

「企画·発行」株式会社三愛 本店〒807-0831 北九州市八幡西区則松 328-1番地 (TEL) 093-692-0031

第22号・2023年 12月

# Wishing you all the best in 2024

2023 年も残すところ数日となりましたが、皆様にとってどんな1年だったでしょうか? 今年を振り返ってみると、私たちの生活に大きな影響を与えた為替相場ですが、円安ドル高の状態が 続き、1月まで1ドル127円前後で推移していた為替相場が、10月には1ドルが一時152円近く まで上がりました。

その結果、円安の環境では海外から輸入する物の値段が上がり、日本はエネルギーや食材など多くのものを輸入に頼っているため、輸入コストが上昇し製品価格を値上げせざるを得ない状況が続き、物の値段が上がり家計に大きな影響を及ぼしました。また、日経平均株価は今年6月19日につけたバブル崩壊後の高値3万3772円を一時的に更新しました。

このように、円安や株価の動向は個人の資産や生活にも影響を与えますので、いつまでも続く円安から資産を守れるように、金融商品の投資も検討しながらお金を増やし、将来への生活資金準備をする必要があるのかもしれませんね。

保険業界では、大手の中古車販売会社である「ビッグモーター」が自動車保険の保険金を不正に請求、保険各社が大手企業との共同保険取引で、独占禁止法違反となる「カルテル」問題が判明しました。いずれも現在各省庁から実態解明が進められていますが、消費者に対して公正公平な保険加入ができるよう代理店の立場として抜本的な改革を求めていきたいと思っております。

弊社は本年9月をもって創立35年を無事に終えることができました。これも一重に皆様からご支援をいただいたお陰と、心から御礼を申し上げます。現在36期をスタートしておりますが、経営理念のVision私たちの願う将来に、「お客さまに寄り添ったサービスを実現し、お客さまと共にお孫さんの代までお付き合いをいただける会社であり続け、地域一番店になる事を目指す」とあります。その理念を実現するために、会社が存続しなければなりません。そこで、占部雅志が目の黒いうちに代表取締役を辞任し会長、望月隼人が代表取締役に就任することになりました。

まだまだ未熟者ではございますが、営業統括部長町田直子とスクラムを組み社員全<mark>員が一丸となり</mark>皆様のお役に立てる会社として専心努力いたしますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。

最後になりましたが皆様のご健康を心よりお祈り申し上げ、 年末のご挨<mark>拶とさせていただきます。2024年が皆様にとって</mark>素晴らしい1年でありますように!

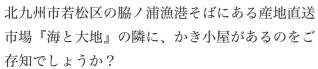
会 長 **沃**都維 **於** 代表取締役 **望月 集人** 営業統括部長 町 田 直子





# 冬の海からの贈り物

# 海と大地 かき小屋 様



冬の牡蠣(真牡蠣)シーズンだけでなく、一年を通して営業されており、牡蠣シーズン以外には海鮮をふんだんに使った定食や焼肉、洋食などが手頃なお値段で食べられるランチが人気のお店です。今回は牡蠣シーズンを間近にして(取材は11月上旬)牡蠣小屋での楽しみ方、お勧めの食べ方などについて、店長の花口賢一郎様に教えていただきました。

[取材:本店 望月隼人]



## 漁港のそばで味わえる「漁師ごはん」が大人気!

海と大地 かき小屋様のすぐ裏は脇ノ浦漁港です。新鮮な魚介類を漁協から仕入れて、店内の大きな生け簀はイカが元気に泳いでいました。こうした食材を使って提供される海鮮バーベキューや刺身定食、寿司定食、海鮮天丼の他、海鮮パスタや海鮮グリーンカレーなど「漁師ごはん」として大変人気があり、平日のランチ時には 100 人程のお客様が来店されることもあるそうです。隣の『海と大地』で買い物やドライブの途中で立ち寄る方など牡蠣シーズン以外も賑わっています。広い駐車場があり、店内の客席は約 50 名が利用可能な広々とした空間です。











