

# アルムニュース

アルムニュースをいつもご愛読いただきまして有り難うございます。



## ちよこ一言

企業トップの醜い姿勢が報道されていますが、多分氷山の一角でしょう。

帝王学を学んだ人と報道されていますが、そもそも帝王学なる学問は一般には必要がないのではと思います。

帝王学は、今の規律・規範などをどうして守ってもらうか、どうしたら崩れないかを注意しながら国を治めるべき人が幼少期から受ける教育のことであったように思います。

企業においては創業者の思い、企業理念、企業品格・企業品質を重視した道徳心を持ち合わせたトップを育てる、そんな教育が必要だと思えます。そこには会社に迷惑の掛からない程度の勝負心は有っても良いように思います。育てられない時はトップにつかせない。これくらい覚悟でトップに立つ人を育てて欲しいものです。

## 第9回 ファイナンシャルプランナーによる あんしんプランニングセミナー

富山テレビの『YOUドキッ!たいむ』で一週間に渡り放映された『暮らしを守る、賢く貯めて賢く使う』のコーナーでお話した年金・教育費・住宅ローン・生命保険料。放送終了後、反響も大きく、個別に説明依頼等も頂きました。TV放送は夕方16時25分からとお仕事中の時間帯でもあり視聴出来なかった方々に、是非ご参加頂き家計改善や人生設計のお手伝いになればと思います。

今回のセミナーではさらに内容をパワーアップして、アルム東海のご契約者の皆様にお届けいたします。

テーマは『家計の3大支出（教育費・住宅ローン・生命保険料）』です。大切なことだけど誰に聞いて良いのか、何から聞いて良いのかわからないといった疑問点にもお答え致します。

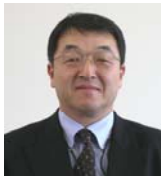


- 【 日 時 】 平成24年1月29日(日) 14時~15時30分
- 【 場 所 】 アルム東海3F
- 【 人 数 】 先着12名
- 【 参加方法 】 TEL 076-407-1350 (和田まで) 平日9時~18時  
FAX 076-407-1351

※アルム東海では「あんしん」を皆様にご提供していくなかで「あんしんプランニングセミナー」と題して色々な情報を発信していきたいと考えています。皆様のより豊かな人生のお役に立つような内容にしていきたいと思っておりますので、お気軽にご参加ください。

## 忘れられない年

川尻です。早いもので今年も暮れを迎える事になりました。皆さんはどんな一年でしたか？ 3. 11は、やはり皆さんの中でも一番心に残った出来事だったと思います。まだまだ復興には程遠い状態だとお聞きしております。心よりお見舞い申し上げ、一日でも早い復活をお祈りしております。先日、流行語大賞が発表され「なでしこジャパン」が一番選ばれました。勇気と感動



川尻 守

を与えてくれました。日々の努力が報われた証で、今の日本に一筋の光を与えてくれました事に感謝申し上げます。

当社の理念の一つに「お客様にとって安心とは何かを追究・研鑽し提供し続けます」があります。何時振り返ってもこの理念に恥じないよう、邁進して行きたいと思っておりますので、これからも宜しくお願いします。ホームページもリニューアルしお客様との接点の場を、広げたくもりで御座います。ご活用いただきご意見等頂きたいです。こちら宜しくお願いします。では、みなさんにとって来年は必ず良い年でありますように祈願し今年の締めくくりの挨拶とさせていただきます。

## 近況報告

11月、幼友達が数十年ぶりに帰省した折に「懐かしい人に会いたい、段取りして。」と連絡が入り、急遽、彼の会いたい人たちにあの手この手で連絡をとり友人の料亭で開催しました。10人も集まってくれました。私の年齢になると全国に散っていた人も富山に転勤になって故郷に錦を飾る人もあり、皆それぞれ立派な大人になっていました。お酒もはいい、みんな「むかしの顔」になって、思い出話に花が咲き、楽しい時間があ



