

東日本大震災により、犠牲になられた方々にご遺族の皆様に対し、深くお悔やみを申し上げます。

また、被害にあわれた方々に、謹んでお見舞い申し上げます。1日も早い復興を、心よりお祈りいたします。

BFSニュースレター

発行者 びとファイナンシャルサービス株式会社(BFS)

2011年11月1日発行

Vol. 30, 第30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

株は、安くなったら、強気になろう！

10月3日号のびとファイナンシャルサービス、メルマガ「毎週3分で、資産運用の成功に導くメルマガ！」のタイトルは、「いま外国株に、割安銘柄がゴロゴロ出てきた！」でした。そして、本文中のサブタイトルは、「投機マネーの過度の売りで、異常に安い銘柄が続出！」「現在は、安くて戻りが期待できる銘柄を発掘するチャンス！」と、その時点のマーケットの暗い雰囲気吹き飛ばすようなタイトルが踊っています。

この時は、余りにも市場が悲観的で、まるで「この世は終わり」「自由主義経済の終焉」「資本主義の限界」「これからの世の中はよくなる」というような論調や気分が強くなっていました。

ところが、どうでしょう。その後マーケットは回復し、世界の株式市場は、以下のように急速に戻りました。冒頭のメルマガ発行日、10月3日から10月28日の間の上昇率は、以下のとおりです。

世界主要地域の株式市場

ニューヨークダウ	15%
日経平均	6%
エマージング市場	23%
先進国22カ国	19%

よく名前が知られた外国株でも、以下のとおり、同じ期間で大幅な上昇になっています。

インテル	21%
フェデックス	29%
メットライフ	26%
シーメンス	17%
タタ・モーターズ	42%
3M	14%
ヴァーレ	22%

人間の気持ちは、安くなってくると「もっと下がるのではないか」と心配になり、今もっている株の損が気になって仕方がなくなり、買うほうに気が回らなくなります。しかし、そこを冷静に判断して、

買いを入れると、このような戻りの上昇を取り込めるのです。しかもこれは、売られすぎた単なる戻りなので、マーケットが正常になったときの更なる上昇も期待できるのです。

余裕資金があり、こういう行動をとろうと思えば取れた人は、戻りを買わなかったことを悔しがるべきなのです。そして、これを反省材料にして、次のこういうときが来た時は、ぜひ安くなったところを買うようにしたらよいでしょう。

個人の投資行動や心理をみていると、市場の今後の動向が読めるともいわれています。たとえば、もうこれ以上は耐えられないと、持ち株を処分し始めたり、あるいは夜中に眼が覚めたり、夢を見るようになったという話を聞いたら、そろそろ底、買い時が来たと見るわけです。

マスコミやメディアの見出しは、読者の注意を引くために、センセーショナルになりがちです。また、その論調は、その時々々の雰囲気やムードを色濃く反映して説得力があるように見え、妙に、それに乗せられるようになっていきます。すなわち、大勢に流されるようになっていくので、安くなってくると、大勢に従い、不安な気持ちに駆られるわけです。

マスコミは、悲観的なことをいって、はずれても、責任はありません。しかし、マスコミの論調に乗ってはいけません。利益は取れないのです。この反対を、やらなければいけません。

株式投資は、経済を買うわけではありません。いまでは、ヨーロッパ地域、エマージング地域の上場投資信託があり、どうも、その地域を買うという感覚に陥りがちですが、根っこは、会社を買うのです。「いい会社を、安く買う」これが、株式投資の基本です。

コーポレート・ガバナンス改革は待ったなし

いまオリンパスで、外国人社長解任により表面化した過去の買収案件の不透明な処理、英医療機器メーカー買収での6億8700万ドルの破格なアドバイス料支払い、国内3社の買収額734億円の557億円減損処理の説明が不十分なことが問題になっています。

オリンパスの今回の不祥事は、コーポレート・ガバナンス(企業統治)が機能していないことを如実に示すものです。コーポレート・ガバナンスは、取締役会の取締役構成のことをいいます。企業を統治する取締役は、株主の利益を最大化する責任があるのですが、日本の場合、取締役がその責任を果たしているとは到底いえません。そもそも、一般の通念が「取締役は会社の経営幹部」という程度の認識です。

日本の取締役会の構成は、上場会社の平均で、12名が社内取締役、社外取締役が1人程度ですが、米国の場合、12名が社外取締役、社内は1人(それも社長のみ)というように、全く構成が違います。そのため、米国では経営が思わしくないと、取締役会が社長を解任ということがよく起こります。株主の利益にならないからです。一方、日本では、取締役を内輪で固めますから、「お手盛り、自己保身、社内優先、株主軽視、無駄な投資」が外部の力で制御できないのです。



以前から、コーポレート・ガバナンスの欠如がいわれられていながら、体裁だけ整えて終わりという程度で、抜本的な改革は、何らなされていません。このままでは、ますます外人投資家も遠のいていってしまいます。日本のコーポレート・ガバナンス改革は、待ったなしの段階にあるといつてもよいでしょう。

今月の言葉:

我々は、今日という日は一度やってくるだけで二度とは来ないことをつねに心にとめておくべきである。

-ショーペンハウアー



弊社から皆様への情報提供ソース:

びとうファイナンシャルサービス公式ホームページ

<http://www.bfsc.jp>

びとうファイナンシャルサービス公式ブログ

<http://ameblo.jp/bitofinancialservice/>

毎週3分で、資産運用の成功へ導くメルマガ!

