



暮らしの発見

頑張る気持ちがあればいい!

世の中には不器用だったり手際や要領がわるい人は大勢います。ところが、同じように作業が遅くても、うとまれる人と、許される人がいます。不器用で、要領や手際がわるくても周囲から愛される人には、次の4つの理由がありそうです。

第1は、自分の弱点は正直に認める「素直さ」です。どんな人にも、長所があれば弱点もあるのは当然。また、見方を帰れば弱点が逆に長所になることもよくあるはず。

第2は「まじめさ・ひたむきさ」です。例えば、普通の人が1時間でできる仕事が2時間かかるときに、「同僚より朝1時間早出をしてでもやるゾ」という意気込みを示せば、「あの人は努力家だ」と評価してくれる人もきっといるはず。

第3は、改善のための「努力」を惜しまないことです。ちょっとした作業手順の変更や工夫で時間のムダが解消できるケースはきっとあるはず。そうした改善の努力を惜しまない人は、物事にまじめに取り組み、向上心を持った人と言って間違いのないでしょう。

第4は、人と「オープン・マインドで接する」ことです。弱点はどんな人にもあるものです。それを自分で認め、自分なりに改善する努力を見れば、きっと周囲の人は温かく見守ってくれるでしょう。

まじめで素直でがんばり屋……周囲から愛される基本は、やはりそこに尽きると思ってやみません。



体に有害なものはみんなバイキン

「傷口からバイキンが入った」「手を洗わないと口からバイキンが入る」など、体に悪そうだけど目に見えないものをバイキンと言いますね。バイキンというのは人体に有害な微生物、つまり病原菌となるものをまとめて呼んでいる俗称なのです。カビ(真菌)も細菌もウイルスもこの微生物の一種、大きさでいえば普通の顕微鏡で見えるのがカビ(真菌)と細菌ですがウイルスは電子顕微鏡でないと見えない小ささです。細菌よりもカビ(真菌)のほうが複雑な形態と染色体ともっており、このカビ(真菌)と自然界のいたるところ、土壌中、水中の動・植物に存在しています。

一方ウイルスはそれ自身は細菌ではなく、他の生物細胞に寄生して細胞内に進入した時だけその特徴を見せます。味噌やチーズなどを作るのに活躍するカビや善玉の腸内細菌などもありますが、カビ、細菌、ウイルスは病気を引き起こしたり、また健康な時には何でもないのに体力が落ちたり栄養状態が低下したりすると暴れ出したりします。ところで、食中毒の原因としてよく耳にするサルモネラ菌・黄色ブドウ球菌・ポツリヌス菌などは細菌です。でもカビにも食中毒を起こすカビ毒と言われるものがあり、食中毒だけでなくカビ(真菌)類によって引き起こされるいくつかの病気の発生件数は増加傾向にあります。細菌やウイルスと違ってカビはそんなに心配ない、と思っていませんか?カビを侮ってはいけません、役立つカビもあるけれど怖いカビはたくさんあるんです。



保険のいろいろ



保険の衣替え

6月から小学校・中学校および高校の制服が衣替えとなります。しかし、その間にお子さんの身長が伸び、昨年のカッターシャツが小さくなっており、あわてて調整するというケースも少なくありません。生命保険も同様で、お子さんの誕生、成長とともに、現在加入の保障だけでは十分とはいえなくなってくるので、節目節目で見直すことが大切です。

