次男の4人家族です。

性格は明るい方だと思います。

好きな言葉は「元気があれば何でもできる!」

和顔愛語の気持ちでお客様にお会いさせていただきたいと思っています。

ご指導ご鞭撻の程よろしくお願いいたします。



今月の料理 夏野菜のおいしい季節になりました。「夏野菜」はからだの調子を整えるビタミンなど、夏を元気に過ごすための栄養素が豊富な上、カラフルです。おいしそうな色は食欲を増進させます。また、※ファイトケミカルを含む野菜が多いのも注目したい点です。食欲が落ちがちな夏こそ、夏野菜を上手に取り入れ、しっかりと栄養を摂りましょう。

※【ファイトケミカル】
主に果物や野菜に含まれる色素や香り、辛味成分などで体を老化させ、生活習慣病などを引き起こすといわれる「活性酸素」を除去する作用とともに、免疫力を高めるなど、その機能に期待が寄せられており、第7の栄養素として注目されています。リコピン・アントシアニン・イソフラボン・ポリフェノール・ルテインなど。

夏こそ取りたい栄養素

【ビタミン】 ビタミンCやビタミンB2などに代表されるビタミン類はからだの調子を整える作用があるといわれています。夏野菜の多くはビタミン類を豊富に含んでいます。
【ミネラル】 カリウムやマグネシウムなどに代表されるミネラル類も、からだの調子を整える作用があり、なかでも体温の調整にかかわる栄養素といわれています。ミネラル類は発汗によっても失われるので、夏には積極的に摂りたい栄養素の一つです。

代表的な夏野菜と栄養素



トマト
カリウムを多く含みます。また、赤い皮にはリコピンという成分が含まれます。リコピンは、加熱や油を使った調理で吸収率が高まり、旨味も高まります。



ナス
カリウムを多く含みます。また紫色の皮にはアントシアニンという色素が含まれているので皮ごと食べるのがおすすめです。



ズッキーニ
カリウムとマグネシウムを多く含みます。また、カロテン、ビタミンC、ビタミンB2といったビタミン類も豊富に含まれています。



かぼちゃ
代表的なミネラルであるカリウムを多く含みます。また、カロテンをはじめとしたビタミン類も豊富に含まれています。



パプリカ
夏野菜の中でも特にビタミンCが多く、100gあたりの含有量はレモンの1.5倍、ピーマンの2倍以上。また赤いパプリカにはカプサンチン、黄色いパプリカにはゼアキサンチンという色素が含まれています。



オクラ
マグネシウムを多く含みます。またペクチンはオクラのねばりのもとになる栄養成分。ペクチンは食物繊維の一種で腸内環境を整える働きがあります。



ゴーヤ
ビタミンCを多く含みます。特にゴーヤに含まれるビタミンCは加熱しても壊れにくい特徴があります。また、ゴーヤの苦みは食欲増進を促すといわれています。

夏野菜を使ったレシピ

夏野菜を使ったキーマカレー

材料 (5皿分)

合びきミンチ	250g	
ニンニク	1片	
玉ねぎ	中1個	
トマト	中1個	
ナス	2本	
ピーマン	1個	カレールウ 5皿分
パプリカ(黄)	1個	サラダ油 大さじ1
		水 200cc



作り方

- 玉ねぎ、ニンニクはみじん切り、トマト、ナス、ピーマン、パプリカは1.5〜2cm角に切る。
- フライパンにサラダ油を熱し、1のたまねぎとニンニクをよく炒める。玉ねぎが透き通ってきたら合びきミンチを加えて炒める。
- 1のトマトの半量、ナス、ピーマン、パプリカを加えてサッと炒めたら、水を加え、沸騰したらあくを取り、蓋をして中火で5分煮込む。
- いったん火を止め、カレールウを割り入れて溶かし、再び弱火で時々かき混ぜながら約10分煮込む。
- 最後に残りのトマトを加えてひと煮たちさせる。

夏の味噌汁

材料 (2〜3人分)

ナス	1本
トマト	中2個
ごま油	小さじ2
水	450cc
顆粒だし	小さじ1
みそ	好みの量
青じそ	3〜4枚
(あればみょうがもいいです。)	



作り方

- トマトとナスは一口大の乱切りにし、ナスは切ったらすぐに水につけてアク抜きをする。青じそは千切りにしておく。
 - フライパンにごま油(小1)をひき、水分をふき取ったナスを炒め、軽く焼き色をつける。焼いたら鍋に移す。さらにごま油(小1)を足し、トマトも軽く炒め鍋に移す。
 - 2の鍋に水、顆粒だしを加えて、中火で煮込む。好みの柔らかさになったら好みのみそを加えてひと煮たちさせたらでき上り。器に盛り付けたら青じそを乗せる。
- 粗熱を取ったら冷蔵庫で冷やし、冷や汁にしてもいいです。お急ぎの場合は濃いめのみそ汁にして氷を入れてください。

長いもとピーマンのバター炒め

材料 (2〜3人分)

長いも	250g
ピーマン	4〜5個
バター	大さじ1
★酒	大さじ1
★しょう油	大さじ1/2
★みりん	小さじ1



作り方

- 長いもは皮をむき、5ミリ厚さの半月切りにし、酢水(分量外)につけて変色を防ぐ。
- ピーマンは半分に切って種とへたをとり、5ミリ幅の細切りにし500Wの電子レンジに約2分かける。少し、しんなりさせたら、すぐにうちわであおぎ、粗熱を取る。
- ★の調味料を合わせておく。
- フライパンにバターを溶かして、水気を切った長いもを少し焦げ目がつくまで炒める。次にピーマンを加えて好みの柔らかさになったら、火を止め、3の調味料を加えて混ぜ、再び火にかけ味をからませる。

社員の一言

20年ぶりにあわら温泉に行ってきました。以前行った時とほとんど変わっていません。 Y

今年も家庭菜園の野菜を植えました。ミニトマト、オクラ、ししとう、ゴーヤです。ゴーヤは、はじめて買いました。狭いので、1〜2本づつしか植えてないので枯れないように祈るばかりです。 Y

先日、久しぶりに能登川の祖母の家に寄りました。仕事帰りに急に立ち寄ったのにも関わらず、手作りのちまきやそら豆を沢山持たせてくれました。その気持ちがありがたいなと思いました。 O

京セラ美術館でモネの睡蓮を観に行ってきた！観たことのない絵の展示があったり、本物のモネの絵と一緒に写真を撮れるところがありモネの光にひたれる体験でとても楽しかったです！ M

お酒を飲むと寝つきが悪いです。

A

お弁当作りもようやく慣れてきました。最近は購買のパンが美味しいと言うので時々買ってもらって手抜きをしています。 M