



皆様、日々のお務めお疲れ様でございます。社内向け情報誌、第16号です。

残暑見舞い

今年の夏は、全国で様々な祭りが久しぶりに開催された、というニュースが多かったですね。



しかし、良く見える観覧席は有料のみで、無料の観覧席は設置されなかったり、従来は踊りの輪に飛び入りOKでしたが今年は事前登録が必要だったり、運営側も開催するために色々考えたんだろうな、と思います。来年こそは従来通りに戻ってほしいですね。

体調管理はしっかりと



暑さのためかコロナウイルスの症状なのか、原因は分からないけどひとまず体調が良くないかも、と思ったときは、すぐに本部へご連絡ください。国や保健所のガイドラインに沿った適切な処置をしつつ、皆さんが不安にならないよう、すぐに対応も進めます。おかしいな、と思ったら、何よりもまずご連絡を！よろしくお願いたします。

スマホ斜視



ここ最近、外に出る機会を減らす人が増えたことで、スマホなどで映像を観ながら時間を過ごす人達が激増しました。そのため、この「スマホ斜視」と呼ばれる眼の症状も急増しているそうです。正式名は急性内斜視で、生まれながらの症状に限らず、大人になっても様々な要因で起きる症状です。例えば、

- ・1日に6時間くらいは画面を見ているかも
- ・画面と目の距離は、いつも30cm以内かも
- ・ふと顔を上げたとき、見えるものがダブる

という人は、スマホ斜視になる可能性が高いそうです。人間の目は高機能なので、片方がよく見えていなくてももう片方の目で補正して、普段の生活に支障が出ていないようにしています。そして本格的に見えにくくなって検査してみると、病状がかなり進んでいた、というのは、目の病気では少なくありません。おかしいな、と思ったら、すぐに病院へ行きましょう！

国の新しい取り組み

今年の3月、国土交通省自動車局が「自動車運送事業者における視野障害対策マニュアル」を策定しました。健康問題が原因で事故となるのを予防する様々な検討案があるなかの一つです。まずはバスやトラック、タクシーといった自動車運送事業者に向けたものからスタートしましたが、一般ドライバー向けのマニュアルができるのも、そう遠くない話でしょう。

運転中に目が疲れたら



先程の記事のように、なんだか目がおかしいな、見えづらいな、と思ったら、すぐ病院で検査が基本ですが、急場しのぎの対処も大事です。運転中であれば、最寄りの停車できる場所ですぐに停車し、車から降りて大きく深呼吸したら軽くストレッチ。目の疲れは、目の周囲の血の巡りが悪くなっていることが原因ですから、目の回りの血液の循環を促すためにも全身を大きく動かして、後頭部の視神経が集まっているツボをマッサージします。それだけでもスッキリしますので、また症状が出たらその対処を繰り返しつつ、早めに病院で検査してみる、というように心掛けておきましょう。

今月の新シリーズ

娯楽で感じるSDGs



夏は毎年、テレビでもサブスクでも、様々な映画作品が流れますよね。もちろん映画館も新作で大盛況。最近では感染対策もしつかりして、映画館ではどこでも上映前に「換気の実証実験映像」が流れて、鑑賞中の感染防止マナーについても細かく指示が出ます。映画館で観ることに不安感を持たせないよう、こっぴどちよつとしたところにも手を抜かない姿勢は素晴らしいものです。そんな映画の世界ですので、例えば昔の街並みや家の中を再現するシーンなど、とことんこだわって作られるのは皆さんご存知の通りです。役者さんたちの喋り方や立ち居振る舞いにも、時代考証が入ります。

『ALWAYS 三日月の夕日』シリーズ3作品



コレクターズアイテムの、ポスター3点。

観たことのある方もきいっと多いでしょう。SDGs視点では、彼らの日常のなかに、あの頃の気候、その時候での生活、その生活での近隣との付き合いなどが感じられます。この映画を観ると、17の目標のうち、あなたはどれを感じますか？

最近小学校では「あだ名」や「呼び捨て」を禁止する指導が広がっているそうです。感染防止で修学旅行や運動会にも制約があり、大人の短絡的な考えで子供が振り回されて子どもたちのコミュニケーションやネットワーク作りなど大丈夫なのかなと、考えさせられます。年齢や性別など関係なく、様々な場面で、相手への敬意をもって各自が考えて行動することが大切。SDGsでもそのことに触れていますし、この映画でも、そこあたりの情感のシーンは多いです。観る機会があるとき、是非チェックを。それでは皆さん、来月もご安全に頑張りましょう！

みやこ専務の「れまでもア리가とう」



いくぶん残暑も和らぎ、朝晩はだいぶ過ごしやすく感じられるようになりまし。毎日忙しく仕事に取り組み頑張ってくれて感謝です。暑さで疲れた体が元気を取り戻すとき、栄養のある食事を取って、一日が充実した日となりますように。実り多い秋を迎えられるよう、全員でもうひと頑張りお願いします。

【9月の誕生日】

- 8(木) ○○○○さん
- 8(木) ○○○○さん
- 12(月) ○○○○さん
- 25(日) ○○○○さん

