

ほっとひと息

やさしい

## 心理テスト

心理カウンセラー  
菅野真理亜先生

友だちの家へ遊びに行ったあなた。  
友だちはあなたにマグカップで飲み物を出してくれました。  
そのマグカップは何色ですか？

A

水色



B

ピンク



C

緑



D

ベージュ



『診断結果』は他のページに載っています

## くらしとお金のはなし



## 10月1日からの郵便料金の値上げ

食料品などの相次ぐ値上げは、子育て世帯にも、高齢世帯にも、「家計」に大きな影響を与えています。物流費や原材料価格の高騰が要因と言われていますが、なんと10月からは郵便物の郵便料金までもが値上げとなりました。消費税率の引上げにともなう料金改定は行われていたものの、これを除けば、30年ぶりとのこと。

具体的には、ハガキが63円から85円へ、25グラム以下の定型郵便物が84円から110円（50グラム以下は94円から110円）、レターパック(青)は370円から430円に引き上げられました。

郵便物の量は2001年度をピーク（262億通）に減少傾向が続き、2022年度は144億通とピーク時と比較すると45%減少しています。年賀状を受け取るのを楽しみにしている方も多く、また孫へのプレゼントを贈る方も多くなかで、寂しさとともに大きな負担を感じます。

電子メールやSNS等が普及したこと、企業などのペーパーレス化が進み、2022年度は郵政民営化後、初の赤字となりました。総務省は、郵政事業の存続のために、値上げはやむを得ない措置であり、国民生活にとっての重要性や負担をふまえ、最小限の値上げ幅にとどめているとコメントしています。今後どのように郵便事業を維持、展開していくのか、もう少し見守る必要がありそうです。

ファイナンシャル・プランナー(FP)  
大竹麻佐子

## 心理テストの診断結果

このテストでは『友だちからの印象』がわかります

A

あなたの印象は『個性が光る自由な人』  
思わず応援したくなってしまような個性を持つあなたは、近所のアイドルとも言えるかもしれません。コミュニケーションを心がけると吉。

B

あなたの印象は『思いやりがある強い人』  
与える事と受け取る事の両方が得意なあなた。親しい人の前では甘え上手な一面もあり、みんなを笑顔にさせてくれる人という印象です。

C

あなたの印象は『バランス感覚の優れた人』  
平和主義者で穏やかなあなたに、みんな自然と集まりたくなるようです。和やかな交流の中で、あなた自身も成長していくことができます。

D

あなたの印象は『一緒にいて安心する人』  
日々の生活を自分らしく丁寧に行うあなたに、親しみを抱く人が多そうです。ありのままのあなたの価値観をこれからも大切に。



## ツボを探してみよう

## 絲竹空（しちくくう）

「絲」「竹」「空」、この3つの漢字の意味を合わせると『細い形の眉尻にあるツボ』という意味になります。

## ツボの見つけ方

眉尻を指で押さえて上下に動かすと骨の小さなくぼみに触れることができますが、そこが「絲竹空」です。

## 治療の効果

眩しさから起こる目の充血や片頭痛によく効くツボです。このツボをマッサージや指圧したりすると、目の疲れや顔のむくみが取れてスッキリします。

絲竹空

YOJO リハケアステーション  
めぐろ

☎ 03-6452-3682

【電話受付時間】平日 9:00~18:00

「YOJO」とはかいばらえきけん ようじょうくん、  
こいしかわようじょうしよ  
江戸時代の小石川養生所に由来しています。



YOJO リハケアステーションめぐろ

https://yojo-reha.com/

東京都目黒区洗足1-17-7  
東急目黒線 西小山駅より徒歩8分  
洗足駅より徒歩8分