永山 陽子

という間に過ぎました。なかでも感動したのは何十年も会えなかった卓也君。お酒も飲まないのに来てくれました。彼は25歳の時、末期がんと宣告されながら手術・抗がん剤などでがんと戦い、その後結婚。教師を辞め、今は自宅で塾を開き、子供たちから大変好かれています。海外へ積極的に留学したりもしています。彼は言いました。生きている一秒一秒が大切に、散歩しても太陽の光を浴び、風を感じて毎日生きていることが幸せだ。その清しい目は、純粹で汚れなくとても素敵でした。私は、自分に残されている時間をどうするか。悔いのない生き方をどうするかを真剣に考えようと思いました。

## モータリゼーション

12月3日から一般公開された第42回東京モーターショーでは近未来型のさまざまなクルマが発表されていきました。次世代型の新燃料「水加ヒドラジン」をエネルギーとするクルマ、無人でコントロール制御されて走るクルマ、スマホを使って駐車したり、スマホでボディイメージが変化させられたり、指定の場所



荒井 浩之

にクルマを呼び寄せたりetc 日本が誇る技術や環境に配慮した開発など感慨深いものがありました。自動車のセンサーで障害物を感知して衝突回避できる時代がそこまで来ています。世の中がそういうクルマばかりになった時には自動車保険も必要なくなる時代になりますね。

今年一年を振り返ってみると、日本も3. 11の震災や原発事故、台風被害、ゲリラ豪雨などのさまざまな自然災害に見舞われた年でした。日本に限らず、世界各国でも同じような被害が多発した一年でした。来る2012年は明るく平和な良い年になりますように

## リフォーム完成

こんにちは、桜井です。前回のアルムニュースでも書きましたが自宅の大幅リフォームをし、昨日(11月26日)引っ越しが終わり、約4ヶ月ぶりに我が家へもどってきました。ただ家のほとんどが変わってしまったので家に帰ってきた懐かしさではなくて新築した家に入るような新鮮な感じです。



桜井 淳陽

某テレビ番組のタイトルの様な【劇的】ではありませんが座敷がリビング、リビングが寝室、応接間が座敷に変わったりと、全く以前の面影がありません。既存であるものは浴室と2階の一室くらいです。まあ、費用もたくさんかかりましたが子が待ち望んでいた子供部屋や耐震構造による安心感等々を思うと本当にリフォームしてよかったなと感じております。これからリフォームを考えておられる方がいらしゃいましたらぜひお声をかけてください、失敗談たくさん用意していますから(笑)。



## 1年を振り返って

早いもので、寒いだの暑いだのと騒いでいるうちに、2011年もあとわずかになってしまいました。年初に今年は「体を鍛える」という目標を立てましたが、振り返ってみると出来たような出来なかった様な・・・。数年ぶりに水泳にも挑戦し、自分なりに頑張ったつもりでしたが、これといった成果もなく、今日に至ってます。でも、頑張っているからこそ今があると



森 功子

前向きに考えて、来年もアクティブに動き回りたいと思っています。

今年は、東日本大震災という大惨事が起きて、今まで思いもしなかった事をいろいろと考えさせられた一年でもありました。今、こうして今までと変わらず生活できている幸せに改めて感謝しなければいけないと思いました。

今後、何が起きるか分かりませんが、何があっても耐えられる様に、まずは知識を身につける事、そして心と体を鍛える事を、意識して頑張りたいと思います。



## 鱈釣り

いままで近間で色々な釣りを楽しんで来ましたが、まだまだ釣っていないお魚さんは沢山あります。

10月末に人生初の鱈釣りに挑戦しました。〈釣り倶楽部の大会で鱈を釣って優勝した人に、だいたいのポイントと仕掛けと、えさを聞いて少し遠征を試してみました〉いままで経験のない深さ250メートルです、周りを見渡しても、遠くの方に2隻の船



浅野 茂

が見えるだけ。

とまどいながらもエ〜と釣り始めました、ところが一投目で当たりが有りましたが何が掛かったか判らず、慎重に巻き上げますが、深いので巻き上げも時間がかかります、水面まで巻き上げて鱈を確認して一人でガッツポーズです。その後、2度出向しましたが悪天候にもかかわらず合計10匹を釣りました。今後はヤリイカです・・・



