

Abi Letter



naomi

contents

P.1 私の履歴書 ～Part1～ 代表 木全裕子

アビっとく豆知識

- P.2 ●お餅つき感謝祭
●伝筆対話カード研修
●ピンクリボンアドバイザーNews
- P.3 ●～社会保険・健康の巻～
●くすのき薬局通信 ⑤

アビっとく豆知識

- P.4 ●～損害・生命保険の巻～
●アビリティー通信
- P.5 ●STAFF'S VOICE ～笑顔を咲かせるお手伝い～

ご縁です

- P.6 ●妊娠前の今を整える
妊活の家庭教師 助産師 西野裕子氏

私の履歴書 ～Part1～

代表 木全裕子



孫のように可愛い♡

人生を振り返ると、不思議な縁と多くの出会いに支えられて今日まで歩んでくることができたと感じます。嬉しかったこと、苦しかったこと、思いがけない転機や挑戦。家族との思い出、人との出会い、それらすべてが今の私につながっています。ここに、生まれてから今日までの歩みを記し、私自身の足跡を「私の履歴書」として辿ってみたいと思います。

幼少期～学生時代

私は愛知県一宮市で生まれ育ち、一人っ子として、母に大切に育てられました。幼少期のころは、私の服はほとんど母の手作りだったそうです。写真を見ると母の手作りと思われる服をたくさん着ています。それも幼少期で終わったようで、母子家庭になってからは、そんな時間はなくなっただけでしょう。三歳の頃に母子家庭となりましたが、五十年以上も前の時代は、母子家庭は世の中から批判的な目や、特別視もあり、大変な環境で母は仕事と子育てを両立しながら懸命に私を育ててくれました。

その背中を見ながら、私は自然と人への感謝の気持ちや、自分のことは自分でやるという考え方を身につけていったように思います。

「宿題や持ち物を忘れても、先生に怒られるのも、困るのも私じゃなく、あなたよ。ママは自分の仕事を一生懸命にやっているのだから」と言われて、子供なりに納得して、学



母の手編みニットで

校から帰ると、すぐに次の日の準備をしていたのを覚えています。母は化粧品品の営業で全国トップで、それは保険業界でも。仕事が忙しくても家では笑って楽しく過ごしていた母の元で育ちました。夏休みは二人で旅行は難しかったのか、毎年どこかの近くのホテルで一泊が恒例でした。名古屋観光ホテル、キャッスル（今のエスパシオ）など子供としては、ホテルのプールで泳いで、美味しいお食事をとっても楽しんでいました。子どもの頃の私は、おてんばでおっちょこちょい。それでいて誰とでもすぐに仲良くなれる人懐っこい性格だったようで、怒られて玄関の外に放り出されても、通りすがりの人と話をして笑っていたり、じっとしているよりも外で遊ぶことが好きで、いつも元気いっぱい走り回っていた記憶です。なぜか野球が好きで、小学生の時に誕生日に買ってもらった野球のグローブで、一人キャッチボールをしていたら、近所の工場で働く知らない男性がキャッチボールの相手をしてくれたことを覚えていますが、今の時代ではありえない光景かもしれません。

学校から帰ると一人でいる時間が多く、土日仕事に出る母でしたので、母と過ごす時間がとても嬉しかったのか、授業参観（昔の呼び名）や運動会に母が来てくれることが何よりの楽しみ。授業参観に遅れてきた母を見つけ、「ママ～」と小声で読んで手を振ったり、いいところを見せたくて元気に手を挙げて発表していました。運動会に仕事で遅れ、お弁当の時間になってしまい、近所のお母さんが「裕子ちゃんも一緒に食べよ」と誘ってくれて「ママが来るから大丈夫」と校門で母を待っていると、茶色いベストを



