

# 有限会社アビリティーのサポートツールをご紹介します

お客様の夢、  
応援します!

アビリティーでは、4つのコミュニケーションツールで、皆様に情報を発信しています。頻繁にお会いできないお客様との、コミュニケーションを取り続けたいという思いから、アビレターがスタートし、FMラジオからも毎週、生の声をお届けしています。アビリティーを地域の皆様に、活用していただければ、幸いです。



## 木全裕子のアビっとくラジオ!

毎週



i-wave76.5FM FMラジオ  
毎週水曜日お昼の12時45分より生放送!

一宮、初のラジオ局です。ファイナンシャルプランナーとして木全 裕子が、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「TuneIn Radio」をダウンロード!



## 「"Waku Waku" and 見えるビジョン」

### ホームページ

常時

<http://www.ability-fp.co.jp/>  
リニューアルしました!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。近日ブログ&ラジオ録音も公開予定。



### アビレター

年2回

毎年2回発行 アビレター  
今回は15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提供しております。



### アビっとく!情報メール

月1回

朔日「アビっとく!」情報メール  
毎月1日にメールを配信しています。医療費・年金制度・相続等、時節にあわせた知っていれば役に立つ、お得な情報盛り沢山です。

メルマガご希望の方は、名前と「アビっとくメール希望」と書いて、[Info@ability-fp.co.jp](mailto:Info@ability-fp.co.jp)まで送信下さい。

八月を迎え、夏本番となりました。梅雨と言っても年々、雨の日が続くといった状況が少なくなり、日々の生活において天気が良いのは有難いことですが、一方、農業などこの梅雨時期の雨が必要な業界にとっては、痛手です。毎年楽しみにしている岐阜県下呂のフルーツトマト農園さんのトマトがあります。「今年はいつもとより出来が遅い」と嘆いておられました。世界中でおこる地震、集中豪雨などの天災が各地で多発している様子を目にすると、この先、世界はどうなっていくのか不安を感じます。それでも当たり前ですが、時間は止まることなく動いており、今を、そして先を考えなくてはなりません。

ここ数カ月間、ある会社の社長様が、創業から今に至るまでの自社の振り返り、現状、そして会社の未来、ビジョンを経営者の集まる会で発表される経過に携わらせていただきました。創業一年目からの毎年の振り返り、その時の会社の状況、売上、社員数、環境の変化をシートに作成され、多くの時間を共有し、色々な話を聞かせていただきました。

それは同時に、私自身もアビリティーに関わり引き継いだこの十五年間の自社の振り返り、今に至るまでのお客様をはじめ、支えていただいた方々との繋がり、そしてこの先の自社が目指すものは?「社員にも見えるワクワクできる会社のビジョン」を示すことが私の役割であり責任だと改めて実感することができました。よく「学びを盗む」と言いますが、今回たくさん盗むことを実践できる有意義な時間だったことに感謝しています。

代表 木全裕子

### 重要!

ご契約の生命保険証券・損害保険証券を今一度御覧ください。住所、保険契約者・被保険者の名義、保険金受取人など変更の必要はありませんか? 変更がある場合は、早急にお手続きが必要となります。その他、解約・医療などの給付金請求なども弊社ご契約分につきましては、弊社へご連絡ください。※医療給付は、可能な限り入院前のご連絡をオススメします。アビリティーでは、皆様の意向に沿った金融知識、最新情報を提供し、皆様の側に立ってご提案いたします。

法人対策・・・保障・退職金・財務強化・事業承継・相続など  
個人対策・・・結婚・出産・相続・離婚・資産運用・住宅購入など

### 有限会社アビリティー 代表取締役社長 木全 裕子

〒491-0844  
愛知県一宮市八町通1-11-2-101  
TEL:0586-23-1289  
FAX:0586-23-1299  
Mail:mail@ability-fp.co.jp  
URL:http://www.ability-fp.co.jp

※会社案内・イベント・人材募集など、アビレターへの掲載または同封をご希望の方は弊社までご連絡下さい。



平成27年4月 お花見

### 「初めての…」

今年の3月に、ある社長様と「何か趣味を持ちたい。どこでも簡単にできる楽器がいいな～」という話題になり、お互いこっそり楽器を始めて1年後に披露しようか...などと盛り上がっていました。「ケーナ」というたて笛の楽器が自宅に眠っていた社長様。そして私は、眠っていた「ウクレレ」。そして3カ月経過した6月に「ケーナはどうですか?」の質問に「始めたよ!」との答え。さすが常に「有言実行」の社長様でした。この違いか…と内心ガックリしたものの、すぐにどういつこうと8月から習うことを決意したのでした。



「腸を守る」と、「寿命が延びる」!?

～今、腸の病気が増えている!～

頭で考えることと腸の活動は密接につながっています。緊張のあまり、急な腹痛や下痢に襲われたりしたことはありませんか。

◎腸を若返らせることは、アンチエイジングにつながる!

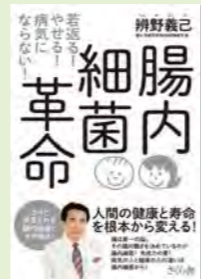
腸年齢を若くするには!?