## 経皮毒

先日テレビでアレルギーをとりあげた番組をみました。今まで全然平気だった小麦のアレルギーに40代で突然かかった方が出ておられました。この方はお風呂場で使っていた化粧品の成分の加水分解小麦が原因だったそうです。これを見て以前に経皮毒についての本を読んだことを思い出しました。経口吸収とは食



小林 真美

物や薬など口から取入れる事ですが、口から入る物については食感や味で確認し、誤飲した場合でも消化器官が危険を察知すれば嘔吐や下痢などで排出します。しかし経皮毒とは皮膚から有害性のある化学物質が吸収され、特に自然界に存在しない界面活性剤などは皮膚のバリアーがほとんど機能せず、体内に蓄積されてしまいます。特に皮膚の温度が高いほど化学物質は浸透しやすいそうです。これからは食する物だけでなく、化粧品やシャンプーなども安全な物を選びたいと改めて思いました。

## 腰痛

先日、朝起きて顔を洗っていると、腰に突然激痛が走りました。そう、ぎっくり腰です。ぎっくり腰になったのは、二度目ですが、どうして何の前触れもなくこんなにも痛くなるのでしょうか。その日は一日中おかしな動きをしていました。

夕方、一刻も早く普通に動けるようにはなりたくと整体へ駆け込みました。寒くなってくると、なりやすいそうで



富崎 雅恵

す。そして私の場合、原因は運動不足で、筋肉がかちかちに硬くなっていたそうです。確かに、これといった運動はここ何年もした記憶がありません。昔は、これでもかと言うくらい運動をしていたはずなのですが、最近では子供と公園に行っても、勝手に遊んでくれるのでベンチに座って見ているだけでしたし・・・

これからは、ストレッチはもちろん、家に放置されている健康グッズを駆使して、しなやかな筋肉を目指すべく運動を心がけたいと思います。



## TV出演!

富山テレビの「YOUドキッ!たいむ」に11月14日(月)~11月18日(金)まで出演しました。「暮しを守る、賢く貯めて賢く使う」をテーマに、老齢年金・教育費・住宅ローン・生命保険についてお話させて頂きました。さすが生放送だけあってスタジオの緊張感は相当なものでした(苦笑)私の書いたシナリオを基に制作の方が台本やフリップを作ってください、もちろん台本に沿って番組は進行するのですが、他のコーナーとの兼ね合いで持ち時間が急に短くなり話しを変更するなんて事も・・・ただでさえカメラを向けられただけで、心臓がバクバク・頭がクラクラの小心者の私にとっては、予想以上にハードでした。そのせいかな?そのせいにしておこう!(笑)すいぶん言い間違えてしまいました(汗)後で録画したものをみると、「年金定期便」を「年金定期年金便」といってみ



たり、アナウンサーの方から教育費の貯め方について聞かれているのに、教育ローンの説明をしていたりなんてことも・・・失敗や反省点も非常に多いのですが、今回は本当にいい経験をさせて頂きました。お話を頂いた富山テレビのS制作部長をはじめ司会のお二人、スタッフの方にも大変お世話になり感謝!感謝!です。しばらくの間、お会いする方にはTVの裏側についてお話ししますので、ご興味のある方はお気軽に聞いてくださいね。



アルム東海のホームページがリニューアルしました。セミナー情報やお得情報、お客様の声コーナー、よくある質問コーナー、スタッフ紹介やブログ等、過去のアルムニュースも第1号から掲載しております。さらにお客様の声も大募集いたしております。担当者が声をおかけしました折には遠慮なくお寄せください。

## マラソン

マラソンは、その年によって自分のコンディションや天候など、毎年変わります。今年は練習不足が否めない年でして、ケガにも泣かされ始めました。そして、体重が。。。お客様から太ったけ？といわれるたびにドキッとしております。さて、参加状況は9月は山の村だいこんレース。山岳コースで、結構きついです。記録は昨年並みとなりました。参加賞は立派な大



