

健康

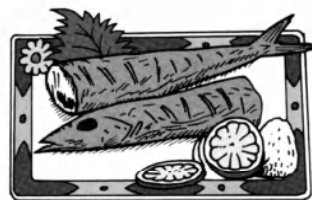
サンマを美味しく食べる

青魚には、「EPA」と「DHA」という特有の栄養素が含まれています。EPAは、血液をサラサラにしたり血管を広げて血液の流れをスムーズにする働きがあり、DHAは、脳の細胞を活性化する働きがあるそうです。こうした栄養素を多く含む魚といえばサンマです。「魚の薬」といわれるサンマには、生活習慣病を予防するこうした栄養素の他に、カルシウムやその吸収を高めるビタミンD、タウリン、ナイアシンといった物質も含まれているそうです。

特に、黒目の周りが透明なものは新鮮で、肉付きの良いものや口先が黄色いものは脂がのっ

ていますので、美味しいサンマを見分ける際の参考にして下さい。また、何といても焼いて美味しいサンマですが、栄養素を多く含む脂を落とさないように焼くのがポイントです。

尚、焦げに含まれる発がん物質は、大根に含まれるアミラーゼという酵素が分解してくれるそうです。定番の大根下ろしは、健康的にも理にかなった組み合わせだということです。



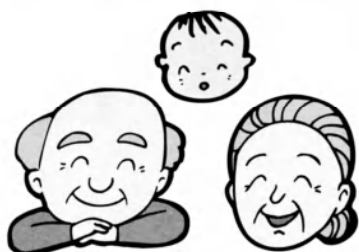
情報提供▼前橋水産物商業(協)

暮らし

平均寿命

厚生労働省の発表では、昨年の日本人の平均寿命は、女性八五・四九歳、男性七八・五三歳で、六年ぶりに前年を下回ったそうです。その原因は、インフルエ

ンザの流行や自殺の増加が影響しているようです。それでも女性は二十一年連続で世界一、男性は世界四位です。因みに男性一位は香港、二位はアイスランド、



三位はスイスとのこと。

そもそも平均寿命とは、その年に亡くなった人の年齢を平均したものではなく、その年に生まれた〇歳児が平均で何年生きられるかを示すものです。計算方法は、各年齢の年間死亡率を求め、その年に生まれた人口がそれによって毎年どれだけ死亡するかを求めます。このシミュレーションによってそれぞれ死亡した年齢を平均したものが、平均寿命となります。

何れにしても、長生きは喜ばしいことです。しかし一方で、高齢化社会が厳しい現実を抱えていることも事実です。将来の安心のため、やはりしっかりと備えが必要です。

情報提供▼ぐんま共済(群馬県商工共済(協))

ワンポイント会社法

特例有限会社

旧有限会社法に基づいて設立された有限会社は、約百九十万社とも言われている。それだけに今回の会社法施行により、一律に株式会社組織変更することはあまりにも非現実的であることから、既存の有限会社については、株式会社への組織変更手続きを行わない限り、本年四月一日をもって「特例有限会社」へと自動的に移行した。特例有限会社については、新規の設立、特例有限会社を新設会社や承継会社とする会社分割は認められない。

有限会社という名称を使っているものの、会社法の規定上はあくまで株式会社。そのため、特例有限会社は、有限会社と株式会社とのメリットが並存する会社形態となっている。

例えば、取締役の任期は無期限で、決算公告義務もなく、商号は「〇〇有限会社」と表示し、登記上の目的や本店所在地はそのまま存続。定款については、「社員」は「株主」、「出資〇〇口」は「株式〇〇株」と読み替える。

また、特例有限会社は、現行の有限会社制度が一部変更され、新たに、社員数の上限(五十人)がなくなり、授権資本枠の設定、株式の公募発行、社債の発行がそれぞれ可能となるなど、株式会社の特徴を兼ね備えるものとなっている。