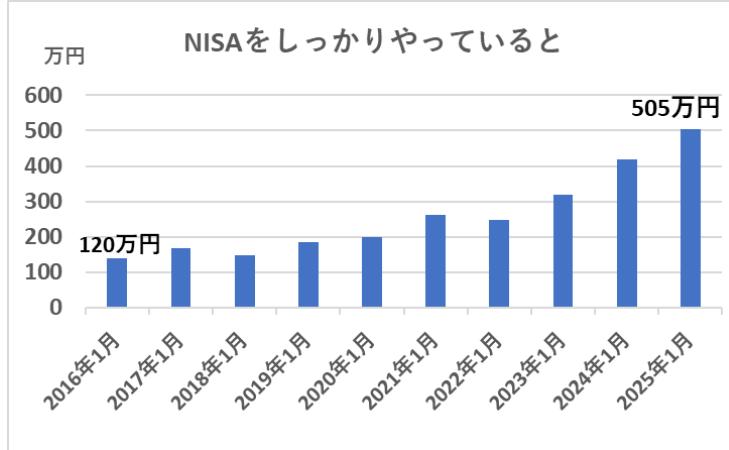


ATTENTION

NISAの驚くべき効果-しっかりやっているところなる！



このグラフは、私どものお客様の、旧NISA120万円を10年間(5年ロールオーバー)投資した場合の昨年末の評価金額です。昨年末で旧NISAの非課税が終ったので、新NISAに移行しました。さて、この間の10年の年率利回りは、なんと15.5%。そして、その利回りは非課税なので、まるまるもらえるのです。実際に課税されていると(505万円-120万円=)385万円 × 0.20315 = 78.2万円が税金で持って行かれます！それがなし！なんとありがたいことでしょう。そして、このお客様は、旧NISAを枠いっぱい毎年5年しっかりやっているので、昨年、一昨年は既にロールオーバー、今年、来年、再来年とロールオーバーは続きます。そうなると、まさに雪だるま。たとえば、この505万円を30年間15.5%で運用すると、3億8000万円になります(もとは120万円)。120万円から始まり3億8000万円。この分のあと、前の年に旧NISAのロールオーバー分があるので、その額はますます膨らむのです。3億8000万円 × 5年分 = 19億円。これは正夢でしょうか？！このように、複利の効果をフルに発揮して、お金は作られます。「今は時間がない」「どうしたらいいかわからぬ」などと言っている間に、時間はどんどん経ってしまいます。大切な時間をいかに大事に使うか、あるいは無為に過ごしてしまうかで、大きな違いが出てくるのは、お金の面でも、大いに言えることです。あとから、しっかりやっておけばよかつたといつても、取り戻せません。ぜひ、私ども、びとうファイナンシャルサービスのドアをたたいてください！

COLUMN

心身の健康は、体と脳の連携が大事。

脳は身体の司令塔と捉えるのが常識ですが、どうもそう見るのは、間違いのようです。現代科学は脳と体は常に双方向に情報をやり取りするパートナーであると捉えます。その中心にあるのがインテロセプション(内受容感覚)。この箇所が心拍・空腹・体温・痛みなど体内からの信号を脳が感知・解釈し、未来の状態を予測して調整します。これらの信号は感情や自己意識、社会的関係の基盤となります。

情報は迷走神経・脊髄経路・血液中の化学経路を通じて脳に伝わり、島皮質で統合されます。心臓は特に強力な臓器で、心拍への気づきが強い人は不安や抑うつが少ない傾向があります。疲労は「体のエネルギー不足」という信号で、ミトコンドリアが枯渇すると脳に「減速せよ」と伝えます。

腸も脳と直接つながり、ニューロポッド細胞や腸内細菌が食欲や気分に影響します。腸はセロトニンの大部分を生成し、食事の質が腸内環境と感情を左右します。

「身体精神健康」モデルは心と体を一体のシステムとして捉え、両者のずれが不安・抑うつ・慢性疲労を引き起こすと説明します。さらにインテロセプションは共感の基盤でもあり、他者の痛みや喜びに同調します。孤独は炎症や痛み耐性低下を招き、死亡リスクを高めます。

内的気づき感覚を高める方法として、マインドフルネス瞑想や呼吸への集中、ヨガや太極拳などが有効です。これらは体からの信号をより敏感に認識し、心身の調和を取り戻す助けとなります。

Inner Sense, How the New Science of Interoception Can Transform Your Health

MARKET

(12月末)

(11月末比)

日経平均

50,339.48円

+85.57円
(+0.17%)

NYダウ

48,063.29pt

+346.87pt
(+0.73%)

米ドル

156.80円

+0.55円
(+0.35%)

