

あまやどり新聞

のんびりお茶で飲みながら、ご家族でお楽しみください。

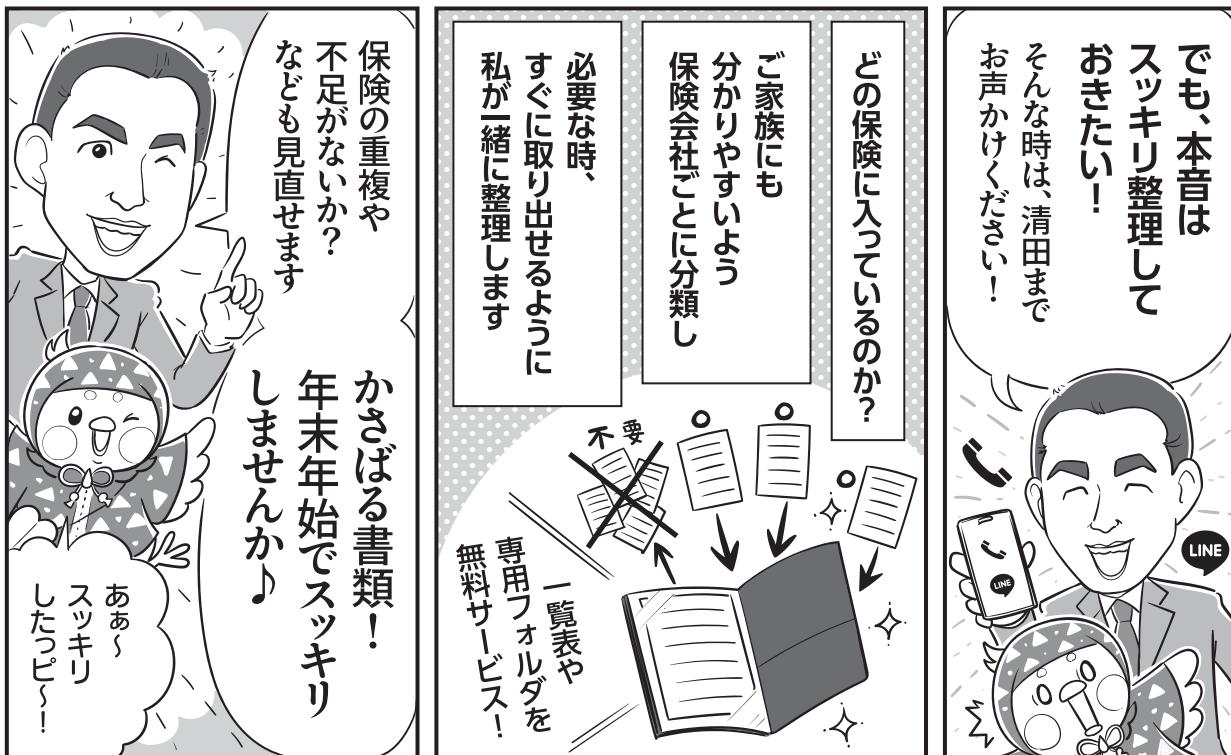
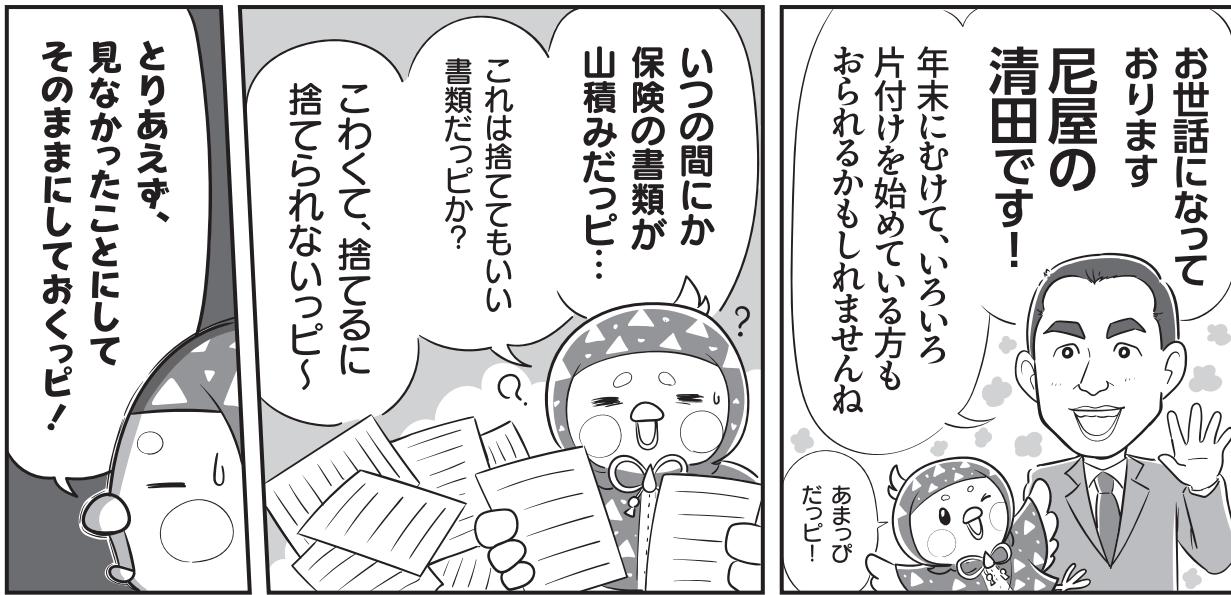


