

左：サラリーマン山田

下：サンタこと、普通の山田

東京通信工業株式会社(現・ソニー株式会社)
ー設立趣意書ー
経営方針 一部抜粋

(-)不当なる儲け主義を
廃し、あくまで内容の
充実、実質的な活動に
重点を置き、いたずら
に規模の大を追わず

『夏バテ対策①！』

夏になると毎年、「今年の夏は暑いなあ～」とってしてしまいます。梅雨が明けたとたん、まだ7月なのにこんなに暑いとこの先どうなるんだろうとってしてしまうくらい、暑さに辟易としてしてしまいます。そして、今年も去年同様マスク着用での外出になるので、さらに暑さを感じてしてしまいます。そんな夏を乗り切るためには、昨年来自肅太りしてしまった体重を絞らないといけないと考え、自宅で腕立てや腹筋をしています。夕方には下駄を履いて近所を散歩したりもしてしています。そしてそんな生活を数日続けていて、ふと気づいてしてしまいました。筋肉痛が2日後にくることに・・・。

日頃の運動不足はもちろん、不惑を越えた体とは、こうも衰えているものかと！この時間差でくる筋肉痛と倦怠感により、あれっ昨日何かしたかなあ～と考え込んでしまったり、もしかしたらコロナに感染したかも！と悩んでしまうこともありましたが、最近ではこの時間差に慣れてきて、運動している時はつい無理をしてしてしまいます。夏バテ対策になっていれば幸いです。

『夏バテ対策②！』

私は2月生まれで鳥取県出身なので、いかにも寒さに強く夏の暑さには弱そうな印象ですが、実は夏の暑さには結構強いんです。30度を超える日中でも半袖半ズボンで汗をかきながらブラブラするのは好きなんです。学生時代は炎天下のグラウンドでラグビーをやっていました。ラグビーをやったことのある人なら分かってもらえると思いますが、炎天下でのランパスほど酷い練習はないと断言できます。良い思い出です。そして、運動の後はやはり食事！先程運動不足と言っておきながら・・・。

だから太るのですが、やはり食事をきちんと取ることは夏バテ対策になると信じて、毎日の食事を楽しんでいます。

名物ちゃんぽん(普通盛で通常の2.5倍)。庭のブルーベリーとカボス！

Attention(注意)！

現在加入中の保険において、請求漏れはございませんか？

生命保険は請求主義です。請求をいただかない限り保険が役に立つことはありません。請求が出来るか分からなかった場合や、日々忙しくてつい連絡することを忘れていた等あれば、すぐにご連絡ください。

2020年10月25日現在、新型コロナウイルス感染症の影響により、ご連絡等の対応について、通常よりお時間をいただく場合がございます。

「いつでもご連絡どうぞ」090-9710-3236(携帯)

今月の「ことば」

待てば海路の日和あり

※仏教の有難い教え

「桃栗3年、柿8年」と言いますが、昨家庭に植えた桃の木。形や色は良くないですが、上品な甘さで、とっても美味しかったです。

月に1回のサンタ通信を送付させていただいている皆様。通信と併せて、教育関係コラムや資産形成コラムも楽しんでいただけていますでしょうか？ありのままの私を知っていただき、また皆様の実生活にお役に立てる情報を提供出来ていれば幸いです。

私は、仕事に真剣に取り組むと同様、子育てにも真剣に向き合っています。
日々、子どもの成長・自立を楽しみに悪戦苦闘しています。

子育ては素晴らしい！！ だけど・・・お金がかかる・・・

4人の子供がいると、何をするにもお金がかかります。話は変わりますが、子どもの可能性を信じてあげるのは、もちろん親です。でも、可能性を狭めてしまうのも、やはり親です。私が子どもだった時のことを思い出します。以前同封させていただいた『親の気持ち8カ条』の1つ、[子どもは親の本心を知っている](#)。何かするたびに「お金がかかってるんだろうな～」と思っていました。そんな時、いつも快く挑戦させてくれました。今、私はそれが出来ているだろうか？子どもに遠慮させていないだろうか？と思うことがあります。

一方、将来のためのお金もきちんと準備しておかなくてははいけません。先々を見越して準備していくことと、今を充実した毎日にする。両方は難しいように感じるかもしれませんが、仕組みを作れば可能になります。その仕組み作りは学校では教えてもらっていません。

4人の子供を育てながら、実践しているサンタ流家計管理術・資産形成術をはじめ、教育関係の実践コラム等を随時更新中の[私製ホームページをご参考にしていただき、併せてお知り合いの方にもご紹介ください](#)。

今の生活を楽しみ、将来の不安も解消 併せて子育ての実践アイデアも満載



←こちらからご覧ください。
※スマホ版HP

過去の[教育コラム](#)、[資産形成コラム](#)および、懐かしの『[ゲゲゲ通信](#)』や『[サンタ通信](#)』のバックナンバーもご覧いただけます。
[受験応援小冊子](#)については随時お問い合わせ下さい。翌月号に同封させていただきます。

子どもの教育に関心がある人
一緒に豊かな老後を過ごしたい友人
長生きしてもらいたい両親
身近にいる兄弟姉妹
などなど・・・

今を楽しみ、将来も楽しむ。
子どもの自立を願う人たちと豊かな人生を共に過ごせるよう、
身近な方にも[上記私製HPのQRコード](#)を転送してください。
きっと喜んでいただけるとおもいます。