市川 陽一

根とほうれん草でした。10月はあいの風リレーマラソン。昨年の最下位をリベンジするべく10人のメンバーと走りました。結果は真ん中位！楽しい一日でした。滑川ほたるいかは不参加。柏崎マラソンは制限時間に3分オーバーでゴール。昨年よりは30分縮まったものの、及ばずでした。来年こそは4時間台で完走賞をゲットしたいです。入善扇状地マラソンは今年は入善らしい天候でした。怪我を気にしながらの出場でしたが、完走できました。以上で今シーズンのマラソンは終了です。練習不足、ケガ等悲喜こもごもの今シーズンでした。来年も元旦マラソンからスタートです。皆様どうぞよいお年をお迎えください。

## ポイントカード

みなさんはポイントカードを集めていますか？ある日気がつくとお財布の中やカードケースの中がポイントカードでパンパンになっていました。お店で「ポイントカードをお作りしますか？」と言われると、「いらないです。」が言えない私。。。そしていざ使おうと思うと探せなかったり、忘れてしまったり。。。そんな訳でどんどんたまってしまいました。(もともとポイ



濱田 智子

ントカードが大好きというのがあるのですが)

年末も近い事だしカードの大掃除！ということで仕分けをしてみると一度しか行かなかったお店やもうなくなってしまったお店も。一枚で全部が管理できるポイントカードがあればいいのにとか、もっと便利なカードケースがあればいいのになあとか思いつつも日々の無駄遣いと断りきれない自分を反省しました。すっきりとした財布とカードケースをみて気持ちもあらたに新年を迎えられそうです。



## 多病息災

自分より一回り以上若いY君が卒中で倒れた。脳幹出血で意識はもどったが、半身麻痺で自由が利かない。数ヶ月前には、I君が心筋梗塞で倒れ入院中である。見舞いに行ったが意識は無く、自発呼吸はしているものの、手当ての遅れで脳死状態だ。静に呼吸をし、しきりにまばたきをしているから今にも起きてきそうな様子。C



杉谷 静

a (カルチ又はキャンサー)で闘病中の仲間も多く、元気に夜釣りなどを楽しんでいるのは私ぐらいか。そんな私もいくつもの病気をもち、病院で薬をもらって飲んでいる。若い頃に山奥の現場で仕事をし、あまりの激務に発病したものである。三十まで生きれるかどうか、と母が医者に聞き、以後気ままな暮らしをさせてくれたおかげで生きている。ストレスの殆んど無い、有っても好きな釣りで発散しているおかげと、自分の体調の変化に敏感で、対応が早いからかも。

## 音楽療法

音楽療法とは(日本音楽療法学会ホームページより)「音楽の持つ生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、音楽的、意図的、計画的に使用する」ことだと定義している。実験心理学的な手法を用いて研究を続けておられる、海老原直邦放送大学客員教授の講義を受け認識をあらたに



笹山 震一

しました。若い頃から数多くのジャズの曲を聴いてきて、還暦を迎えてからドラ演奏を始め、やってみる困難さを痛感しました。しかし音楽を聴くと脳が一気に広い範囲にわたって活性化し「快」をもたらします。感情を直接的に表現、伝達はできないが、人間関係、社会関係には重要な役割を果たしています。上達をめざし練習を重ねるうちに皆様への感謝と、向学心、やる気を維持しているのも、実はその実証例がこの私ではないかと納得しているこの頃です。



## 家出

十月四日、タクヤが又も家出をしました。店の戸が開いたわずかの間に、一目散にかけだし扉の向こう側に行ってしまうました。

夜でしたので、次の日から家中交代で近所を探し回りましたが見つかりません。見つかったのは一週間後。主人が探しに行ってくれて、近所の扉が開いている駐車場の奥に座っていたそうです。



井上 和子

にげました!



