

ライフプラン
アドバイザーの井戸端会議



いよいよ始まった
年金生活の話

昨年4月から夫が完全に仕事を辞めて年金生活がスタートしました。頭ではわかってはいたけれどこんなはずではなかったのと、改めて感じたこと、いろいろ。後に続く皆さんのためにお知らせします。

その1
年金支給は2ヶ月に1回だった！

30うん年、月一回のお給料(なんていい響き)になれた感覚、年金は2ヶ月に1回でした。偶数月の終わりに「まだこんなに今月分ある、ふふふ、私ってやりくり上手！」なんて、通帳みてほくそ笑んでいたらそれは大間違い。慣れるのに大分時間がかかりました。

その2
年金額は手取りじゃなかった！

社会保険料、税金その他いろいろ お給料はきちんと天引きして銀行に振り込んでくれました。そして今、誰も天引きしてくれませんか。自分で振り込んだり、勝手に口座振替されたり。年金定期便から想像していた金額より、実際に使える金額は少ないのです。一度手に入れたものを手放すのは辛いものです。

その3
年金にボーナスはなかった！

サラリーマンのときは、突然の出費にはボーナスで対応できました。「今月出費が多いけど、来月ボーナスあるからいいか」という具合に。でも年金生活ではそれは危険な事。予定外の出費を続けていると、もしもそのための蓄えがいつのまにか目減りしてしまいます。一ヶ月の予算をきちんと立てて、その中で暮らすようにしておくことが必要です。

そして私が気づいた最も大切なこと!!

会社へ行かなくなった夫は、毎日、朝から晩まで家にいます。「夫とはこういう人間だ」と、思い込んでいた人物像がガラガラと崩れさります。「え?こんな人だった?」と、毎日が発見の連続です。

夫から見てもそれは一緒、「妻ってこんな人だった?」と発見している。私の場合「妻がこんなに毎日にないとは知らなかった」と驚かれました。はつきり言うてお互いうれしい発見ではない。

60歳過ぎて気づいた夫の新たな一面、そこと折り合いつけて付き合うのはけっこう大変。年金生活に入る前から、お互いしっかりコミュニケーションとってれば、こんな苦労はしなくて良いのです。まだ現役世代の皆さん、楽しい老後のためには、お金も必要ですが、それと同じくらい大切なのは、生活を共にする連れ合いと良い関係を作っておくことです。

LPA 井貝 順子

みんなのひろば

2月号

おしえておしえて
にお返事がとどきました

今年はずがたくさん
なりました。
何かよい料理法、保存法が
あれば教えてください。

関市 ばあちゃんさんへ

ゆずの皮を乾燥して、茶碗蒸し、酢漬
け大根などに利用しています。香りが
よくてゆずは捨てるどころなしです。

【瑞浪市 西尾さん】

ゆずの保存法ですが、私はゆずジャム
にして小分けして冷凍しておきます。
湯で溶かし、ゆず茶で飲んだり、ゆずシ
フォンをつくったりします。

ゆずジャムは、ゆず1kg、水
150cc、砂糖800g~1kg

はじめにゆずを丸ごと茹でて、横
半分に切り種を出す。縦半分に
切って細切りにして鍋に入れ、水、
砂糖も入れて中火
で煮る。皮が柔らか
くなり、とろみがつ
いたら出来上がり。

【川辺町 石原さん】



冬物の布団
どつやったら清潔に
しまっておけますか?

