知って役立つ **情報の杜**

有限会社 あゆみ企画

TOPIC

損害保険リテラシー（知識・理解力）の向上に努めましょう！

2022年4月から成年年齢が18歳となり保険契約可能に!!

2022年4月1日から民法上の成年年齢が18歳に引き下げられました。高校在学中から親権者の同意を得ずに保険契約をすることが可能となる一方で、未成年者取消権を行使できなくなります。こうした環境変化を機に、成年年齢の対象となる人たちをはじめ幅広い年代の人たちも、損害保険リテラシー（知識・理解力）の向上に努めてみましょう。

損害保険協会ではさまざまな保険教育ツールを作成しています！

日本損害保険協会では、18歳を迎える人たちだけでなく幅広い年代を対象に、損害保険リテラシーの習得につながる取り組みを進めています。各年代別の主な教育ツールは次のようなものです。

【ぼうさいダック】　子どもたちが実際に身体を動かし、声を出して遊びながら学べるカードゲームです。カードには、防災や日常の危険から身を守ることだけではなく、挨拶やマナーといった日常の習慣について学べるものも含まれています。

【ぼうさい探検隊】　子どもたちが楽しみながらまちにある防災・防犯・交通安全に関する施設や設備などを見て回り、身の回りの安全・安心を考えながらマップにまとめ発表する、実践的な防災・安全教育プログラムです。

【明るい未来へTRY！～リスクと備え～】　高校生や大学生が「やってみたい！」と思う事柄に潜むリスクを紹介する冊子（動画版あり）です。そのリスクに対処する損害保険について短時間かつ主体的・対話的で深い学びを実現した形式で学べます。

【そんぽのホント】　高校生や大学生、新社会人等を対象とした損害保険入門冊子です。海外旅行や自動車の運転、一人暮らしといった若年層にとってより身近な場面別に役立つ損害保険について分かりやすく解説しています。

そんぽ学習ナビトップ画面のQRコード
⇩

【安心・安全な生活に向けてリスクから高齢者を守る３つのポイント】

高齢者の安心・安全な生活に向けて、主に３つのポイント（交通安全、災害避難、契約トラブル防止）でまとめた高齢者向けの冊子です。

これらのツールは日本損害保険協会のウェブサイト（そんぽ学習ナビ：https://www.sonpo.or.jp/education/）で閲覧でき、誰でも活用することができます。地域の保険代理店に尋ねてみてもよいでしょう。家族で金融経済教育の意識を高める機会にしてみてはいかがでしょうか。

情報紙に関するアンケートご協力のお願い！

読者のみなさまのご意見をお聞かせ下さい。

https://nihondaikyo-pr.jp

豆事典

「成年年齢が引き下げになるとどうなる？」　保険や携帯電話、一人暮らし部屋の賃貸、クレジットカードなどの契約が自分だけで行えるようになるため、契約トラブルに注意が必要です。

交通安全シリーズ！

～ペダルの踏み間違いの本当の原因！～

一般社団法人　日本チームマネージメント協会　代表理事　本多 正樹

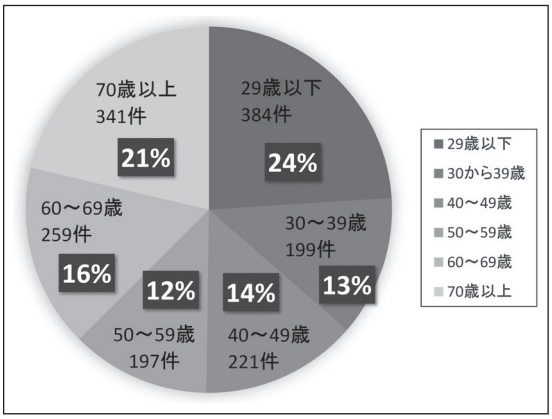
交通事故の原因に、ブレーキとアクセルの踏み間違いがあります。ニュースでは高齢運転者によるものが目につきますが、実際には70歳以上より29歳以下の方が多くなっています。実は心理的要因も大きく左右しているのです。

