

なんだり かんだり

M・Tさん (滝沢市)

我が家では、ねこカフェからちよつと病弱なニャンコの預かりボランティアをしています。会話の少なかつた老夫婦、ニャンコと会話をしているうちに老夫婦の間に笑顔の会話が生まれ楽しい老後を過ごさせてもらっています。

広報室 預りニャンコを間に笑顔で会話をしている光景が浮かびます。それぞれに合った支援の形で、動物も人も幸せになれますね！
(東合)

T・Sさん (奥州市)

歳を重ねるといことは、本当に早いものです。やはり若いうちに終身型の保険に加入すべきだと改めて思いました。それが本当の保険だと思いました。

広報室 「まだ若いし、健康だから…」のはずが、気が付けば薬を手放せなくなる年齢に。「保険に入れな〜い」となる前の若いうちの加入が、おススメです！
(青木)

K・Yさん (滝沢市)

いつも楽しみにしています。会報全体から、なんかほのぼのとした雰囲気伝わってきてほつとします。「ハックル」もいいですね。出来ればハビネス共済にお世話にならないような毎日過ごしていきたいです。

広報室 出来れば入院などせず毎日を健康に過ごしたいですね！ご加入いた

だしていることで「万が一に備えているから安心」と思っていたただければ嬉しかったです。
(千葉)

M・Yさん (岩泉町)

値上げラッシュの昨今。大変厳しい状況にありますが、岩泉町は30%増の商品券を発売しました。チャンスとばかり買い求めに走ったが、私の順番は190番だった。行列に慣れない者にとっては長い時間でした。

広報室 30%増はとてもお得ですね。190番でも購入できたようで何よりです。待ち時間が長いと、「さっきトイレに行っておけば」といつも思います(笑)(早坂)

T・Sさん (盛岡市)

単身赴任をしていて、ちょっととした気のゆるみから入院することになりました。その後、請求事務を行いスムーズな給付助かりました。掛金を支払い続けてよかったなあと思いました。

広報室 お役に立ててうれしいです。これから「助かった」「よかった」という声がいただけるよう、備える安心をお届けしていきます！
(早坂)

お便りありがとうございました。掲載された方へ、ハビネス共済会オリジナルグッズを差し上げます。広報室では皆さんからの「なんだりかんだり」をお待ちしています。



クイズで読者プレゼント!

抽選で5名様に当たる!

酔仙酒造

「特別純米生貯蔵酒300ml 6本セット」

【問題】

ハビネス共済会の〇〇〇CMが放送されています



【応募方法】

必要事項をご記入の上、ハガキ・FAX・Eメールでご応募ください。

①クイズの答え

②住所・氏名・年齢・電話番号・職業

③本紙の感想やご意見等

【応募先】

〒020-0821 盛岡市山王町10番6号

ハビネス共済会「クイズでプレゼント」係

Eメール:quiz@happiness.or.jp FAX:019-654-7262

【締切り】 2022年9月29日(木) 必着

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。



健康 アラカルト ⑧

暑い夏をようやく乗り切り、やっとなんたか体調が悪い...こんな経験はありませんか?

でもなんだか体調が悪い...こんな経験はありませんか?

暑さによる「夏バテ」、温度差による「秋バテ」

過ごしやすい秋になってもなぜかバテしてしまうのは、夏の過ごし方が深く関わっています。暑さで体全体が弱ってしまったり、冷房や冷たい飲み物で体が冷え、胃腸や内臓の働きが低下したりと、夏を乗り切ったところで体に溜まった疲れが一気に押し寄せ秋に不調が出たりします。秋バテ対策として以下のことを心がけましょう!

1. 冷えすぎないよう体温調整をする習慣(羽織り、温かい飲み物)
 2. 秋の味覚で体調を整える(イモ類・根菜・きのこ・魚・栗・果物)
 3. 涼しい朝晩にストレッチやウォーキングの軽い運動
 4. ぬるめのお湯にゆっくりつかり、睡眠をたっぷりとる
- 朝晩と日中の温度差が激しい秋。体調管理に気を付け、皆さんそれぞれの「〇〇の秋」を楽しみましょう!



ハビネス探検隊

北上市の国道4号線沿い、日野自動車さん向いで手作りスイーツ等の自販機を発見! 人気商品はロールクレープ!



ハックルの川柳コーナー



エレベーター

やっぱり間違う

エレベーター

3歳の息子は、エスカレーターもエレベーターと言っています。



編集後記

「ニャンコ」の話題がありました。我が家にはワンコがいます。目那曰く「一番言っていることをちゃんと聞かなくて子」なんだそうです! 息子、娘は苦笑い... (笑) 皆さんのベット自慢もお待ちしております!