安八町 K.Fさんへ

私はゆずとりんごを薄くスライスし、
ハチミツまたは白砂糖をかけて数日
(二日くらい)置き食べています。(ゆず
は種をだす) 【中津川市 M.Sさん】

冬の布団をしまうときは、「ダニ集めて
пойメッシュタイプ」がおすすですよ。
お布団の間に入れておけば、ダニを集めて
そのまま捨てられます。殺虫成分も不使
用なので安心してお使いいただけます。
(東海コープ商品部 丹羽さん)



ダニ集めてпой
メッシュタイプ 2枚
(1枚の扱いもあります)
企画予定▶3月4週
通常価格 1,791円
税込1,880円

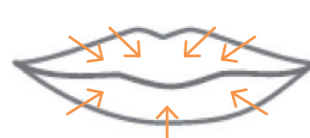
おしえておしえて

季節ものの靴(たとえばブーツなど)
をうまくしまう方法を教えてください。
い。長持ちさせるとかも。

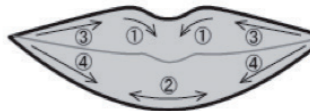
【恵那市 ペジバーさん】

うちの庭や玄関に大きな猫がうろ
ろろします。猫を寄せない方法はあ
りませんか?
【多治見市 エコちゃんさん他】

上品な口元をつくるポイント



① コンシーラーを唇の輪郭
にのせ、指先で唇の外側
から内側にぼかす。こう
することで、口周りのくす
みをカバーでき、きちん
と感ができます。



② 口紅を筆にとり、左図の
順番で輪郭を描いてから
唇の内側を塗っていきます。

口紅はツヤのあるタイプがおススメです。
グロスタタイプの口紅の場合は少し色のはっきりする色
の方がきちんと感ができます。

キレイのエッセンス

「素敵なママ」って言われたい! お子様の入学式

入学式はお子様にとってもママにとっても新しい生活が始まる日。
これからお付き合いをしていく方との出会いの場でもありますね。
この日はおしゃれて、素敵なママになりましょう!

Q 入園・入学式の特別な日のヘア・メイクって
どうすればいいですか?

A フレッシュで清楚な印象のママで行きましょう。
注意したいのは「華やか」であることと「派手」とでは全く意味が
違うということ。主役はあくまでもお子様ですからね。

ヘア
スタイル すっきりとした感じに。
巻きすぎカールは浮いてしまいます。

メイク 春らしく華やかに。でも頑張りすぎない! ポイントをおさえたメイ
クで上品に。目元パッチリなら口紅は薄めの色で。口元に濃い
色をもってくるならアイシャドウは淡い色に。いつもはパパッと鏡
を見ずに塗ってしまうリップをきちんと仕上げてください。
口元がきちんと整うだけで、とても上品な印象になりますよ。

株式会社コスメチックス 小山 怜美

発信往来

晩白柚(ばんべいゆ)をいただきました
した。皮は入浴の時に入れ、中身は
そのまま食べ、皮と身の間のスポンジ
のようなものはアク出しして砂糖で
煮ました。1個2キロもある大きな
ものでした。

【各務原市 ままりんさん】

夕方4時になると小学校の下の校の
アナウンスがあり、みんなで見守る時
間になり外にいますとおやすみなさい
と元気な声をかけてくれます。朝は
おはようございます、いってらっしゃ
いと声をかけ、一日が始まります。

【恵那市 丸山さん】

昨年の地産地消の会(西濃)の井コ
ンテストに出したメニュー「春のいろ
どり丼」です。家族の好きなものを
少しずつトッピングしました。さくら
米たまごはやわらかめのいりたまご
に、蛤はほんの少ししょうゆを加え
て酒蒸しにしました。お米はハツシ
王をつかっています。昆布茶で炊くと
good!
だし汁を
かけて食
べても
おいしい
ですヨ。

【大垣市 すまっこと】



わたしのおすすめの本・DVD

関市 広瀬さんおすすめの本

そして父になる (映画ノベライズ)

是枝裕和・佐野晶 著 (宝島社文庫)

映画も見ましたが読んでまた泣けます。特に映画では描か
れなかったラストシーンには感動。人間は変わるんだ子供
の力はすごいと思いました。映画を見た人、見ていない人、み
んな読んでください。



たくさんさんの返信、ありがとございます
た。今回掲載できなかったお返事につ
いても、質問いただいた方にお届けします。
「わたしはこんなふうになっているよ!」と
いう声をお寄せください。
15ページ応募欄にご記入の上、ファックス・
郵便またはeメールでお送りください。