全然逃げませんでした。タクヤが一番好きなのは主人なので。ひょっとして主人に見つけてもらいたかったのではないかとと思っています。

一週間の家出でしたが、餌をほとんど食べていなかったらしく、体重を計ってみると丁度50グラム体重が減っていました。家へ帰るなり早速食べることを、お腹をこわされては困りますから、慌てて餌を片付ける始末でした。

でも彼は家出願望をますます強くした様で、外へ出たがって毎日目が離せません。もう十五歳で十分年寄猫なのに、元気で困っています。

## 火事

休日のお昼ご飯の用意をしている時、消防車のサイレンの音がものすごく近くに聞こえ慌てて外に飛び出すと、煤(すす)が舞っていて煙い。見上げると三軒隣の裏の家から炎が立ち上り黒煙がもうもうと出ている。風下だ。燃え移る?!人は大丈夫



和田 恵美

夫なのか?!パニックだ。火事の家の人でも周りの人もみな無事だった。第一通報者は真裏の家の方でした。空を見て、今日は曇っているな?近くの田んぼでわらを燃やしているのか?と思った次の瞬間、バーンと爆発音が聞こえ、裏の家が火事だと気づいたそうです。結局、全焼。周りの家は、熱で窓ガラスが割れたり、放水の水が入り、大変なことに。原因は、今もわかっていません。ほんとうに怖い体験でした。

## 自家製なめこ

約10本のドングリの木に3年前になめこの菌を植えつけました。1年目はボールに2杯位とれました。2年目は3杯位とれました。今年は5杯位と思ってましたが3杯位でした。しかし、不思議ですね。10月半ば頃夜の気温がめっきり寒くなると、ポコポコ顔出してきた



若木 雅雄

す。でも、5本位しか顔出して来ません。後の木はもう出ないのか不安です。お陰様で大好きななめこおろしが、今年も頂けました。私はなめこがめいっぱい開らいたのが好きです。味もおいしいと自画自賛しています。今年は木を20本増やしました。来年、楽しみです。皆さんも原木から菌を打ち込んで育ててみてはいかがでしょうか。成長が楽しみですよ。



## 今年の紅葉見物

先日、称名滝へ紅葉を見に行ってきた。午前中に雑用があったので、午後1時頃に車で出掛けた。立山駅くらいまでは、割と道は空いていたが、称名道路に入ると徐々に混みだしてきた。やっと目的地に着くと、駐車場が大混雑で場所探しに手古摺ったが、なんとか駐車して滝に向かって歩き始めた。お目当ての紅葉は、ピー



網谷 弘明

クを過ぎていてやや期待はずれだったが、称名滝は何度見ても素晴らしかった。

それから20日ほどたってから、石川県の那谷寺へ行って来た。あいにくの雨天であったが、各地から大勢の観光客が訪れていた。境内の紅葉は白い岩山に映えて大変素晴らしいものであった。雨天のため散策コースをすべて回れなかったが、まあよしとしよう。帰り道に、粟津温泉の総湯に入っていこうと思い行ってみると、駐車場が10台分しかなく、すべて満車であきらめざるを得なかったのが、やや心残りであった。

## 「江姫 ゆかりの地を訪ねて」パート2

今回は、安土城を中心に八幡山城跡(近江八幡氏)~小谷城跡(長浜市)の散策予定で出かけました。八幡山城は豊臣秀次が築いた山城で、城跡と秀吉の姉が創建した村雲御所瑞龍寺がありロープウェイで行きます。聖徳太子が開基と伝えられる長命寺へ。ここは長命祈願の山門から808段の石段を登ったところにあり、その石段登りはそれはそれは大変で長命ではなく短命になりそうでした。



藤野 玲子

あり、そこには金箔の壁と釈迦説法図の襖絵に囲まれた総朱漆塗りの床など豪華な造りの安土城天主が1/20の大きさで再現されています。標高200mの安土山に、地下1階、地上6階の壮大な天主をもつ安土城があったという城跡を目ざし大手道沿いの石段を豊臣秀吉邸跡、前田利家邸跡、徳川家康邸跡など見ながら登りました。ここには現在も石垣や礎石が残っていました。今回、見て廻った八幡城跡、長命寺、安土城跡はいずれも琵琶湖が一望できる良い所です。いよいよ前回いけなかった小谷城跡へと思った頃に雨が降り出し残念ながら次回へとりました。



