



# サルナート通信 Vol.89



スゴウツの  
ひとこと



## 新しい家族を迎えました☺

小学生の息子がずーっと欲しいと言いつけていたのですが、自分でお世話ができるようになるまでと先延ばしにしていたところ、運命の出会いが突然にやってくるものですね。たまたま寄ったペットショップで即決！  
生後2か月のトイプードルを我が家に迎えてしまいました笑

実家では犬を飼っていたのですが、実際にお世話をするのは初めてで、しつけやらご飯やら全くの素人。懐いてくれず悩んだり、トイレトレーニングに四苦八苦したりと生活が一変しています。  
噛んだり飛びついたりヤンチャなので本当に悩んでいたのですが、もともとの犬の習性なんだ！と気持ちを切り替えたら自分の接し方が変わり、わんこも懐いてくれました。息子も頑張ってお世話をしていますが、結局メインは私。



かわいくてメロメロなので毎日帰宅するのが楽しみです♡



## お客様のご紹介

当社でご契約いただいているお客様をご紹介します！

今回は新発田市の **割烹 はまや** 様です



岩船産・山北産等の地場物を中心に、四季折々の旬で新鮮な食材を使って、お手頃な価格で提供していただける秘密は、【競り】の権利を持つご主人が毎朝市場に赴き、新鮮な素材を厳選して仕入れ、調理しているから。予算に合わせていただけるのも、市場から仕入れができるからこそなのです。



懐石料理5,000円コースの一例  
飲み放題コース、オードブルは予算に合わせていただけます

城下町新発田の割烹・料理店が集まり企画開催されている【おごっつおう祭】では食文化を伝え、新発田の美味しい料理を味わえるというグルメ祭りのほか、地元新発田の様々な季節行事に参加しています。



松花堂弁当 2,500円(税別)

季節の行事におすすめの割烹弁当はお一人様1,000円(税別)から受付していただけます

食材にこだわり、【日本料理の美しさ&美味しさ】を追求している **割烹はまや様**  
忘新年会やご慶事などぜひご利用してみてください。



## 割烹はまや

住所：新発田市西園町2-4-3

電話：0254-22-6842

駐車場あり(最大20台)

10名様から無料送迎バスあり

12月1日から **運転中の**

**"ながらスマホ" 厳罰化!**

運転中にスマホを注視していた場合...

- 反則金: 6千円⇒(新) **1万8千円**
- 点数 : 1点⇒(新) **3点**

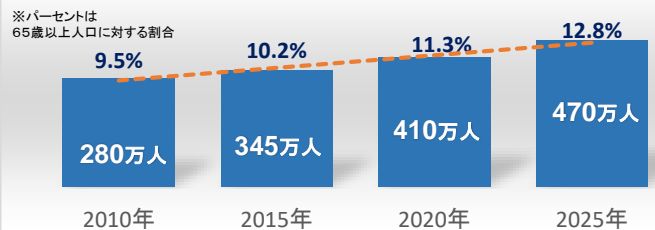


利用中に事故を起こしたら...

- 反則金: 5万円以下⇒(新) **30万以下の罰金**
- 点数 : 2点⇒(新) **6点(一発免許停止!)**

## 認知症を患った高齢者は増え続けています。

認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上の高齢者数推計



厚生労働省「認知症高齢者の日常生活自立度」Ⅱ以上の高齢者数について参照

介護が必要になった原因の14%は認知症によるものという結果が出ています。認知症を予防しておくことは介護状態を予防することでもあるのです。

# 保険料改定のお知らせ

損保ジャパン日本興亜では、2020年1月に満期を迎えるご契約より自動車保険の改定を実施いたします。

満期案内に同封されております「自動車保険改定のご案内」をご確認いただき、改定についてご理解賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



ご存じですか？

# 肩こり解消！ 肩甲骨体操

先日、テレビでお笑い芸人のずん飯尾さんが実践しているという肩甲骨ストレッチを紹介していました。肩甲骨が良くないと、首・肩・腰に影響があるそう。タオル1本でできるので、肩こりに悩んでいる方はぜひ試してみてください。



- ①足を肩幅に広げて立つ
- ②息を大きく吸いながらタオルを頭上にゆっくり上げる
- ③鼻から息を吐きながら腕を首の後ろへ曲げながら下ろしていく（少しキープして5cmほどさげしてみる）

これを10回くりかえす（1日1セット）



## 当社のホームページを公開しました。

お役立ち情報やサルナート通信のバックナンバーも随時更新していく予定です

サルナートコーポレーション公式

検索



○当社時間外の事故については

事故受付センター **0120-256-110**  
(24時間365日対応)

○レッカーや故障などのトラブル時は

ロードアシスタンス専用 **0120-365-110**  
(24時間365日対応)

《取扱保険会社》 損害保険ジャパン日本興亜株式会社 SOMPOひまわり生命保険株式会社 第一生命保険株式会社

新潟県新潟市新富町2丁目6-20 タートル新富2F  
サルナートコーポレーション 株式会社

✉ [info@saruna-to.co.jp](mailto:info@saruna-to.co.jp)

TEL: 0254-23-1144

FAX: 0254-23-1113

🏠 <http://www.saruna-to.com/>



12月

1月

1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
29	30	31					26	27	28	29	30	31	

営業時間 9:00~18:00

□ 定休日 □ 土曜日営業 (9:00~12:00の午前中のみ)

☆12/20は研修のため 午前中みの営業となります  
☆年末年始は12/28~1/5までお休みとなります