①ペダルの踏み間違いは高齢者特有の現象？

昨今、高齢運転者が運転操作を誤って交通事故を起こす事例が少なくありません。年をとって「ボケたんじゃないの」と感じる人も多いでしょう。一般に操作の誤りとしては、アクセルとブレーキの踏み間違いを想像されると思います。ブレーキを踏むはずが誤ってアクセルを踏んだことで車両を暴走させ、人の列や建物に突っ込んでしまう事例です。これは果たして、高齢者特有の現象なのでしょうか？

警視庁交通部の交通安全情報（令和元年10月発行）によると、都内における踏み間違い事故の過去５年間の発生状況は、29歳以下が70歳以上の発生件数を上回っています。一部のデータとはいえ、踏み間違いは高齢者特有の現象ではないことが分かります。

東京都の踏み間違い事故
（年齢層別発生状況・過去５年間）



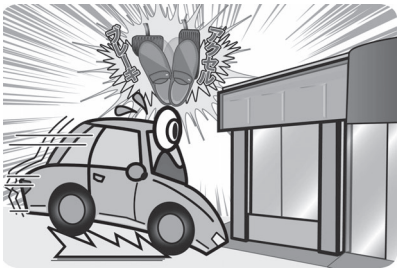
（警視庁交通部「交通安全情報」（令和元年10月）より）

②なぜ、ペダルの踏み間違いが発生するの？

ペダルの踏み間違いにはいくつかの要因があります。その一つは心理的な要因です。突然ブレーキを踏まなければならない危険が迫った時に慌ててしまいペダルを踏み間違えるのです。二つ目に体位困難状態が考えられます。車を後退させる際に、後退確認のため体位が後ろに向くことで足がペダルから遠くなり踏み誤るのです。三つ目は、股関節の可動域に制限が生じ、思うように足の移動ができないといった身体的影響です。

認知症による判断能力も影響はあると思いますが、ペダルの踏み間違い＝認知症ではないことは若年層の事故の多さを見ても理解できます。若年層は運転に不慣れである状況で急な対応に迫られた場合の心理的要因が大きいと考えられます。

③ペダルの踏み間違いのシチュエーション！



ペダルの踏み間違いを起こしやすいシチュエーションは、駐車する際の後退場面です。細心の速度コントロールでペダル操作が頻繁になる状況、加えてハンドル操作や視点移動、さらに体位変換もあり、同時操作が多くなることで誤動作が生じやすいと考えられます。その状況下でペダルの踏み間違いが生じ、コンビニエンスストアに突っ込んだり、コインパーキングで他の車両に衝突するなどの事故が発生していると考えられます。

④ペダルの踏み間違いを防ぐには！

常に冷静であることが最も大切です。ペダルの踏み間違いは心理的に余裕がなくなった時に発生しやすくなるからです。

後退時の誘導確認ではミラーを積極的に活用しましょう。但し、それだけでは死角が生じるため、目視確認も必要です。また、後方目視確認時に体位が後ろに反りやすいので、車を停止させてから目視確認を行うと踏み間違い発生率は大幅に低減できます。後退時はブレーキペダルのみで行うことを基本としていればワンペダル操作になり混乱は防止できます。オートマチック車ではクリープ現象を活用しましょう！

豆知識　**「おススメのペダル操作」**　踵を付けたままアクセルからブレーキペダルへの踏み換え操作を行うと、ブレーキペダル側面に足が引っかかりやすくなります。踵を浮かして膝の移動でペダル操作をしましょう。

事業者に役立つ
ワンポイント講座

損害保険代理店活用シリーズ

フコクしんらい生命　　丸山　浩

退職金制度は整備されていますか？

平均寿命の伸びに伴い、退職後の生活が長期に渡るため、退職金は従業員にとっても経営者にとっても重要な存在です。今回は退職金制度について考えていきます。

●退職後の支えとして

厚生労働省の「簡易生命表（令和２年）」によると、2020年の日本人の平均寿命は男性が81.64歳、女性が87.74歳でした。この情報から「だったら、それくらいの年齢までの資産があれば充分」と勘違いしてしまいそうですが、この簡易生命表によると、10万人の赤ちゃんが一斉に生まれて90歳まで生きている人数は、男性28,363人、女性52,482人になります。つまり、「想像以上に長生きする可能性は高い！」ということです。