今回のメインである安土城跡へ。途中で「信長の館」が

## 野口英世記念館を訪ねて

先日、機会があって会津方面に行ってきました。今から30数年前、前職で仙台から会津までは毎月のように商用で訪問していたので、それなりに地理や場所には明るいつもりでしたが、久しぶりに見る町並みには、全く馴染みが無く途惑うばかりでした。



柚木 潤

特にびっくりしたのは、「野口英世記念館」です。私の記憶にある「野口英世」の生家は、猪苗代湖の岸边近くで磐梯山からの吹きさらしの寒風にさらされ、今にも崩れ落ちそうなあばら家でした。尋ねる客もまばらで、目を背けるような貧しさを感じさせる建物でした。それでも、母親が赤貧を洗うような生活と、凍てつくような寒く厳し

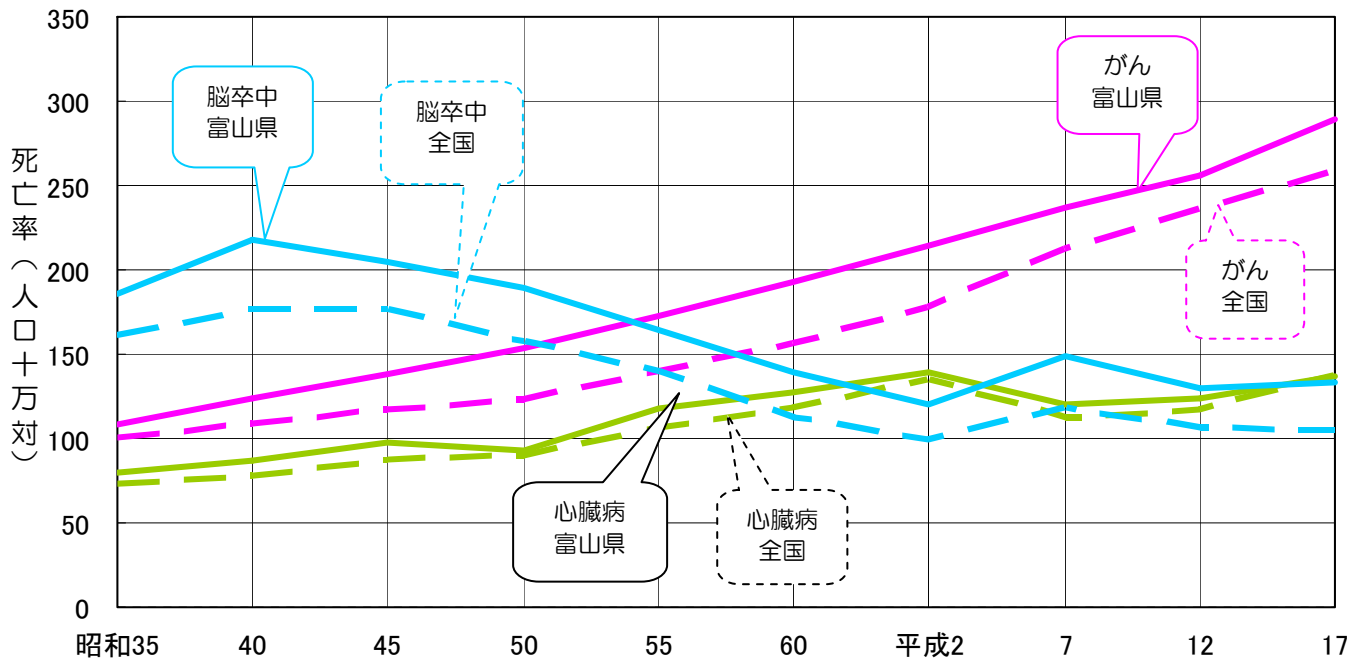


い会津の片田舎で、わが子を必死で育てた人生をひしひしと思わせる家財道具や手紙を前にし、思わず慄然とするほど心打たれる情景でした。

それがあっと驚く、一大観光地になっているのです。「野口英世記念館」は、生家をすっぽりと抱くように立ちはだかり、辺りには音楽は鳴り響き、車は列をなして渋滞し、観光客は、争ってレストランやお土産物売り場に殺到しているのです。私の後から見学していた中年のご婦人の言葉が、そのまま私の心の代弁者でした。(え~、こんなに変わってしまったの~、立派すぎるのもね~)。

