

い合わせ、保険金の受け取りを請求されることをおすすめします。

L&P司法書士法人
大阪事務所 大阪市北区梅田2-5-4
06-6455-0171
神戸事務所 神戸市中央区明石町48
078-325-8886
URL http://www.lp-s.jp/

～シリークタイトのすまみ



皆さんは、加齢
萎縮筋という言葉を目にしたこと
はありますか？

読んで字のごとく、歳を重ねるにつれて減っていく筋肉のことです。

その筋肉は4種類ありまして、
大臀筋(お尻の筋肉)・・・歳をとると垂れ下がってきますよね

大腿筋(太ももの筋肉)・・・だんだん細くなってきました。

腹筋(ご存知お腹の筋肉)・・・厳密には腹直筋と腹横筋に分かれ

ます。押さえがなくなるとお腹が出てきます。

背筋(背中の筋肉)・・・弱くなると猫背になったり腰痛になります。何もしていないでいると、この4種類の筋肉量は1年間に1%ずつ減少します。

20歳を100とする70歳で半分になってしまっています。さらに付け加えますと、寝たきりになると大腿四頭筋の衰えは1日で0.5%ずつ減少します。

2日で1年分の筋肉が落ちるそうです。

筋肉はエネルギーの最大の消費者です。そのため私たちの身体は高齢になると運動量も減ってきて食事量も若い頃ほど摂らなくなるために、筋肉量を減らして行くことによって省エネしているのです。いつまでも若々しくいたければ、これらの筋肉を特に意識して鍛えておく必要があります。

肥満予防インストラクター
肥満予防健康管理士 岸 正幸

神戸市灘区土山町7-37-903
電話 078 858 7374

韓流ブームに乗って

韓国に行ってみました！

事務局事業部リーダー 鈴木 早苗

国土の面積は日本の3分の1ほど、人口は五千万人。ソウルに二千万人その周辺に二千万人が生活しています。物価は日本の7割くらい。生活レベルは日本と変わらないと思いました。レートは1ウォンが0.07円、五千円の財布を買ったのに七万ウォン払うのには抵抗を感じました。紙幣の最高額が一万ウォンなので日本よりカード社会です。コンビニや地下鉄ではプリペイドカードの使用が当たり前です。



とにか観光客(日本人と中国人)を呼び込んで買い物させて遊ばせて帰らせる、ということが徹底されていて、せつかな関西人がその勢いに負けて疲れ果ててしまっ程です。

一番驚いた事は仁川国際空港の広大さでした。アジアのハブ空港を目指して造られたこの空港は人と物の

流れが計算されていて、早く(韓国の飛行機を利用すれば)大量に安く運ぶということが事が考えられていました。国を上げての本気さ加減が違います。

ソウルまで直通列車で43分。専用高速道路で60分です。快適な広い道路でした。

また、トランジット(乗り換え)のための施設も充実しています。その間を利用した無料のツアーも時間に応じて用意されていて、無駄がありません。

帰ってみると、入国審査を受けるパssenジャーがソウルではこた返していたのが、関空ではまばらで、大きな開きを感じました。



お知らせ

8月13日(月)～15日(水)まで
夏期休暇のため、休業致しますので
よろしく申し上げます。

(理事) 上田 泰廣 (喫茶八八)

(理事) 近藤 富士男 (園田市場協同組合)

(理事) 伊藤 修資 (有限会社蘭市)

(理事) 井尻 佳之 (株式会社ジエム)

(理事) 西村 佳子 (協同組合阪神商工共済会)

(監事) 宮崎 勝巳 (株式会社長瀬工業所)

(監事) 松本 紀宏 (尼崎医療生活協同組合)

次年度事業計画は、新事業の運営と事務局体制並びに財政基盤の強化を基本方針に推進して行き、予算は、会員の減少から、収入金額 60151千円を目標に提案。最後に任期満了に伴う役員改選については、現役員の留任の提案と株ジエム 代表取締役 井尻 佳之氏の推薦があり、承認されすべての議案を、終了しました。

