



# まごころ お届け便

2023年盛夏号 発行：レジアスインプクト(株)



## 季節のカレンダー (文月・葉月・長月)

7月 7日 七夕  
 17日 海の日  
 8月 8日 立秋  
 11日 山の日  
 9月 18日 敬老の日  
 23日 秋分の日



※彼岸の行事は日本独自のもの。春分・秋分は「彼岸の中日」といいます。「暑さ寒さも彼岸まで」いよいよ寒さが増してきます。

## \*\* 気圧の変化 \*\*

日本の夏はゲリラ豪雨や台風など、気圧が変わりやすい環境にあります。一方で気圧の変化が、自律神経の乱れや体調不良の原因になっているというニュースもよく耳にします。体調がすぐれないときは、まず医療機関を受診してみてください。また自律神経の乱れが体調に影響を及ぼしている可能性もあるので、規則正しい生活も心掛ければ、いつもより快適に夏を過ごすかもしれません。ぜひご参考ください！

## 損害保険いろいろ



今年は既に6月から30度超えの猛暑、線状降水帯によるゲリラ豪雨・ヒョウ災発生等の異常気象。年齢に関わらず熱中症も心配です。コロナもだいぶ落ち着いてきたものの、まだまだ気が抜けない状況ですよ。これからの季節、子どもの夏休みやお盆などご家族でお出掛けの機会も増えますが、万一の事態発生時の備えは、十分でしょうか？

そこでPRです。レジアスインプクトのグループ会社では、レンタカーおよび自動車販売業務を行っています。事故や災害に遭われたときには、保険のこととあわせてお車のこともアフターケアが自慢の当社までご相談ください。

## 生命保険あるある



「予防医学」という分野への注目が高まっています。病気に罹らないように予防するという考え方です。

日本のみならず世界中で高齢化が進んでいます。健康増進のための一次予防は、食事の内容に気をつかったり適度な運動を採り入れたりすること。二次予防は病気の早期発見。三次予防は病気の再発を防ぐことだそうです。

とはいえ、不測の事態には医療保険が有効です。地域の皆さまに寄り添い、お役に立てるよう活動しています。お気軽に声がけください。

## レジアスよもやま話



### <扇風機を寝るときに使いたい！ おすすめの使い方は？>

寝苦しい夜に活躍するものといえば、扇風機とエアコンですよ。ですが、エアコンは体が冷えすぎるから苦手な方も多いと思います。寝ている間に手足などから汗をかいて熱を放出し体温を下げているのですが、寝室が暑いと体温を下げることができず、真夜中に目が覚めたりします。足は発熱量の大きい部分なので、足を冷やすと効果的に体温を下げることができ、よく眠れるようになります。足が向いている壁に扇風機を向けることがおすすめです。扇風機の取っ手部分に保冷剤を乗せておくだけでも冷たい風を発生させることができます。

★各種ご相談・お問い合わせはこちら↓↓ (保険以外のことでもお困りのことがありましたらご相談ください!)

レジアスインプクト株式会社

〒356-0004 埼玉県ふじみ野市上福岡 5-5-17-3F

TEL : 049-256-5885 / FAX : 049-256-8558



テレビ埼玉にてCM放映中!