怒られて出された玄関

着た母が、お弁当を持って走ってくる姿に笑顔で手を振っていたことを鮮明に覚えています。

また、小さい頃から動物が大好きでした。犬や猫だけでなく、母が「きゃー！」と叫ぶ小動物などを持ち帰ることも。現在、愛犬二匹と暮らせることが幸せで仕方ありません。一人っ子だったせいか、母のお客様の子供など小さい子供と遊んだり、お世話することが大好きでした。それが、のちに保母さんになりたいという願望に繋がっているのかと。

人間関係が豊富だった母の周囲には、常に人がいましたので母子家庭で一人っ子の生活に寂しいという気持ちはあまり記憶はなく、振り返れば、何気ない毎日の中で育まれた好奇心や人とのつながりを大切にしたい気持ち、その後の人生の土台になっている気がします。

高校から大学へ進学する時に、「保母さん」になりたい。保育科に進みたいという私の想いに、母から断固たる反対にあったことが、記憶の中では一番の喧嘩をした事だと思います。母は、技術を身につけ、社会で独立した人として生きていける女性となって欲しいと願っていたようです。

反対を押し切って、保育科に進み数年は幼児教育に携わる仕事をいくつか経験しましたが、現在の私は、母の想いに近い道を歩んでいる気がしますので、母は「ほらね」と言っているでしょう。

そして、バブル絶頂期から崩壊、そして私の人生はITバブルに乗っていくことになりました。

「私の履歴書 Part 2」で、社会人になってからの私を辿ってみたいと思います。



第5回

お餅つき感謝祭

4月18日(土)



- 日頃の感謝のきモチを込めて“餅つき”を開催！
- 餅つきも毎年レベルUPし、おいしさもバージョンUP！
- 次回はさらに“モチモチ”？！

お客様やご縁のある方、
ご近所さんの参加も増え、
絶好の餅つき日和🌞



大人も子供も
ぺったん！



ぺったん！

ずんだ餡をご提供
日進堂さま



チヂミ販売
韓成さま



コーヒー販売
sin.coffee.komakiさま



“けんちゃん汁募金”総額 11,000円

「あひなが育英会」に寄付をさせていただきました。
皆様のご協力、温かい気持ちに心から感謝申し上げます。



参加いただいた皆様、協賛や出店いただいた皆様、
ありがとうございました。

5月9日

一文字が教えてくれた、私の知らない私 ～伝筆対話カード研修～

漢字一文字から、相手へのメッセージを伝えるカードセッション。
「そんなふうに思ってくれてたなんて！」
「思ってもいなかった言葉をもらえて嬉しい！」
そんな声が次々と上がり、気づけば時間を忘れるほど夢中に。
文字の意味を感じながら、人から見える自分と向き合う時間に
心がフッと温くなりました。



2026年10月17日(土)

第5回

ピンクリボンイベント開催予定



見て・聴いて・触っての体験をただいま企画中

乳がん検診を受診していただくための啓発活動を行っています

情報はHPやインスタで随時更新中!! Checkはこちらから



【未来の子どもたちを社会みんなで支える一步】 子ども・子育て支援金、始まってるよお～！

2026年4月スタート 公的医療保険に加入する全世代から徴収→健康保険料に上乗せ

実際、
いくら引かれるの？

例) 給与30万円の会社員の場合
2026年度の支援金料率：0.23%
30万円×0.23%＝690円

本人負担は
その半分の「345円」



負担した支援金は、以下のような子育て支援の拡充に使われます！

児童手当のパワーアップ	高校生まで対象が拡大され、第3子以降は月3万円に増額
出生後休業支援給付	両親が共に育休を取るなどの要件を満たせば、最大28日間、手取り10割相当を支給
育児時短就業給付	2歳未満の子を持ち、時短勤務を選んだ場合、賃金の10%を支給
自営業・フリーランスの方の国民年金保険料育児免除制度	子を養育する国民年金第1号被保険者は子が1歳になるまでの期間、保険料を免除される制度が2026年10月から新たに開始

