知って役立つ 情報の杜

有限会社 あゆみ企画

TOPIC

地震に備え防災・減災対策を

～「この地域は大丈夫」といった過信は禁物！！～

地震大国といわれる日本。熊本や大阪の都市部で起きた直下型地震は記憶に新しいところです。また、東海・南海トラフ巨大地震は、30年以内に発生する確率が70～80％と予測されています。地震を止めることはできませんが、損害を抑える防災・減災は事前に行うことができます。しっかり準備しておきましょう。

発生確率の低い地域でも起きる！！

ひと口に地震といっても、プレートによるものもあれば活断層によるものもあります。東海・南海トラフ巨大地震はプレートの移動によるもので、いつ発生しても不思議ではない状況にあります。他方、2018年6月18日に大阪府北部を襲った地震は活断層のずれによるもので、最大震度５弱を観測しました。熊本地震もそうでしたが、近年では、地震の発生確率が低いと言われている地域でも大地震は起こっています。「この地域は大丈夫」といった過信は禁物です。

しっかり準備をしておこう！

阪神・淡路大震災、東日本大震災など、地震は未曽有の人的・物的損害をもたらします。私たちは、発生を予測できない地震に直面したときに備えて、その損害を最小限に抑える準備と身の安全を確保する方法を知っておくことが大切です。家族間での確認、備蓄品や非常持出し品の用意、住宅やブロック塀・石垣の補強などです。とくに家具などの転倒を防ぐために天井との間につっかえ棒を設置していた家庭では、家具が倒れる被害はほとんどありませんでした。

また、万一の際の経済的負担の軽減を図るものとして地震保険があります。東日本大震災では１兆2,749億円、熊本地震では3,753億円、大阪北部地震では442億円（2018年7月17日現在）の保険金が支払われています。

■地震に備えた主な防災・減災対策

家族と事前にしておく確認事項

- 連絡方法と避難場所の確認
- 自宅の脱出ルートと避難場所までの避難路の確認。
- 火器類の消火方法の確認

事前の準備、対策

- 備蓄品・非常持出し品（例：飲料水・食料品を１人当たり３日分、ヘルメット、軍手、懐中電灯、携帯ラジオ、救急用品、下着・衣類、毛布・タオル、洗面用具、トイレットペーパー・ティッシュ、マッチ・ろうそく、カセットコンロ、使い捨てカイロ、赤ちゃんがいる場合は粉ミルク・紙おむつなど）を用意する。
- 住宅を耐震補強する。
- ブロック塀・石垣を補強・撤去する。
- 家具・家電製品の転倒防止・落下防止のための補強（つっかえ棒など）、配置の工夫をする。
- 地震保険に加入する。

地震が発生した時の対処（まずは身の安全を確保する）

- テレビ、ラジオ、スマホなどで情報を得る（津波、火災など）。

◆自宅・住宅地

- 丈夫な机やテーブルなどの下にもぐり、その脚をしっかり握る。
- 頭を座布団などで保護する。
- スリッパなど履物を履く。
- 戸を開けて、出入り口を確保する。
- 慌てて外に飛び出さない。
- ブロック塀や石垣、電柱、自動販売機から離れる。
- 屋根瓦、置物など頭上からの落下物に注意を払う。

◆商業施設

- 施設の誘導係員の指示に従う。
- 頭を保護し、揺れに備える。
- 慌てて出口や階段などに殺到しない。
- ガラス製ショーケースの近くや照明などの下から離れる。
- エレベーター内にいる場合、最寄りの階に停止し、速やかに降りる。

◆自動車運転中

- ハザードランプを点滅させ、徐々にスピードを落とし、周囲を確認しながら道路左側へ停車しエンジンを切る。
- 揺れが収まったら、周囲の状況を確認し、避難が必要な場合はキーをロックせずに、車外へ出て安全な場所へ避難する。

◆電車・バスなどの交通機関

- つり革などにしっかりつかまって身の安全を確保し、その後は車掌、誘導係員の指示に従う。

豆事典

「直下型地震」とは？　都市部など内陸部にある活断層で発生する、震源の浅い地震のことです。過去に阪神・淡路大震災や熊本地震、新潟県中越地震などがあります。

交通安全対策シリーズ

～自動車の盗難や車上ねらいへの備えを！～

警察庁によると、2017年中の自動車盗難認知件数は１万213件、車上ねらいは５万4,768件でした。秋の行楽シーズンに入り、マイカーでお出かけになる方も多いと思います。一方で、自動車の盗難や車上荒らしも増えますので、注意が必要です。