# 網焼きが楽しい♪

牡蠣小屋と聞けば「炭火焼き」を想像する 方が多いかもしれませんが、海と大地 かき小 屋様では「ガス火焼き」方式を採用していま す。ガスは炭火と違って灰がほとんどでない ため、洋服やバッグが灰で真っ白になる心配 はありません。「牡蠣は身でなく殻を焼くので ガスのほうがよいことが多いですよ」と花口 店長の説明を聞き「確かに!」と納得できま した。ただ、焼けて高温になった牡蠣の殻な ど飛び散ることがありますので注意が必要で すね(エプロン貸与あり)。

飲み物は自動販売機でセルフサービスです。 お茶やジュースの他、ビールもご自由に。 こんな自動販売機がもし会社にあったら…と、 つい楽しい想像をしてしまいます。

### 牡蠣シーズンが到来!

寒さが本格的になり、いよいよ牡 蠣シーズンです。牡蠣の成長にはある程度の寒さが必要だそうで、今年の猛暑続きだった夏の影響を心配されていたそうですが、季節が変わり一気に冷え込んできました。

産地によって旬の時期が異なり、 普段は「豊前一粒かき」が多く並ん でいるそうです。地元ブランドの 「若松妙見かき」は1月末~3月頃が 最盛期。昨年は水揚げしておらず、 今年は二年物となる大きさが期待さ れているそうです。

牡蠣の他に人気食材は、ホタテ・ 海老・サザエ・アワビなどで、中に 牡蠣のみ2人で5杯も食べ続けるお 客様もいるそうです。

調味料は店内中央に置かれておりセルフで自由に使うことができます。また、調味料は「持込み OK」なのでマヨネーズやチーズ、チリソースなどお好みのものを持参して味変しながら楽しむのも良いですね。花口店長のおすすめは「レモンの絞り汁」。店頭でレモンを販売しているので購入されるとカットしてもらえるそうですよ。

### 行列覚悟で行こう!

牡蠣シーズンの土日祝日は予約を受付ていないため、店の開店前から行列だそうです。名前を書いてどこかで待機する…ということもできないので、ひたすら並んで待ちましょう! 外は確かに寒いですが、店内は暖かく冬でも快適。牡蠣小屋と言えば、屋根だけのところも多いので、寒さに凍えることなく食べられるのが嬉しいですね!

冬だけのお楽しみ。牡蠣小屋にご家族やご友人と一緒に この冬でかけてみませんか?

















### 海と大地 かき小屋



- ■福岡県北九州市若松区響町3丁目1-11(若松駅から車で15分)
- TEL: 093-751-1108
- 営業時間: 11:00~18:00
- 休業日 : 盆・正月
- クレジットカード・電子マネー利用不可

1 Michigan  $\equiv \overline{g}$ 



=愛スタッフの

# 「ちょっと聞いて! 私の最新ニュース」



吉﨑 英樹 (よしざき ひでき)

## 道のりは遠い・・・

遠賀チサンカントリークラブの 月例競技に先日参加しました。 天気にも恵まれ124名も参加 されていて、ビックリ!

前半は玄海コースでスコアが42と残念な結果に…。 後半は遠賀コースで、最初のホールがバーディ、続く 2番から5番までパーで「俺ってプロ!」と調子に乗 っていたら6番ボギー、7番ダブルボギー、8番ボギ ーと崩れてしまいましたが、最後はパーで回りスコア 39でした。月例競技の結果はなんと3位に入賞出来 ました! 今回の目標である「スコア 80 切り」はでき ませんでした。前半がもう少し良いスコアで回れたら 80を切ることが出来たのに…。

ゴルフは本当に思うようにいかない、いかないから面白いと 思います。いつかスコア80を切ります!!





本部 日浦 悦子 (ひうら えつこ) 査定

# 近くに癒しが!

私は大浴場に入るのが大好きです。 そのため近くのホテルに宿泊し、ちょっと 豪華な食事をして大浴場に。

それが何と! 近くにスパの施設がありビックリしま した。こんな近くにスパが…。早速行ってきました。



大きな施設(シーサイドスパ)ではありませんでしたが、お風呂は内湯・露天があり8種類(主浴槽・ ジャグジー・エステバス・リラックスバス・ドリームバス・バブバンドル・ローリングバス水風呂)の 内風呂と遠赤外線サウナ・ミストサウナがあり、私は充分に楽しめました。入浴時間も 9:00 ~ 24:00 ゆっくりできます。