私の好きな言葉

社会保険労務士 後藤 健太

KENTA'S VOICE



私の好きな言葉に「正しさよりも、優しさを選ぶ」があります。どこかで聞いたそのフレーズが頭から離れず調べてみたところ、映画『ワンダー 君は太陽』の「正しいことよりも、親切な選択を」という一節だと知りました。「正しいことよりも、親切な選択を」。ルールという「正しさ」の土台に、互いを思いやる「優しさ」をどう重ねるかが大切なのだと改めて気づかされました。近々、時間を見つけてこの映画を観てみようと思います。

くすのき薬局通信 ⑤

一宮市に店舗を展開している「くすのき薬局」様より、身体にまつわる情報をお伝えします。

お薬手帳って 本当に必要なの？

わざわざ自分で買って用意
しなきゃいけないの？

お薬手帳は全国の調剤薬局で
無料でもらえます。

お薬手帳を持参すると
薬代が安くなるって本当？

お薬手帳を持参すると、調剤薬局での
支払いの一部が安くなる場合があります。



マイナンバーカードはお薬手帳の
代わりにならないの？

現状ではマイナンバーカードは
お薬手帳の代わりにはなりません。

お薬手帳はどのタイミングで
出せばいいの？

お薬手帳は
病院を受診する際と、
薬局で処方箋を出す際に
一緒に提出しましょう。



詳しい説明は
こちらから



2023年1月27日にシェアされた投稿
作成者:KUSUNOKIYAKKYOKU_GROUP

お薬を通じて「ありがとう」をつなぎます
くすのき薬局グループ
株式会社 ジャストメディクス
〒491-0931 一宮市大和町馬引字乾出14-2



知らないではすまない 自転車も青切符

- 2026年4月1日から16歳以上の自転車運転者全員が対象！
- 16歳以下は現場で指導・警告
保護者や学校へ連絡が入ることも！
- 交通違反に反則金(3,000～12,000円)が科される
青切符(交通反則通告制度)
- 重大違反は、赤切符の可能性もあり→刑事処分



自転車安全利用5則

- 1 車道が原則 左側通行
- 2 交差点では信号・一時停止
- 3 夜間ライト点灯
- 4 飲酒運転禁止
- 5 ヘルメット着用



注意

警察官を装った詐欺也多発！

その場で現金を徴収する ➡ 絶対にありません×

違反をしたら青切符と仮納付書が渡され、
後日、反則金を納付することになります。



自転車の青切符の7割が
「一時不停止」「ながらスマホ」
大きな事故につながるので要注意！



Q.あなたは読める？

岐阜の地名

答えは
次のページ→

- 1『坂祝町』 2『山県市』 3『丹生川村』 4『安食』

ちょっと待った！ もうけ話に落とし穴

詐欺まがいの投資話急増中!!
投資を進められたら
立ち止まる・相談することが大事！

! こんな言葉は要注意！

- ・すぐ儲かる・必ず儲かる
- ・絶対に損しない
- ・高金利
- ・今日中に決めて
- ・〇〇さんもやっている



資産運用はギャンブルではありません

資産運用のコツは'コツコツ'

- 目的・ゴールを決める
- 毎月積み立てる
- 続ける(株価下がる→売る??)
10年、20年先を見据えて
- リスク分散
(商品・運用期間etc.)



アビリティー通信 助産師×FPコラボセミナーを開催

会場は緑豊かな「Healing Forest Cafe」の個室ブースを貸し切り、自然に囲まれた雰囲気も相まって、終始和やかな時間となりました。



助産師パートでは、自分の体を観察するワークを実施。
不調のヒントや不足している栄養が見えてくる内容で、
FP木全香織が誰より真剣にチェックしており、参加者から小さな笑いがこぼれました。