■損保業界をあげて盗難防止に努めています！！

日本損害保険協会（損保協会）では10月7日を「トーナン（盗難）防止の日」と定め、2003年から毎年、街頭活動を実施しています。この街頭活動では損害保険会社の社員や保険代理店、警察関係者などが盗難防止啓発チラシやノベルティを配布し、盗難防止を呼びかけています。皆さんもこの取り組みにぜひ乗じて、自動車盗難にあわないように備えを心がけましょう。

■盗難被害はプリウスが４年連続ワースト１位！

損保協会では、自動車盗難の防止対策の一環として、損害保険会社が2017年11月に保険金を支払った事案（車両本体盗難278件、車上ねらい・部品盗難577件）を対象に自動車盗難事故実態調査を実施しました。この調査によると、車両本体の盗難の被害が特定の車種に集中する傾向が強まっており、プリウスの割合は22.3％と４年連続でワースト１となりました。以下、ワースト10までの車種は、２位ハイエース、３位ランドクルーザー、４位アクア、５位クラウン、６位レクサス、７位キャンター／ハリアー、９位アルファード／セルシオとなっています。もちろん、他の車種が安全ということは絶対にありませんので、しっかり対策しておくことが大切です。

■盗難手口はさまざま！

主な盗難の手口としては「窓の隙間から針金等を差し込んでドアを解錠し、車両に侵入する」「ハンマーなどで車のガラスを破壊し、車両に侵入する」「工具などを使ってドアを解錠し、ステアリングロックを破壊してエンジンを始動する」「車体にマグネットなどで隠しているスペアキーを探し出す」「家に侵入して車のキーを盗む」「レッカー、けん引車で車を丸ごと盗む」「カギを預かる施設で車の使用者になりすましてキーを受け取る」といった被害例があり、その手口はさまざまです。

■複数の防犯対策が大事！

そのための防止策としては、バー式ハンドルロックや警報装置などの盗難防止機器を搭載する、防犯設備が充実した駐車場を利用する、貴重品等は車内に放置しないなど、複数の防犯対策を講じることが有効です。

また、車両本体だけでなく、ナンバープレートやタイヤ、ホイールなどの部品ねらいにも注意が必要です。盗難防止ネジなどでしっかり固定するなどして対策をしましょう。

盗難・車上ねらい対策

イモビライザーなどの盗難防止機器を装着しましょう
車内に貴重品やカバン、服などを置かないようにしましょう
見通しがよく照明設備が整った駐車場を利用しましょう
短い間でも車から離れるときは必ずキーロックをしましょう
カーナビの盗難対策をしましょう
ナンバープレートやタイヤ、ホイールなどの部品ねらいにも注意しましょう

豆事典　**「イモビライザー」とは？**　自動車盗難を防ぐための電子装置。自動車キーに組み込まれたＩＤコードと車両のＩＤコードが一致しないとエンジンを始動できないようにしています。

企業におけるリスクマネジメント ワンポイント講座　損害保険代理店活用シリーズ

ＮＰＯ法人リスク・エイド　副代表理事　　伊集院　剛史

～保険契約の更改時にはリスクの再確認を！～

企業を取り巻く環境は常に変化を続け、それに伴い企業リスクも変化しています。それにもかかわらず、契約する保険の見直しを図らないケースが見受けられます。今回は、リスクに保険を対応させるためのポイントを取り上げてみます。

●環境の変化とともに企業リスクも変化する！

企業を取り巻くリスクは環境の変化によって変わります。内部環境の変化でいえば従業員の入れ替わりや施設の更新・老朽化など、外部環境では取引先の変更や新たな規制の導入、原材料価格や需要の変動、気象状況など様々あります。

大切なことは、それらの変化に伴い、リスク対策の一環として契約している各種保険を適切にリニューアルしていくことです。しかし、基本的に１年ごとに更改手続きが行われる損害保険では、リスクの変化を検証しないまま「前年同条件」で手続きをしてしまうケースが散見されます。さらに最近では、保険料が安くなるメリットがある長期契約の採用も増えてきており、保険を見直す機会が少なくなってきているのも事実です。

企業は、常に変化するリスクに保険をきちんと対応させることがポイントなのです。

●すべての保険契約を一覧する機会をつくろう

企業で契約している損害保険は種類が多く、かつ満期日がバラバラなケースが多いと思いますが、契約しているすべての保険の内容と自社を取り巻くリスクの全体像を突き合せることで、ベストな組み合わせが見えてきます。

それを実践するためには、例えば、毎年満期を迎える契約を一つ選び、その契約を更改するタイミングで、すべての保険契約の一覧を作成してみてはいかがでしょうか。

その一覧表を眺めながら「なぜこの保険に入っているのか」「この保険に入った時と、現在では、何がどう変化しているか」「リスク対応の優先順位を考えた時に、今の保険のバランスは適切か」などを検証することで、リスクと保険の最適化を図ることが可能になります。