申し込みは <http://www.bfsc.jp/mailmagazine/>

書評ブログ-平日毎日更新

<http://blog.goo.ne.jp/dreamct-1>

第10回『退職金や金融資産をしっかり運用するためのセミナー』開催のご案内!
-こうすればセカンドライフを豊かに過ごすことができる-

金融機関から完全独立の弊社セミナー、大変好評です。ぜひ一度、土曜の午後
のひと時を「セカンドライフを豊かに過ごすために」使ってみませんか?
~参加無料 限定10名~

日時: 2011年11月26日(土) 15:00~17:00

場所: TKP東京駅丸の内会議室ミーティングルームC

(日比谷帝劇ビル地下1階) <http://tkpteigeki.net/access/index.shtml>

(最寄り駅: 有楽町・日比谷駅)

講師: 尾藤 峰男 びとうファイナンシャルサービス代表取締役

お申し込みは、下記メールまたは電話にて「11月26日セミナー参加希望」とし
て、お名前、年齢、ご連絡先をお知らせください。

E-メール: info@bfsc.jp Tel: 03-6721-8386

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

〒105-0022
東京都港区海岸1-2-20
汐留ビルディング3階

電話: 03-6721-8386
携帯: 090-4934-3121
FAX: 050-3156-1072
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
-びとうファイナンシャルサービスの大切な役割

フルマラソンを完走するには-私の体験記

小生、年齢56歳で、初めてフルマラソンに挑戦しました。無事、止まらず歩かず、完走しました。タイムは4時間57分と大したことないのですが、今回は完走するのが目標でしたので、いちおう満足しています。

そこで、実体験したマラソンの準備や走り方についてお話します。これを読んでマラソンに挑戦しようという人が出てくれるとうれしいです。現在、大変なマラソンブームで、次々に新しい大会が生まれているそうです。

さて、マラソンは42.195キロですから、中途半端な距離ではありません。また、いつも10キロ程度走っている人が、いきなりマラソンというわけにもいきません。まずハーフマラソンに挑戦し、何回か走ってみるとよいでしょう。そして、数ヶ月程度の準備期間をつくって、フルマラソンに向けてスタートするのです。私の場合、ハーフは4回ほど経験しています。そして、1週間ほど前に30キロを走って、その先の42.195キロがどんなものか、イメージを持ちました。

フルマラソンを走る前から心配なことは、ペース配分をどうするか、20キロ、30キロ、40キロと走るので、そのために、どうパワーを残しておくか考えなければなりません。ただ、あまりパワーを残しておこうとすると、タイムが遅くなるので、ゴールまでに体力を使い切るような、全体のペース配分が大事です。30キロを過ぎると歩く人なりタイヤす

る人が多いのは、ペース配分が問題なのです。

体力を持たせるために大事なのが、エネルギーを蓄えるための「食べ物」です。なにしろ、42.195キロというと、大人で2800カロリーを消費しますので、走るためのガソリンが切れれば(ハンガーロック)、アウトです。そこで、3日ほど前から、炭水化物をたくさん食べて、体のエネルギーになりやすいグリコーゲンを蓄えるのです。毎食、どんぶり飯、おにぎり3~4個、スパゲティやうどんの大盛りをたべて、カーボ・ローディングに努めるわけです。当日も、スタートの2時間半前に、おにぎり3個、バナナ1本、1時間ほど前に、バナナ1本、カステラ1個ほど、食べておくとよいそうです。

走り方では、最初の5キロの入り方がポイントで、慎重にコンディションを見ながら、無理しないで走り、10キロ(0~10キロ)はウォーミングアップ、次の10キロ(10~20キロ)は抑えながら着実に距離を重ね、次の10キロ(20~30キロ)がいよいよ本番、最後のパート(30~42.195キロ)は、我慢、我慢というステージ構成のようです。

トレーニング計画、ランニングフォーム・呼吸法、ランニング中の栄養補給、シューズ・ウェアなど考えることが多く、マラソンは本当に攻め甲斐のあるスポーツと感じています。また、最近では、マラソンは、仕事にもいい影響があるという説もあるそうです。