FPパートでは“人生の夢”を書き出すシートづくりを行い、将来のお金のことを前向きに考える時間になりました。



商工会議所主催「いちPo」
2026年夏休みも開催決定！
最新情報はインスタにて発信中



ABILITYICHINOMIYA

笑顔を咲かせるお手伝い

通常業務や弊社企画のイベント、そして新事業でも掲げている「笑顔を咲かせるお手伝い」という言葉を初めて耳にした時なんて素敵なお言葉だろうと、すっと心に響いたのを覚えております。保険、相続、住宅ローン、資産運用、学資、さらには起業、暮らしの悩み事まで多様なご相談を抱えて来社されるお客様が最後には笑顔で「ありがとう」と言ってお帰りになる。その瞬間こそ、この言葉の意味を深く実感します。クライアントを務める私はお客様と直接お話しする機会は多くはありませんが来社された方やイベントに参加された皆様の心がほぐれ「来てよかった」と思っただけのような笑顔で挨拶することを大切にしております。顔が見えない電話対応では特に丁寧で明るい声を心がけています。笑顔が咲くとそれは周囲へと連鎖し、多くの方を幸せにします。その連鎖のお手伝いができることにこの上ない幸せを感じております。



Naomi

梶垣 直美

笑顔を咲かせるお手伝い。それが今回のテーマです。最近の私は、気が付くと口角が下がっていたり、ため息が頻っていたりして、自分の心に少し余裕がなくなっていることに気づきました。自分がそんな状態のままでは、誰かを笑顔にしようとしても、ピンがこないかなって思います。まずは自分の気持ちもふっと軽くなること大切だと思っております。深呼吸をしたり、甘いスイーツでひと休めしたり、好きな音楽を聞いたり、そんな小さなことを心は少しずつ整っていきます。私は事務を担当しておりますので、お客様の笑顔を実際に拝見する機会も多くありません。でもね、お電話越しの声が明るくなったり瞬間や、メールで「有難うございました」と返ってくる言葉に笑顔が咲いた気配を感じることがあり、私も自身も前向きになれます。だからこそ、まず自分の笑顔を大切にしながら、これから誰かの笑顔が咲くお手伝いを続けてまいります。



Tsukasako

今枝 司子

仕事を通じて多くの方と向き合う中で、どうすれば目の前の方が安心して笑顔になれるのかを考えることが増えました。そんな思いから、お客様とお話するときは、表情や間合いを感じ取りながら、話しやすい空気をつくることを心がけています。まだ焦りや余裕のなさで思うようにできないときもありますが、その度に「次はもう少し寄り添えるよう、丁寧に向き合おう」と静かに思い直しています。完璧ではなくても、相手を大切にしたいという気持ちを積み重ねていくことが、結果として「笑顔を咲かせるお手伝い」につながるのだと考えています。関わった方が少しでも安心して、笑顔でお帰りいただけるように。その笑顔が、これからの日々にもずっと続いていきますように。今の一瞬一瞬を大切にしながら、これからも自分の中でこの想いを丁寧に育いてまいります。



Kaori

木全 香織

今年度はホスピタリティの心についての勉強会を行っています。今回のテーマである「笑顔を咲かせるお手伝い」ともつながり、日々の業務の中でも実感する場面が増えています。「自分にできることは何だろう」と悩んだり相手がいなくても嬉しくなるだろうかと考えて行動することで言葉づかいやしぐさも自然と優しくなり、やり取りも穏やかになります。例えば率先して「おはようございます」と挨拶するそれだけでも、相手の安心につながると感じています。また、できるだけ笑顔で対応することを心がけています。笑顔には相手の緊張をほぐし、場の雰囲気をも明るくする力があります。忙しい時こそ、まず自分がにこやかでいることでその場の空気を心地よくできればと思っています。これから先も前向きに口角を上げて気持ちよく仕事に向き合っていきたいと思います。



Masumi

八並 真澄

第37縁

妊娠前の今を整える「妊活の家庭教師」助産師 西野裕子氏

西野さんと出会ったのは20年前。助産所で妊婦さん向けマナーセミナーを担当したことが始まりでした。サバサバした気持ちよさに加え、ふっと安心させてくれる笑顔が魅力の方です。料理やお菓子作りも得意で、今ではその才能を活かしダイエットコーチとしても活躍。多彩な一面が人を惹きつけます。