私の書棚より

何かを設計できるだけの十分な複雑さを備えたいかなる創造的知性も、長期にわたる漸進的進化の単なる最終産物に過ぎない。

-『神は妄想である』

リチャード・ドーキンス

中国の圧力に屈せず、日本の存在感を示す時

高市首相発言後の中国の過剰反応と眞の狙い

高市首相の発言に対する中国の反応は、通常の外交的抗議を大きく超えています。総領事の首相の首を斬る発言、日本の局長を呼びつけ見下ろす態度、経済制裁の示唆、連日の批判キャンペーンなど、極めて威圧的です。しかし、これは感情的反応ではありません。中国は台湾問題に関する自国の立場を国際社会に印象づけ、「一つの中国」原則への異論を許さない姿勢を誇示する戦略的機会と捉えています。日本への強硬姿勢で、他国に対しても「台湾への言及には重大な代償が伴う」とメッセージを発信しているのです。この圧力に譲歩すれば中国の外交的勝利となり、今後さらなる内政干渉を招くでしょう。

過去の弱腰外交がもたらした現在の状況

現在の状況は、過去数十年にわたる日本の対中弱腰外交の帰結です。2010年の尖閣諸島沖漁船衝突事件での船長釈放、東シナ海ガス田の一方的開発放置など、日本が強く出れば譲歩するという誤ったメッセージを送り続けてきました。結果として、中国は圧力を強めれば望む結果が得られると学習し、行動をエスカレートさせたのです。

今こそ日本の原則的立場を明確に示すべき

今回は日本が明確なメッセージを発信する好機です。まず、台湾海峡の平和と安定が日本の死活的利益であることを率直に語るべきです。これは中国への挑発ではなく、主権国家として当然の権利です。

次に、中国の威圧的手法そのものを国際的に批判すべきです。一国の首相発言に旅行制限や輸入停止で応じる手法は、自由な言論と民主主義への挑戦であり、多くの民主主義国家が受け入れないでしょう。そして重要なのは、言葉だけでなく具体的行動で示すことです。

東シナ海問題での法的措置検討、国際仲裁への提訴準備など、実効的な対抗手段をとる姿勢を示すべきです。

国際社会との連携を強化する好機

中国の過剰反応は、国際社会における日本の立場を強化する材料となります。多くの国が中国の経済的威圧に直面しており、日本の毅然とした対応は他国の励みとなります。G7、クアッド、ASEAN諸国との協議を通じて、「経済的威圧に屈しない」共通規範を構築する主導権を握るべきです。

また、台湾との関係を実質的に強化することも重要です。半導体中心の経済安全保障、防災協力、文化交流など、実効性のある協力関係を深めることで、地域の平和と安定における日本の役割を示せます。

「ピンチをチャンスに」変える戦略的思考

今回の事態を日本外交の転換点とすべきです。短期的には困難が生じるかもしれません、ここで原則を曲げれば将来さらに大きな代償を払うことになります。逆に今毅然とした態度を示せば、中国も日本への圧力には限界があると認識し、より現実的な関係構築が可能になるでしょう。

日本の存在感を高めるとは、原則に基づき、同盟国・友好国と連携し、長期的視野で戦略的に行動することです。「なめられない」国になると、冷静に、しかし確固たる信念をもって国益を守り抜くことです。国民もまた、短期的な不利益を恐れず、長期的な国益のために政府を支持する覚悟が求められています。今の時代に「平和ボケはいません」。日本国民も覚醒し、周辺事態に対し敏感に反応し、対外的にもアピールする姿勢を強く出すべきです。

まかせて安心、資産運用のホームドクター

- 大切なお金を間違いない方法で運用しているのか、心配になることはありますか。
- 退職後のセカンドライフを、お金の心配なく、ゆとりを持ってお過ごしですか。
- 仕事が忙しくて、なかなか運用まで手が回らないということはありませんか。
- 銀行や証券会社が勧めるままに、株や投資信託を購入していませんか。

金融商品の中身や手数料がどうなっているか、きちんと把握していますか。

びとうファイナンシャルサービスは、金融機関から完全独立のFP・資産運用アドバイザーです。その強みを生かし、お客様に、客観的で、公正・中立なアドバイスを提供しています。手数料が高く売りやすい商品を売るのではなく、お客様にもっとも適した金融商品やお客様にベストのアドバイスを提供しています。

びとうファイナンシャルサービスは、お客様の目標や夢の実現のため、40年を超える長い経験と深い専門知識、高い倫理観をもとに、お客様の利益のみに目を向けたサービスを提供しています。たとえるなら、多くのお客様の人生という航海で、無事に目的地に到着する大型客船であり、いつもお客様の資産運用という面で健康管理をするホームドクターです。



びとうファイナンシャルサービス
代表 尾藤 峰男
公認投資助言者（RIA）