役員

(理事長) 笹部 藤和 (株式会社工ボシ製作所)

(副理事長) 鐘ヶ江 隆男 (鐘ヶ江電気管理事務所)

(副理事長) 小野 勝 (株式会社サカエ)

(専務理事) 蛭牟田 和彦 (協同組合阪神商工共済会)

(理事) 河越 稔 (有限会社夢眠館トミヤ)

(理事) 伊藤 秀樹 (鶴見食品株式会社)

(理事) 萩原 啓司 (有限会社萩原商店)

(理事) 木村 立夫 (株式会社セツナン)

会員交流会開催

第二回会員交流会を開催

異業種企業の方々が親しく知り合い交流出来る場をということで、第三回会員交流会が、六月二十七日午後六時より、商工会議所に於いて、総勢 九十三名の参加を得て、盛大に開催されました。

当日は、兵庫県、尼崎市、尼崎商工会議所、尼崎商店連盟、尼崎地域



第3回定時総会を開催

当会定時総会が、六月二十七日午後五時より、商工会議所に於いて開催されました。

二十三年度事業では、給与計算事務の代行事業を実施し、また、小規模企業共済(経営者退職金制度)・倒産防止共済(セーフティ共済)の取り扱い、さらに兵庫県火災共済協同組合、兵庫県共済協同組合、中小企業者のための火災と自動車共済の取り扱いのPRに努め、それぞれ成果を上げてきました。



労働保険事務組合では、厳しい経済環境に伴ない、解雇を含む労使問題の相談、緊急雇用安定助成金、高年齢雇用継続給付金の申請、雇用を促進する助成金、奨励金の指導と申請手続きに取り組んできました。特に今年度、異業種の交流や紹介を通じて、農政省就労支援事業を活用し新事業を実施される会員企業と現地に同行、事業内容を把握し、新たに就労支援事業会計事務処理を次年度より受託が決められました。

決算報告では、収入合計 61282千円、支出合計 59441千円 収支差益 1841千円を計上。



産業活性化機構の多くの方々も参加頂き、今年も、ゲストに落語家の桂蝶六氏を招き、落語と、最後に一般参加での大喜利でしめくくり、楽しいひと時を過ごして頂きました。

東方見聞録



株式会社 ラ・ルージュ

代表取締役 佐藤 均

鮮魚専門店 通称東町魚利商店は、昭和二十年前半に尼崎市東本町三丁目 東町市場内にて創業

平成十二年十一月に東町市場から阪神電鉄大物駅高架下大物グリーンプラザ内に移転、常に旬の商品と鮮度を重視し、地域消費者から信頼が厚く地域一番店として活躍。その間、息子さんの佐藤 進哉氏も後継者として大物グリーンプラザ店に入り、親子で頑張ってきました。

しかし平成二十二年三月に、大物グリーンプラザは、阪神電鉄と店舗契約の期間延長ができず閉鎖されたので、同年四月に現在の大物二丁目に東町魚利商店の店舗を構えるに至りました。

さらに平成二十三年四月 尼崎市 潮江 フレッシュ コア内に出店

大物店は、息子さん夫婦が店を運営し、現在従業員四名、アルバイト・パートさん四名で、創業六十年に及ぶ老舗店として頑張っておられます。これまでの間に、昭和六十一年九月に阪神電鉄大物駅高架下大物グリーンプラザオープン時には、雑貨店プチハウスを開業、鮮魚専門店と雑貨店を管理する為平成二年一月十一日法人を設立、同年三月明石市大明石



大物店

町に雑貨店ラ・ルージュを出店されてきたが、その後時代に流れとともに業態の変化のなかで、平成十二年雑貨店から撤退され、以後鮮魚専門店に特化された。

通称東町魚利商店は、「安全・安

心 新鮮で旬の魚介類を提供することをモットーに美味しく食べて頂けるよう、仕入れを吟味し、調理を丁寧にし、魚嫌いの方が魚好きになるよう、また魚好きの方には満足して頂けるよう心がけ日々努力を惜しまず励んでおられること。