通りすがりの観光客の感傷で、その地をいつまでも、古いままの状態にして欲しいなんてのは、どう考えても無理な話とは、分かっているのですが、何となく割り切れない気持ちのまま、生家を後にしました。

# 主要死因別に見た富山県と全国の死亡率の推移



3大死因による死亡率の動きを昭和35年以降で見ると、がんが一環して増加しており、我が国では昭和56年以降第一位になっています。心臓病は、がんほど増加率は大きくないものの増加傾向にあります。脳卒中は、一旦減少したものの近年増加傾向に転じています。

富山県を見ても、平成17年の心臓病以外は、全て全国平均より高い死亡率となっており、特にがんと脳卒中において顕著であることが分かります。

# 主要死因別に見た富山県と全国の死亡数・死亡率・割合

死因	平成6年			平成7年			
	死亡数(人)	死亡率(人口10万対)	死亡総数に占める割合(%)	死亡数(人)	死亡率(人口10万対)	死亡総数に占める割合(%)	
全国	がん	320,358	253.9	31.1	325,941	258.3	30.1
	心臓病	159,625	126.5	15.5	173,125	137.2	16.0
	脳卒中	129,055	102.3	12.5	132,847	105.3	12.3
富山県	がん	3,125	282.3	30.1	3,188	289.5	29.4
	心臓病	1,365	122.5	13.0	1,508	136.9	13.9
	脳卒中	1,414	127.7	13.6	1,471	133.6	13.5

## ♪嬉しいお知らせ♪ 10月は事故件数が減りました！

交通事故自体は減ることはなく増える一方ですが、アルム東海としてみると事故件数が10月は減少で推移しています。

このまま減り続けていけば、皆様にとってはよい事ですし、アルム東海にとっても喜ばしいことです、更に社会にとってはこの上ないことです。

事故は被害者であっても、加害者であっても大変です。

たとえば、今回加害者だったとしても、いつ被害者になるかも知れません。

また加害者の家族はと言うと被害者と言えるでしょう、人身事故の場合は特に大変な苦痛だと思えます。

年末年始にかけて交通事故が多発する傾向にあることから

スローガン ①しっかりと、ルール守って事故防止

②飲酒運転は絶対にしない、させない

③やめよう、迷惑・危険な自転車走行

お互いに、『家族を思い、事故だけは起こすまい』こんな気持ちで頑張りましょう。



### 黄色の点滅信号と赤の点滅信号での事故の場合



赤の点滅信号交差点に進入する場合 ⇒ 一旦停止をして左右の安全を確認して通行する。

黄色の点滅信号交差点に進入する場合 ⇒ 徐行しながら注意して通行する。

★ この交差点で事故が発生すると過失の基本割合は、赤80：黄20となります。

### 薄暮時の早めのライト点灯

〈めやす〉 9月～3月…午後4時 4月～8月…午後5時

- メリット
- ①自車からは歩行者や他車等をいち早く発見することができる
  - ②他車あるいは歩行者からは、自車の存在がアピールできる
  - ③ヘッドライトの光により高齢者が貼付している反射材の効果が高まる