レストラン(11:00~22:00)もあり、 お腹がすいたら食事もできるので、無料 のコミックコーナーもあり、一日ゆっく り過ごすことができます。

皆様の近くにも穴場スポットが見つか るかも…。

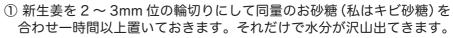




大分支店 町田 直子 営業統括部長

# 秘伝のレシピ教えます♪

私は毎年、寒さを乗り切るために"新生姜"で ジンジャーシロップを作っています。 飲むと体がポカポカして温まり、とっても美味しいです。



- ② そのまま鍋に移して30分以上中火にかけ、アクが出たらすくいます。
- ③ 途中で煮詰まり過ぎないように少し水を足します。
- ④ 火を止める前にレモン汁(カボスを代用しました)を入れます。
- ⑤ 粗熱をとり、絞ってジンジャーシロップを容器に移します。
- ⑥ 絞った後の新生姜は鍋に戻して水を加え、甘いので砂糖以外の調味料 (酒、醤油、ごま油)と味付ちりめんを入れます。
- ⑦ 水分が減ってきたら削り節を入れ、水分がなくなればゴマを入れて火を 止めます。長く火にかけることでジンジャーオールという成分が出来るそ



ジンジャーシロップを飲みながらテレビを見てい た時に、ロシアがウクライナに軍事侵攻したニュ ースが流れました。

いつ終わるのでしょうか、先がまったく見えません。 1日でも早く子供たちが笑って過ごせる日がくる事を 願っています。









大分支店 河野 久美

大分支店長

# やってきました薪ストーブの季節が!!

購入した家に元々あったものですが、

冬の楽しみになっています。

河野家でのルールは、朝いちばんに起きた人が 薪ストーブの準備をします。前日の灰をスコッ プでかき出し、バケツに入れて外の灰置き場へ 捨て、そのバケツに今日使う分の薪を入れてス トーブに戻り、中に薪を並べます。





マッチを擦り、着火剤に火を点け、中の薪にもしっかり火がついたら後は大きな薪を1、2本ずつ時々く べていきます。薪ストーブはストーブ自体が熱くなり、輻射熱で部屋全体がじんわり暖かく快適に過ごせ ます。夜寝るときはそのまま燃え尽きさせ、翌朝に灰を片付ける、という流れです。





暖をとる以外にも、天板で煮込み料理をしたり、 おつまみを焼いたりするのも乙なものです! 冬は暖かい部屋で美味しいもの食べながらお酒を 飲むのが最高ですね。

3 株式会社 三 愛



### 2023年度末を迎えるこの時期に!

# 家計の見直しを行ってみませんか?

このような悩みはありませんか? なぜ…、 「毎月ギリギリの生活なのだろう」 「貯蓄ができないのだろう」 「支出が減らないのだろう」



まずはあなたの理想とする家庭はどちらかを考えてみてください!



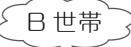
長男:5歳、長女:3歳

- ▶ 共働き世帯で、夫の年収300万円、妻は200万円
- ▶ 毎月お互いが共有□座に入金するという方法で毎月の生活費を確保
- ▶ 問題が発生したのは13年後…
- ▶ 長男は県外の私立大学受験が決まっており、学費や生活費について夫婦で話し合う
- ▶ 夫婦それぞれの余剰金で貯めてきた個人□座には貯蓄がほとんどない状態
- ▶ 共有□座も毎月の生活費で使っていたため貯蓄として残っていない



子供の習い事や自身の趣味への投資など惜しまず支払っていたことや、夫婦で家計の共有化が出来て いなかったことが原因と判明。慌てて家計の見直しに取りかかったが、大学進学だけでなく、夫婦の 老後不安まで生まれてしまった。





長女:10歳、次女:6歳、長男:0歳

- ▷ 夫の年収は500万円、妻は専業主婦
- ▶ 妻は毎月必ず家計管理簿に収支を記入している
- ▶ 子供が生まれたことをきっかけに、固定費の見直しを行った
- ▶ 浮いた固定費を長女、次女、長男の教育資金にあてた
- ▶ 生活費はあらかじめ決めている金額でお祝い事のみ外食に行くようにした
- ▶ 夫婦の老後資金は専門家に相談し有効的にお金の運用をした