●保険で対応できることは意外と多い！

これまでに「こんなリスクに対応する保険はないだろう」と諦めていたものでも、よく調べると、特約等によりカバーできる場合が多くあります。例えば、仕入先や供給先が火災や水害により事業停止となり、その仕入品が入手できないこと、もしくは製品等の供給ができないことによって自社の事業が停止した場合の休業損失については、利益保険等に特約を付帯することによって、自社に火災等の被害がない場合でも保険の対象とすることができます。

リスクを再確認しよう！

その他、意外と知られていないのが「貸し倒れ」による損失をカバーする「取引信用保険」です。この保険は、保険会社が見積段階で取引先の与信枠を提示してくれますので、この内容を与信管理基準として利用することも可能です。

年に一度は、図表のポイントを参考に保険の見直しをされることをお勧めします。

保険見直しのポイント

ポイント１	この１年で新たに生じたリスクはないか（内部・外部環境の変化）
ポイント２	対応できる保険が存在しないと思い込んでいるリスクはないか
ポイント３	リスク対応の優先順位を考慮して保険を選択しているか
ポイント４	「ヒト」「モノ」「収益」「賠償」の各リスクに漏れなく対応しているか

豆事典　**「利益保険」とは？**　事業停止や正常な事業活動が阻害されたりした際に生じる損失（事故がなければ得られたはずの営業利益や事業停止期間中の人件費等の固定費）を補償する保険です。

健康に役立つストレッチ

ストレッチで「腰痛」を改善しましょう

ユーアイ・ウェルネス・ファクトリー
代表　川村　護
（健康運動指導士）

日常生活を楽しく過ごすために腸腰筋を柔らかくしよう!!

今回は姿勢の悪化による腰痛を予防したり、歩行を中心とする日常生活がしっかり行えるように、腸腰筋を柔らかくするためのストレッチをご紹介します。

歩くとすぐに疲れる、つまずきが多くなったら要注意！

最近、歩くとすぐ疲れる、つまずきが多くなったと感じる方はいませんか？　特に足が重くなったと感じる方は腸腰筋という筋肉の柔軟性が乏しくなっている可能性があります。

腸腰筋は、大腰筋と小腰筋、腸骨筋の３つから構成される筋肉の総称で、腰から太ももの付け根にかけ左右対称に付着しています。一般的に足を持ち上げる時に働く筋肉とされていますが、仰向けから起き上がる時にも働くと言われています。姿勢や歩行との関連性が高く、柔軟性を保つことで高齢者の介護予防に効果的であることが分かってきています。

デスクワークやドライバーの方などは長時間椅子に座った姿勢が続くため、腸腰筋が縮んで姿勢が悪くなることにつながり腰痛を引き起こしたり、歩幅が狭くなり足が重く感じることになります。腸腰筋の中でも「大腰筋」は脊柱を安定させる働きがあります。腸腰筋を柔らかくして、日常生活を楽しく過ごしましょう。

●腸腰筋のストレッチ

イスに横向きに座り少しお尻を横にずらします。（写真１）

上体を前方に倒し、お尻を横にずらした側の脚を大きく後ろに下げます。（写真２）

両手で前方の脚を押して状態を起こします。（写真３）

※15～30秒を目安に左右２回ずつ行ってください。

写真１

写真２

写真３

Sonpo Total Planner

保険のことは、
日本代協加盟代理店の『損害保険トータルプランナー』へ
みなさまに信頼されるプロ代理店として活躍しています。

『損害保険トータルプランナー』は、一般社団法人日本損害保険協会が認定する最高峰の募集人資格です。損害保険に関連する法律・税務等の知識を基に、コンサルティングに関する知識や業務スキルを修得した保険募集のプロフェッショナルです。

どんな保険をおさがしですか？ あらゆる保険のライフリスクコンサルティング

有限会社 あゆみ企画

AYUMI PLANNING
ライフリスクマネジメント

〒634−0078　奈良県橿原市八木町3丁目3−36
通話料無料（フリーダイヤル）0120−52−5335
TEL.0744−22−5335　FAX.0744−22−6335

E-mail ayumi-p@nifty.com
ホームページ http://www.ayumikikaku.com/

Fun to Share
日本代協は気候変動キャンペーン「Fun to Share」の取組みに参画しています。

一般社団法人日本損害保険代理業協会
ホームページアドレス　http://www.nihondaikyo.or.jp/

無断転載／複写複製を禁じます。
★ご意見・ご要望をお聞かせください。
編集協力：新日本保険新聞社（2018.10）