長い老後生活の大きな柱になるものが退職金です。

従業員はもちろんですが、経営者にとっても今まで苦労を共にしたご家族と楽しい時間を過ごすための資金であり、事業承継対策や遺産分割のためにも必要です。特に、後継者に自社株を集中する場合は、他の相続人に渡す現金等が必要になりますが、その場合の資金調達方法のひとつが役員退職金となります。

●従業員の退職金制度の主役は

若干古いデータですが、独立行政法人勤労者退職金共済機構の平成20年の調査結果によれば、アンケートに回答した中小企業の８割弱は退職金制度が「ある」と回答し、また、あると回答した中の７割弱が「中退共制度」を利用しています。退職金制度としては「内部積立」ではなく「外部積立」となります。この制度を利用する理由には、「退職金が確実に支払われる」「国からの掛金助成がある」「掛金が全額非課税になる」などが挙げられます。

ただし、中退共から支払われる退職金額は、退職の理由が定年退職か自己都合かで変わることはないので、中退共は自己都合に合わせた金額設定にしておいて、別途、内部積立か全員加入養老保険などで加算する方法もお勧めです。全員加入養老保険であれば保険料の半額が非課税となり、解約払戻金や満期保険金は会社に戻ってきます。

●役員退職金は資金の確保が問題

役員は中退共制度に加入できません。別途、準備が必要になりますが、御社の場合、会社の内部留保だけで役員退職金は賄えるでしょうか？　75歳まで経営を続ける場合、「簡易生命表」によれば、男性の4人に1人は死亡となり、4人に3人は勇退となります。勇退の場合は、経営者自身が計画的に内部留保を作っていくことは可能ですが、死亡の場合は、実際の退職金を支払うのは経営者自身ではないので、確実に支払えるようにしておくという意味では生命保険は合理的な資金確保のための手段となります。

豆事典　**「簡易生命表」とは？**　１年間の死亡状況が今後変化しないと仮定したときの死亡率や平均余命などを指標化したもので、厚生労働省によって毎年作成されています。

健康に役立つトレーニング

『下半身の筋肉の引き締め』
～サイドスクワットで太ももの引き締めとヒップアップ！～

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）

基礎代謝が上がって脂肪燃焼にも効果的!!

太ももの引き締めやヒップアップなどが期待できる「サイドスクワット」。一般的なスクワットとは異なり、横にも身体を移動させる筋トレです。鍛えにくい筋肉へアプローチすることで基礎代謝が上がりやすくなるため、脂肪燃焼にも効果的です。

バランス能力の向上も！

サイドスクワットにより鍛えられるパーツは多岐にわたります。太ももには、前側にも後ろ側にも、内側にも筋肉がついており、いろいろな筋肉を鍛えることのできる部位でもあります。サイドスクワットは下半身を前後左右に動かす動作を行うため、前ももの大腿四頭筋、内ももの内転筋、ももの後ろ側のハムストリングス、お尻の大殿筋などを並行して鍛えられます。

トレーニングを継続することで、それらの筋肉を鍛えるだけではなく、下半身の安定感が増すことによるバランス能力の向上も期待できます。

今回は、サイドスクワットの正しいやり方について説明していきます。

【サイドスクワット】

まずは両脚を大きく開きます。次に腹筋に力を入れながらお尻を後ろに引き、身体の中心を一方に寄せて太ももに体重をかけていきます。体を寄せる方の膝を深く曲げ、伸ばしている方の内ももがピンと張るようにします(写真①)。

曲げた膝はつま先よりも前に出ないように注意します（写真②）。反対側の足も同じように行います。回数は左右にゆっくり10回を３セット行ってみて下さい。

QRコードから動画を見ることができます。⇨
https://vimeo.com/678988775

写真①

写真②

Sonpo Total Planner

保険のことは、
都道府県代協加盟代理店の『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 https://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（2022.4）