佐藤 均社長は、「今から旬の魚介類では、愛知三河産 うなぎの蒲焼・愛知産 三重産 京都産などの鳥貝・岡山産 子持ちシヤコ・北海道産 生うに・毛蟹・淡路産 裏うに・長崎産 太刀魚・甘鯛・石川産 めばる・淡路産 活鱧明石産 生蛸などで、特に、活鱧の湯引きには、こだわりをもって調理させて頂いてるし、またお祝い事の焼き鯛は、昔ながらの天然にこだわって対応しています。魚好きが楽しいお店。それが東町魚利商店です」と熱っぽく語られていたのが印象的でした。



尼崎市東本町4丁目47

大物店 06-6481-2269

コア店 06-6499-4352



有限会社 すまいる

代表取締役 長田 恒司



有限会社すまいる(代表取締役 長田恒司)は、平成15年に準備期間を経て「居宅介護事業所」として尼崎市武庫元町にて開業されました。

開業のきっかけは、会社員として勤めながら「病気の母親を実際に介護する中で、介護の重要性を感じ、同じようなご家族の介護をされている方々のお役に立ちたい」との思いからだそうです。

居宅介護事業所とは、加齢に伴い生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となった方に対し、訪問介護員(ホームヘルパー)が入浴、排泄、食事、掃除、洗濯、通院等(日常生活のお世話)のために訪問を行う事業所のことです。

その他有限会社すまいるでは要介護認定申請の代行、介護サービスの再

評価とサービス計画の練り直しや、介護保険対象外サービスを行う事業所の紹介も行っていきます。

「要介護となられた方が地域で豊かな生活を送れるように」をモットーとし生活全般を支える質の高い介護サービスが利用できるようにと取り組まれています。

質の高いサービスを提供するには、まず「ホームヘルパーの実情を知ることが大事」ということで、ケアマネジメントをするうえでどのようなことで困っているか、日々の実態はどうなっているか等の話をし、ホームヘルパーと実情を共有し質の高いケアマネジメントとは何かを常に考えておられます。

介護保険制度を取り巻く環境は、今年も介護報酬改定が行われるなど厳しい状況となっております。このような状況であっても、地域に密着し丁寧な介護支援サービスを行っていただける有限会社すまいるへ介護に関するお困りの際は、ぜひご相談してみたいかがでしょうか。

尼崎市武庫元町2-19-9

06-64962-3032

相続時に必要な諸手続

死亡保険金の請求



お亡くなりになられた方が生前保険(死亡保険)に加入していた場合、保険の受取人が保険金を受け取るためには、生命保険会社に対し保険金の受け取りを請求しなければなりません。死亡保険金の受け取り請求に必要な書類は保険会社によって様々ですが、一般的には、

「保険証券」「受取人の戸籍抄本」「受取人の印鑑証明書」被保険者の「住民票や除籍抄本」「死亡証明書」が必要となるようです。

(事前に保険会社に確認して下さい) 保険金の受け取りには期限があり、保険法では「保険給付を請求する権利は、3年間行わないときは時効によって消滅する」旨の規定が置かれています。(保険法65条)。また、

普通保険約款では時効に関する規定を設け、「3年間請求が無い場合には消滅する」旨が定められています。従って、死亡保険金の受け取りは、保険法上も約款上の3年で時効にかかってしまうことになるのです。では、被保険者の死亡から3年を経過した死亡保険金は受け取ることができないのでしょうか?

そもそも、時効(法律的な)効果は、時間の経過だけで生じるものではなく、時効によって利益を受ける者(このケースでは「保険会社」)



が、時効の利益を受けることを意思表示して(この意思表示を「時効の援用」といいます)初めて効果が生じることになるのです。

また、通常保険会社では、死亡・満期などのように保険金請求権が発生していることが明らかなものについて「時効の援用」を行うことはないようです。

従って、「3年以上前にお亡くなりになったかたの保険証券が、突然見つかった」というような場合にも、あきらめることなく、保険会社に問