

# BFSニュースレター

発行者 びとうファイナンシャルサービス株式会社(BFS)

2009年6月1日発行

Vol. 1、創刊号

## このニュースレターの主な掲載情報:

- グローバルな政治・経済、マーケットの最新情報や分析見通し
- BFSのサービス、実際のトピックス、ケーススタディ
- 資産運用や人生設計に役立つ情報
- 知っておくと得するホットな情報

## ライフプランがあれば、先がすっきり見える！

海図なき航海を想像したことがありますか？ある場所を目指しているのですが、手探り状態で一体どこまで来ているのかわからない、突然嵐がきたけれども燃料は目的地まで足りるのかわからない。こういう状態になるとさぞや不安になってくるでしょう。



人生という航海の中で、この海図となるのがライフプランです。いわば生きていく上での道標となるものです。ライフプランは、これからの人生でこういうことがしたいという目標やゴールを見据えて、それに必要なお金をどう作っていくか、適当なお金の使い方はどの程度がいいか、持っているお金をどう運用していったらいいかを、一生にわたる時間軸の中で設計するものです。

このライフプランがありますとたとえば、定年のときこの程度まで貯めておきたいが、今はその目標に

向かってプランどおり進んでいるのだろうかチェックできますし、プランをつくる過程では大体1ヶ月でどの程度使っているかもつかめず。これがわからない家庭が、意外に多いのですよ！

さらに、急に大きな出費が必要になったが、これを使っても目標達成は大丈夫だろうかというときチェックできますし、何よりこれからの道筋がすっきり見えてきます。

リタイアした後にも、これで一生安心してゆとりをもって過ごすことができるのだろうかと不安なまま過ごすのは、望ましいことではありません。

一度きりの人生、どうせならば行く先が見えず手探りで行くより、遠い先までロードマップが見える生き方のほうが、よほど充実した過ごし方ができるでしょう。

BFSでは、このライフプラン作成を大事なサービスとして位置づけ、お客様に提供して、好評をいただいております。

## ご存知でした？日本の食べ残し量

日本の家庭から出た台所ごみのうち、手付かずの食品の割合が約4割あるそうです。そして日本の食品廃棄物の量は、平成16年度2000万トンにもなるのです。この量は、その年の世界の食料援助量(730万トン)の実に約3倍に相当するそうです！



世界の食糧難は、少し日本が食品廃棄物の見直しをすれば、解決できてしまうのですね。地球温暖化防止にも大いに役に立つでしょうから、食べ残しには気をつけたいものです。なにより、家計が助かります！

## 今月の言葉

剛健篤実にして輝光日に新たなり。  
(易経)

障害があっても粘りづよく、日々進み、何ごとも手厚く取り組み、中身と実質を蓄えることによって努力を重ね日々新たに成長するならば、必ずその徳は輝いて外にもれ出る。



・BFSのミッションは、お客様とパートナーになり、正しく客観的なプランニングとお客様資産の運用を通じて、お客様を人生のゴール達成に導くことです。

・BFSは、金融機関とは完全に独立して、お客様利益最優先の公正なアドバイスを提供しています。

・BFSは、最新で高度な理論や知識、30年以上のグローバルな豊富な経験、強い倫理観で最高品質のサービスを提供しています。

・資産運用サービスやライフプランニング、BFSについてもっと詳しく知りたい方は、左記までお問合せください。

Web サイトもご覧ください  
<http://www.bfsc.jp>

発行者 びとうファイナンシャルサービス株式会社(BFS)

代表取締役 尾藤 峰男

〒164-0003

東京都中野区東中野4-7-18

岡藤ビル303号

電話：03-5338-9733

携帯：090-4934-3121

FAX: 03-5338-9734

電子メール：info@bfsc.jp

お客様の人生に豊かさを、心に安心とゆとりを—BFSの大切な役割

## 私の健康法—その1

人生これからは90年時代です。いまでも90歳は珍しくなくなっていますが、これから30年もすれば、寿命はさらに延び、平均寿命が90歳を越えるようになっていくかもしれません。

そこで大事なのは、元気でいながら生き生き生きる健康法です。寝たきりで長生きというより、元気で長生きの方がいいに決まっています。クオリティオブライフが大事ですね。

そこで、ニュースレター発行人の尾藤峰男の健康法をご参考まで、何回かここで話していきます。皆様の健康管理の情報の一つとして、お役に立てば幸いです！

まず初回は、スポーツジムでのトレーニングです。もう20年ほどこれを続けていますが、このおかげでたいした病気もなく健康を維持

しています。週3回ほど家の近くのジムに通っています。ジョギングとウェイトトレーニングを交互にやっています。

トレーニングで大事なのは、いかに続けるかです。そのためには、無理せず少しずつ慣れていくことです。最初は遊び程度の気持ちでいいのです。1年ほどすれば自然にからは慣れてきて、上達してくるのがわかり、張り合いも出てくるでしょう。



トレーニングは、肉体面だけでなく、ストレス解消にも大変いいようで、明るく前向きになるそうです。皆さんも試しに始められたらいかがですか？