木全 裕子



にし の ゆうこ
はじめまして 助産師の西野裕子と申します

30年以上にわたり、総合病院や助産所などで多くの命の誕生に関わってきました。その中で強く感じてきたのは、「妊娠してから」ではなく「妊娠前から」の体づくりが、その後の妊娠・出産・育児につながっていくということです。

～助産師30年の経験から伝える、一生モノの体づくり～

今は情報があふれ、「何から始めればいいのかわからない」「頑張りたいのに続かない」と悩む方も少なくありません。私は「妊活の家庭教師」として、食事や生活習慣を“今のあなた”に合わせ、無理なく続けられる形に整えながら伴走しています。



職場での健康教室

「妊活ごはん講座」では、見て・食べて・体感しながら、自分に合った食事の整え方を学びます。必要な方には90日間の個別サポートを通して、「知る」だけで終わらず、「できる・続けられる」まで寄り添っています。

現在は個別相談（おふたりでのご参加も歓迎）のほか、企業・職場での健康講習も行っています。まずは、ご自身の“体の現在地”を知るところから始めてみませんか。

<7月講座のご案内>

7/11(土) 妊活ごはん講座
妊娠前の今を整えるための、食事レッスン

7/18(土) フレママ講座
助産師だからこそ話せる「出産の日ってどんな一日？」

「このままで大丈夫かな…」

そんな不安を、一人で抱えていませんか？
“頑張る”より、“今の自分を知ること”から。

無料相談も毎月5名様受付中です。

詳細は公式ラインからお問い合わせください



YUKO_JOSANSHI27



助産師 にしのゆうこ

Instagramでは、あなたの悩みや想いをマンガで翻訳してお届け

妊娠前の今を整える

妊活の家庭教師
助産師 にしのゆうこ

TEL 090-4160-4632

メール：josannshi.yuko@gmail.com

https://nishinoyuko.wixsite.com/home

各種お申し込みは公式LINEまで

詳細情報は
HPから→





AbiTube

アビリティーから情報発信中!!

毎週



お昼休みのアビっとくラジオ!



i-WAVE76.5FM FMラジオ
毎週水曜日のお昼12時45分より
生放送

ファイナンシャルプランナーの木全裕子と、スタッフが週替わりで様々な情報をリアルタイムにお届けしています。生放送をお聞きいただき、是非、感想や質問などをFAXまたはメールください。



★一宮市以外の地域では、スマホアプリをご利用ください。世界中からリアルタイムで聞いていただけます。



無料アプリ「Radimo」をダウンロード!

常時



- ・ホームページ
- ・Instagram



HP



ABILITYCHINDIYA

アビリティーの紹介、情報ツールのバックナンバーなどが盛り込まれています。インスタも随時更新中!



随時



セミナー

キッズマネーセミナーも好評

ability-fp.co.jp/seminars



「個人様」「法人様」向けにセミナーを開催しています。皆さまにとって、自分ひとりでは解決できない課題や自分ひとりでは実現する道すじを立てられない夢に、アビリティーと共に楽しく向き合ってみませんか。



年2回



アビレター

毎年2回発行 アビレター
今回は37号、HPでバックナンバーを確認できます。マネーに関する情報や生活に関する豆知識まで広範囲で情報発信中!



重要!

お忘れではありませんか? 以下の場合、お手続きが必要です

＜生命保険・損害保険＞

引越・結婚・出産・離婚・死亡・入院・手術（日帰りを含む）など

車両入替・就業中のケガ（従業員を含む）など

※アビリティーへご連絡下さい

ability
株式会社アビリティー



PR動画

〒491-0832

愛知県一宮市若竹3丁目4番7

TEL:0586-82-1345 FAX:0586-82-1341

Mail: mail@ability-fp.co.jp

URL: <https://ability-fp.co.jp>

アビリティーのおもてなし