### 【スタッドレスタイヤ】

通常運転が通用しない季節が近づいてきました。

急発進、急ブレーキなど、急のつく運転は特にしてはいけないシーズンです。

また、タイヤのチェックも特に大事です（事故に直結しやすい）。

#### ①スリップサイン

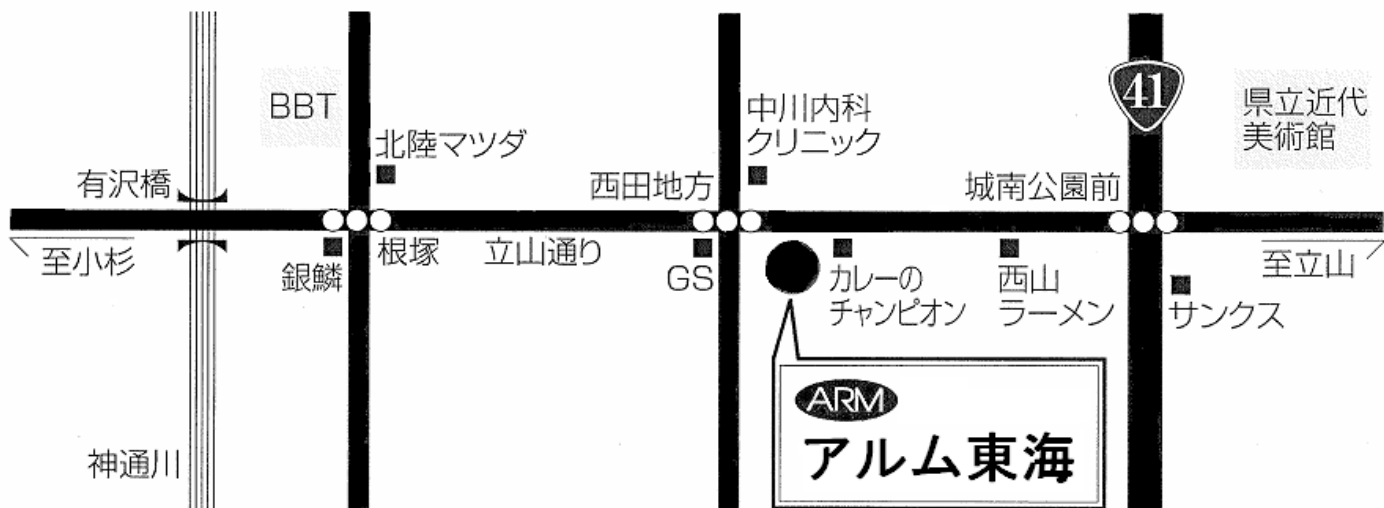
タイヤの溝をよく見ると少し盛り上がった部分が有ります、この盛り上がり以上にすり減るとスリップしやすくなります。（スリップサインの出た（残り溝が1.6ミリをきった）タイヤで走ることは法令で禁止されています。）

#### ②風化・劣化

3シーズン以上になるとスリップサイン以内であっても、ゴムが堅くなり吸着性が悪くなるそうです。溝はたっぷりあっても、3年ほどで初期の性能を発揮しづらいうように変化していくようです。



## 事務所のご案内



皆様の携帯メールアドレスをお聞かせください。

東日本の災害ではライフラインのダウンが大変話題になりました。その中で携帯電話は通じやすかったが通話料と充電の問題もありました。唯一携帯メールが一番の活躍者と聞きました。



電話 076 (407) 1350 FAX 076 (407) 1351  
<http://www.armtoukai.com>



### アルム東海 営業時間

平日 9:00~18:00  
 土曜日 9:00~17:00  
 祝祭日 9:00~17:00  
 日曜日 電話でのご相談OK

### アルム東海 事故受付

年中無休 7:00~22:00  
 電話対応・現場急行  
 アルム東海フリーダイヤル  
 0120-076-166

### 東京海上日動あんしん110番へ

0120-119-110 (超保険 0120-308-110 22年9月始期以前 0120-110-894 22年10月始期以降)  
 ※東京海上日動の安心110番は 24時間 365日 受付 携帯・PHSからもご利用になれます。



東京海上日動火災保険株式会社 <http://www.tokiomarine-nichido.co.jp/>  
 東京海上日動あんしん生命保険株式会社 <http://www.tmn-anshin.co.jp/>