尼屋公式キャラクター あまっぴ

2025年の冬ごろ発行

第4号

人生の急な雨の日の
助けになれるよう、屋
号の『尼屋』とかけて
『あまやどり新聞』と
名付けました。



知ってる人に聞いた方が安心だつピ!

資産運用のご相談 増えていきます

最近、「NISA」や「iDeCo」という言葉を耳にすることも増えました。でも、「よくわからない」「何から始めれば?」という声も多いのが実情。投資未経験の方にもわかりやすく、丁寧にご説明しますので、ご自分で調べるよりずっと早く理解できるかもしれません。保険を活用した資産形成も可能で、初めて知る方には新しい選択肢に。興味をお持ちの方は、詳しくお話しできますので、ご連絡ください。

CALENDAR

<日頃のご愛顧に感謝を込めて…>

**2026 カレンダー
プレゼント!**

四季折々の美しい風景が、季節感をお部屋いっぱいに満たしてくれる、壁掛けタイプのカレンダーです。お手頃サイズでご家庭でもオフィスでも、幅広くお使いいただけます。数量限定となります。LINEやショートメールなどで、「カレンダー希望」と、どうぞ遠慮なくお声がけください。

先着30名様

●縦約54cm×横約32cm
●カラー刷り ●月めくり全12枚

11 使いやすいですよ!

4

LINE

QRコード

のう めい たん てい

ま ちが

さが

※答えは、この
ページの一番
下にあります。

脳トレ名探偵 5つの間違いを探せ!



沈黙の臓器、脾臓がんの早期発見へ

脾 臓(すいぞう)がんは初期症状がほとんどなく、「沈黙の臓器」とも呼ばれるので、気づいたときには進んでしまっていることも。

サインは、みぞおちや背中の鈍い痛み、肌や白目の黄色っぽさ、体重が急に減ったり食欲が落ちたり、糖尿病が急に悪化したりすること。小さな変化も見逃さず、早めに相談することが大切です。喫煙や飲みすぎ、肥満、家族歴などもリスクに影響します。最近は、唾液から脾臓がんのリスクを調べる「サリバチェック」という検査が注目されています。痛みもなく、自宅で簡単にできるので、気になる人は健康チェックの一つとしておすすめです。

気になる方は…

サリバチェックは、SOMPOひまわり生命経由で優待価格にてご利用いただけます。詳しくは清田まで。



あとがき

あまやどり新聞の第4号、お楽しみいただけましたでしょうか。この仕事を始めて、今年でちょうど3年になります。振り返ると、申込書は全て手書きで、保険料は現金払い、連絡は固定電話とポケベルという時代——、今ではすっかり懐かしい思い出です。これまで支えてください



錦帯橋と元気な両親

さったお客様に感謝しつつ、これからも安心をお届けできるよう、心を込めて仕事に取り組んでまいります。(せいた あきひこ)

健康まめ知識



座りすぎ注意! スウェーデン式・立ち仕事のすすめ

最近は大人も子どもも、座っている時間が長くなっています。仕事や勉強、スマホやテレビなど、気づけば何時間も座りっぱなし…という方も多いのでは?

実はスウェーデンでは「立って仕事をする」のがごく普通。オフィスには机の高さを変えられる“昇降デスク”や立ち会議が当たり前にあり、ずっと同じ姿勢でいることが健康の秘訣とされています。家庭でも、食後に少し散歩をしたり、テレビのCM中にストレッチをしたりと、立ち上がるきっかけを作るだけでもOK。「座らない時間」を意識すると、血流がよくなり腰痛や肩こりの予防にもつながります。家族みんなで“ちょっと立つ習慣”、今日からはじめてみませんか?

お変わりございませんか?

ご住所やお電話番号、お支払い方法の変更など、ちょっとしたことでも気軽にご連絡ください。

LINE

スマホのカメラで
読み込んでね!



もしものために
ライン登録しておくと
たいへん便利ッ!

電話 0463-21-0151

SOMPOひまわり生命・損保ジャパン代理店
尼屋 株式会社

〒254-0807 神奈川県平塚市代官町3-17
<https://e-amaya.jp/>