支出から無駄が省けるものがないか、お金を安定的に増やせる運用先はどこか夫婦で計画的に話し 合いをしていた。そのため家庭でのお金の流れが明確になり3人の子供は無事志望校に入学ができ、 老後も安心して生活が送れる状況になっている。



A世帯のように、日々の生活に追われ、家計収支の管理や夫婦で家計の共有ができて いないご家庭は多いのではないかと思います。

出来ることなら「ガマン」をせずに収支を安定させたいですよね。

今回はそのような方に、家計の見直し4つのポイントをお伝えします。

※ご家族構成や家庭環境、趣味、趣向など人それぞれで収支のバランスを整えるべき 優先順位は異なります。

是非ご自身の価値観をふまえて、どこを優先的に見直していくべきか考えてみては いかがでしょうか。



#### **Point 1** お金の出入りを記録する

毎月の収入と生活にかかる支出を見える化し、収支のバランスを管理する習慣を身につける ことから始めます。

先ずは支出を「固定費」と「変動費」の2つに分けてみましょう。



#### **Point 2** 見直しできるものを探す

毎月一定の金額を費やすものから、ご自身の努力によって減額できるものを探します。 固定費からは、水道光熱費、通信費、保険料を中心に見ていきましょう。 変動費からは、食費、被服費、教育費を中心に見ていきましょう。



#### **Point 3** 貯蓄を先に振り分ける

家計の見直しがある程度できたら、収入から先に貯蓄額を振り分ける習慣をつけましょう。 将来的に収入が増えた場合は、物価上昇がない限り貯蓄額を増額させていくことができます。



#### Point 4 お金を貯めることが目的ではない

日頃から貯蓄を意識して無駄をなくした結果、貯蓄が増えると心の余裕が生まれてくる こともあります。

ですが、「何のために」お金を貯めるのかを明確にしていなければ、お金を貯める手段が 見当違いになっている場合があります。

皆様がこれからの人生を豊かに楽しく過ごすために、 三愛ではファイナンシャルプランナーによる

- ●家計の見直し相談
- ●ライフプラン表作成のお手伝い

などもしております。是非お気軽にお問い合わせください。



# 株式会社 三 愛 【大分支店】 TEL (093) 535-0560

【本 店】TEL (093) 692-0031

5 株式会社 三 愛

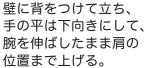
# 肩こりの特効薬!! | 肩甲骨ストレッチ

~猫背や冷え性の改善などの効果も期待~

# まずは肩甲骨がどのくらい動くかチェックしてみましょう!









そのまま壁伝いに腕を 上げていき、痛みを感 じず無理なく上げられ る角度をチェックする。

#### ★0~45度:ガチガチ危険

肩甲骨周辺が硬く、肩甲骨の動きが悪く なっています。

### ★45 度~60 度:要注意

肩甲骨周辺が少し硬くなって、肩甲骨の 動きが悪くなってきてます。

#### ★60 度~90 度:健康的

肩甲骨が柔軟に動いています。

### 「ガチガチ危険」・「要注意」の方必見!! 肩こり改善、肩甲骨ストレッチ!!



両肘をまげて肩より上に あげる。 (できる所まででOK) 手は軽く握って鎖骨の 辺りに置く。



両肘をゆっくり後ろに引く。 5秒かけて息を叶きながら、 ひじの位置は出来るだけ下 げないように、肋骨から肩 甲骨を『はがす』イメージ でギュッと強めに寄せる。



肩甲骨を寄せたままひじ を下げ脱力する。これを 5回繰り返す。 寝起きと寝る前に5回ず つ行うことで猫背、冷え 性を解消しましょう。



# あなたの街の保険ショップ 株式会社 三 変

www.sanaijp.com



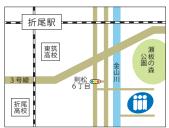


#### 【本店】

〒807-0831 福岡県北九州市八幡西区則松 328-1番地 TEL (093)692-0031 FAX (093) 692-0027

E-mail: office@sanaijp.com





#### 【大分支店】(旧 株式会社A·S·T)

〒870-0026 大分県大分市金池町 5-8-12 東洋第一ビル 1 F **TEL (097) 535-0560** FAX (097) 535-0562 E-mail: oita@sanaijp.com



