



町田通信

夏のご挨拶
「光明が差す今」

for Executives



質が高く割安な株への長期投資で知られるウォーレン・バフェット氏が、日本株に魅力を感じていると新聞ほかによって報じられています。これに加えて、企業の決算発表が本格化した今年5月には「過去最高益」や「バブル期越えの売り上げ」などの見出しが新聞やテレビ画面に踊り、さらに、旅行需要の回復や賃金アップの動向などが報じられ、将来に明るい兆しを感じていらっしゃる方は少なくないのではないのでしょうか。

ところで、バフェット氏の割安株投資を引き合いに出すまでもなく、投資にしても商品やサービスの購入にしても、価値があるものを安い時に買うのがお得なのは誰もが知っています。たとえば、スーパーで割引シールが貼られるのを待って店に行く、モデル落ちした一世代前の製品を買うといった具合です。

このように、時を待ち安価になるのを見極めるのは安く買うコツのひとつですが、待っていると買えなかったり、高くなったりすることもあります。

そのひとつは保険です。病気になるなどしてからですと、場合によっては割増保険料が加算されたり、そもそも加入できなかったりということがあり得ます。そうしたことから、一般的に保険は何もない時や若い時に加入（または見直し）をしておいた方が有利だといえます。

「長期投資と切り詰めない節約」

支出を抑える方法は、安く買うことだけではありません。買ったものをできるだけ長く使うのも支出抑制になります。これは長く使えるものを買うことでもあります。

家、車から家財道具や衣類まで、大切に、また、メンテナンスをしながらできるだけ長く使えば、買い替えのコストが減ります。2万円の傘といえは高価な傘ですが、これを15年以上もメンテナンスをしながら使い続けている方がいます。高価な傘は気分をアップしてくれますし、1年当た

りに直すとコストは千数百円ですから安い買い物です。さらにサステナブルでもあり、節約や節約というより、計画的・戦略的な長期投資と呼ぶこともできそうです。

高価なものはもちろん、安価なものでも買い替え頻度が高いものは長く使う効果が大きいです。

「もうひとつの支出を抑える方法は、自分にとって興味のないものには支出しない、見栄や世間体のためには1円たりとも使わないことです。これを実際にやるのはなかなか難しいことですが、もしできれば神経をすり減らして生活費を切り詰めるより効果は大きい」とはある御仁。

「余力を養い挑戦の準備を」

「自分にとって大切なもの・こと」を安く買い、長く使うことでお金と気持ちに余裕や余力が生まれれば、新しいことにも前向きに挑戦できるようになり、さらに楽しく人生を送ることができそうです。

日本の将来に明るい兆しが見えるいまこそ、お金の力を上手にを使って、ご一緒に夢と希望を生きがいを持って追いかけてみましょう。保険とお金にまつわることについては、ぜひ私にご相談ください。



ソニー生命保険株式会社 新宿ライフプランナーセンターエグゼクティブ支社

エグゼクティブ ライフプランナー 町田 信行

住所変更などはありませんか。近況の変化やご要望、ご質問などございましたら私(裏面)までご連絡ください。
また、私がお役に立てそうな方がいらっしゃいましたらぜひご紹介賜りますようよろしくお願いいたします。

「心の免疫力」

リモートワークやオンラインから対面へと世の中が動き出しています。そうしたなか、コロナ禍ではオンラインで、しかも特定の人としか接していなかったという方を中心に、人間関係や増えた雑務・移動でストレスがたまり始めているという声が聞かれます。

そこで、アフターコロナの心の免疫力アップのヒントにつながるお話をすこしご紹介してみたいと思います。

「片思いを楽しむ」

ひとつ目は「片思いを楽しむ」です。実はこれが結構効果的なのだそうです。なぜかという、誰か好きな人がいると、人はそれだけで楽しい気持ちになれるからです。

たまに行く店の店員さんやジムのトレーナーなど、たまに会う人と笑顔で挨拶や言葉を交わしただけで楽しい気持ちになる。そんな経験はございませんか。

そんな日は一日気持ちよくいることができます。また会えると思うと楽しい気持ちになり、そのために服装など身だしなみを整えるようにすると、前向きな気分になる、自己肯定感が高まるといった効果もあります。

すると、小さなことが気にならなくなり、また、日ごろ感じていたストレスや疲労感も和らぎます。

相手を口説いたりする必要はありません(既婚者やパートナーがいる場合は別の問題が生じます)。相手がこちらをどう思っているように、また、何かしらの見返りなどなくても、一方的に好意を持つだけで十分なのです。

ここまで恋愛感情を前提に書きましたが、理想の上司や先輩、好感を持てる人など恋愛感情を伴わない場合でも同じ効果が期待できます。

そんな相手が何人かいたら、毎日張り合いをもって楽しく過ごせるかもしれませんね。

「面倒を道楽に」

このところ雑務や面倒が増えたという方には「面倒を道楽に」という発想転換の事例をひとつご紹介いたします。

「いつも娘の部屋が片付かないのは、後でまとめて掃除をしようと思って、結局はやらないからだ」そう思っていたある社長さんが、ある日閃きました。「掃除なんてまとめてやるからひと仕事になってしまうのだ」

従業員10名ほどの会社なのですが、以来、トイレをはじめオフィスの掃除は社長がひとりです。

日く「トイレに行ったら、ついでにほんの数十秒気になる場所の手入れをします。1日に何度もトイレに行くので、トイレの掃除はそれで十分」とのこと。

「他の場所も、座りっぱなしで疲れたり、仕事が一段落したりしたときに気分転換で掃除をします。

デスクワークをしていると、最近買った腕時計が1時間おきに『立って体を動かしましょう』と促すので、1日に何回か目についたところをちょこちょこ掃除します。

掃除はいい運動になるので、日課の散歩は頻度を減らして時短にもなったし、従業員との雑談が増えたので、若い人から流行や面白い話も聞けます。普段の掃除は私の運動と道楽の時間だから、社員は手出しをしません。これで掃除という面倒から私を含め全員が解放され、一石二鳥どころか五鳥か六鳥になりました」ということです。

それにしても一石六鳥とはすごいですね。皆さまも、そんな発想転換のアイデアをお持ちではありませんか。

こんな時はご連絡ください

適切なサービスや情報を提供し、皆さまをお守りするために、次のようなときは私にご連絡ください。

- 各種手続きや保障内容の見直しなどの相談や問い合わせ
 - 契約内容・保障内容の確認・見直し
 - 老後資金や相続に関する相談
 - 医療費や介護費用の心配
 - 保険金や給付金の請求について
 - 入退院や手術の予定
 - 災害や事故などに遭遇されたとき

- 身近な方のご結婚・ご出産・入進学
- 転居・転職・起業の予定
- 事業拡大や事業承継の計画(法人様)
- 福利厚生制度・役員の保障の相談(法人様)
- 紹介して欲しい人・提供して欲しい情報がある

● その他

疑問や不安に感じていること、近況なども気軽にお聞かせいただければ幸いです。また、私がお役に立てそうな方がいらっしゃいましたらぜひご紹介ください。

(差出人・連絡先)

ソニー生命保険株式会社

新宿ライフプランナーセンターエグゼクティブ支社

エグゼクティブ ライフプランナー

町田 信行

掲載内容等に関するお問い合わせは私まで。

〒151-0053

渋谷区代々木 2-1-5

JR 南新宿ビル 18F

TEL: 03-5358-1700 FAX: 03-5358-1850

携帯: 090-3681-3416

メール: NOBUYUKI_MACHIDA@sonylife.co.jp

