

【涼しく】・・・鈴木

新型コロナウイルス感染者が増え続けており、県内感染者は200名を超えてしまいました。まだまだ収束の気配すら見えない大変な時期ですが、皆様どうお過ごしでしょうか…。



今月7日は立秋、暦の上ではもう秋を迎えますが、今年の梅雨が長引いたせいか、これから暑い日が当分続くと思うとうんざりしますよね。今年の夏は、これだけ暑い中で、マスクをつけての行動となり、屋外はもちろんのこと室内でもエアコンのきかない場所では相当煩わしく体内温度とストレスが急上昇しそうです…。

地球温暖化の影響で年々夏の暑さは厳しくなり、30数年前と比べると猛暑日（最高気温が35℃以上）が三倍近くに増えているそうです。この暑さの中では、当然エアコンに頼ってしまいますが、使いすぎは身体に負担がかかる場合があります。今年の夏、エアコン以外で涼しくする方法を考えたいと思います。

マスクにおいては、接触冷感用・冷感ひんやりマスク等、冷やして使うものがありますのでそれを買ってみようと思います。また、夜は保冷剤を凍らせてハンカチで巻き、首の左右やわきの下に巻いて過ごします。首やわきの下には太い動脈が走っているので、この部分を冷やすと冷えた血液が全身に巡るので、体温が低下すると言われています。

少しでも風がある夜なら良いのですが、無風の夜中は、部屋の中で扇風機を外に向けて回して対角の窓を開けると、部屋に風が入るようになるので、部屋で二ヶ所以上の開口部を確保し、風が入る窓が大きく、出るほうの窓が小さいと部屋の中を通る風にスピードが出て、涼しさが増します。今年は、冷風扇（水をタンクに入れる方式で、昔使っていましたが）を買ってみようかと思っています。

また、食で涼しくするには、トマト、なす、きゅうり、ゴーヤ、オクラ、バナナ、すいか等、カリウムと水分が多い食べ物だと利尿作用があり、尿は熱も一緒に出して体温を下げる効果があるので深部体温が下がり気分も爽快になるのだそうです。

では、まだまだ暑さもコロナも続きますが、皆様どうぞご自愛下さいように。

【玄関の前で】・・・小倉

長かった梅雨が、やっと明けた途端に猛烈な暑さとなり、コロナ対策のマスクや換気もしなくてはならず、今年の夏は、例年のない暑さになるように感じます。

先日のことですが、仕事から帰ると玄関前に、薄暗かったせいか大きな土の塊のようなものが置いてあるように見えたのですがよく見てみるとウシガエルらしき大きいカエルでした。しばらくは、びっくりし、ショックで「キャー」と気持ち悪いという思いでしかなかったが、カエルは縁起物として知られていますし、あまりにも置物のように動きもせずにでんと居座っていたものですから気になって調べてみました。

「カエル＝帰る」と捉えられ「お金が帰る」では「使ったお金がたぐさんの友達を連れて帰ってくる」と言われ、他にも「無事に帰る」や「福が帰る」や「若返る」などカエルを見かけたら、その時の自分の状況に合わせて「〇〇が帰る」と捉えることが出来るそうです。

前にしか跳ぶことが出来ないカエルのメッセージとして「何があっても挫けず屈することなく突き進む」という信念を持つ」という意味があることを知り、気持ち悪い思いからスピリチュアル的な意味を知り、すがすがしい気持ちになりました。



ホームページのご案内

当事務所のホームページです。
ぜひアクセスして下さいね。
ホームページはこの検索サイトでも、
“**所長一筆**”と入力すれば、簡単に見ることが出来ます。

(HP) <http://ishikawatax.com/>

(MAIL) hiogenoishikawa@yahoo.co.jp

【ある会社での出来事】・・・手塚

これから話をさせていただく内容はある会社での出来事です。
会社は警備業を営んでいて、会社の運営は社長の信任も厚い事業部長がほぼ担っています。

部長は毎日営業と警備隊員の現場手配等忙しく動いていましたが、ある時に隊員(社員)と衝突をしてしまい隊員が1人2人と退職をしてしまい人手不足に陥りました。

状況を危惧した社長は事情を何人かの社員に訪ねたところ、部長が会社のために一生懸命なのはわかりますが、時として隊員に暴言を吐くことがあるので何人かの退職者が出たことがわかりました。

社長は部長を呼んでこんな話をしたそうです。

あなたが会社のためにいつも頑張ってくれている事は十分わかっていますし、感謝しています。社長は部長の性格をよく把握していて会社に忠実で真面目ではあるが、時として一生懸命さが災いして俺が俺がと空回りしてしまうことを、そこでおれが俺がの「が」を捨てて、おかげお蔭の「げ」で生きよと説きました。

一人で出来ることはたかが知れているし、隊員の協力なくして事業は成り立たないことを改めて部長は理解しました。

その後、部長は隊員に感謝の言葉を都度述べるようになり信頼関係が徐々に築かれ人手不足も解消されました。

役職、権力で人を動かすのではなく人間力で人を動かせるよう精進することが大切です。