- ①腸内細菌の善玉菌(乳酸菌・ビフィズス菌)を増やす  
→免疫力を高める・感染防御・ビタミン合成・消化促進  
・食物繊維=こんにゃく、にんにく、大豆、ジャガイモ  
・発酵食品=ヨーグルト、納豆、チーズ、みそ、キムチ
- ②腸のぜん動運動を活発にする  
※ぜん動運動…消化物を移動させる動き  
→排便力を高める  
・朝起きたらコップ一杯の水  
・腹式呼吸…便秘に効果的!  
息は鼻から吸って、口から吐く
- ③毎日を楽しんで、笑顔で生活する

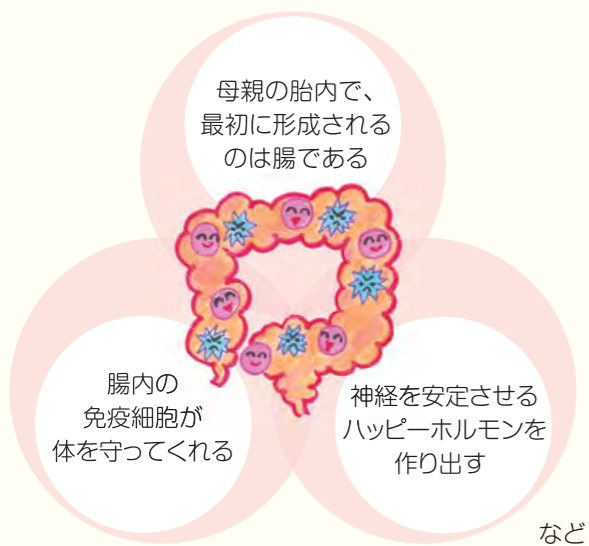


オススメの一冊!

「腸内細菌革命」  
“うち博士”こと辨野義己著  
腸内環境をよくすれば、いつでも若々しく、病気にならず、長生きすることができる!



◎腸は、第二の脳!?



自転車の取締強化始まる!!

～知らなかったでは、すまされない!～

6月1日より、自転車の道路交通法が強化されました。14歳以上は、対象です!

◎こんな危険行為、していませんか?

- ・携帯電話で通話しながら…
- ・イヤホンで音楽を聞きながら…
- ・傘をさしながら…
- ・ピストバイク(ブレーキのない自転車)
- ・一時停止違反
- ・無灯火
- ・酒酔い



◎危険行為を繰り返すと…

3時間の自転車講習とテストの義務付け(有料)。受講しないと5万円以下の罰金!

◎自動車ドライバーは、特に注意!

- ・高齢者
- ・ながら運転をしている人
- ・学生 etc

自治体によっては、自転車レーンの区分け、色分けをして安全を図っています。学校での定期的な安全指導、親御さんからも声がけ! また、自動車ドライバーは、少しでも危険と感じたら、必ず徐行、または停止するよう心がけましょう。



会長のつぶやき



念願のクイーンエリザバス号 香港にて



ひまわり H27.作品展にて

昨年の七月の人間ドックでは転移がみられませんでした。今年一月の検査で右乳リンパ節に転移が見つかりました。抗ガン剤や放射線はお断りして免疫アップ治療と決意。手術はマインドバウと叫びハンドヒリングで宇宙エレキをこたに癒す方法です。博多の西洋医療と東洋医療とを統合した太陽のエネルギーという病院があり月に一度通す。日常は名古屋と岐阜にある施術所に週二回通す。手からどんなエネルギーが出るか本気で不思議ですが、痛みを取りかゆみを取りガンが消え車椅子から立ち上れる。字がぼろぼろ見えるようにぼろぼろと目の前で起る左可歩は驚き。ぼろぼろと十年前に卵巣ガンと手術する時は死と覚悟。手術がまの五十年前十年間旅に興じて楽しい日々を過してまう。今は私もパワーを取戻し自分や他の人達に使う。まず正直今は生に對する執着心はありません。生かされてる間パワーを使い。目標のお役に。まだと思いついて毎週金曜日一宮の「アンジェロ」というお店で無料実践としております。お試ししたい人は遊びにいらして下さいませ。元気に毎日過してまいります。

木全智恵子

STAFF'S VOICE



稲垣直美

結婚20周年を迎え、親子4人で沖縄の西表島・石垣島・竹富島に旅行に行きました。四方を海と木々に囲まれたどこまでも雄大な自然と、穏やかで人懐っこい島の人々、ゆくりとした時の流れに、まるで異国にきたような錯覚と幸福感に包まれた4日間でした。この20年で、親になり親の有難さを痛感し、親を失くした夫婦・親子の絆の大切さを実感しました。子育ての難しさにも直面してきました。今、「これでいいのか?」と、自問自答の繰り返しです。それでも、子供が高校生になり、落ちついて会話ができるようになったこの頃は、私も子供の気持ちを尊重し、冷静に対応出来る事が増えてきました。あと10年すれば、子は親から自立していき、我が子への感謝と愛は今以上に! 結婚30周年には家族と一緒に沖縄の満天の星空を見られるよう、沖縄貯金を始めました。



今枝司子

AEDの講習を受けました。AEDとは、「自動体外式除細動器」で、最近では、駅や学校、大きな施設でも目にします。消防局の方から直接受け取り、実践。機械の操作も大変だ。たの、「大丈夫ですか!」と声をかけたり、「救急車呼んで下さい」「AEDを探して下さい!」と他の人に助けをお願いするほど、公衆の面前で大声を出すことでした。心臓マッサージは、こんなに強く押しで大丈夫か。救急車が来るまで続ける体力があるのだろうか。不安になり、またAEDの電気ショックの大きさにも大変驚きました。小さなことですが、自分の成長のステップアップになりました。自治体や学校で無料の講習会を行っていますので、忘れぬように練習し受講し、いざという時にあせらずに活かせるように思います。子供にも困った人がいたら、手をさしのべることができるよう、自分の体も鍛えたいです。