



自信をもって
扱える道具



印藤 晴子

「自分が自信をもって扱える道具って何だろう?」と考えると、楽しいですね。私は包丁でした。腕前より包丁が良いんですけれど(笑)。「貝印」の「旬」という包丁です。開発までの社長の苦勞をテレビで観たからか、よけいに愛着が湧いて…。道具から隠された特技がわかるかとも思ひ、みんなにも尋ねてみました。



職場で使っている台車です。商品に乗せたまま、狭い通路もクランクも坂道の安定感で運べます。いちばん自信があるのは、一回に運ぶ荷物の量。入社以来年々増え、今ではけっこうな量を一度に運べるので、往復する回数が減りました。社内の皆さんに「そろそろ築地で働けるね」と言われると、ちょっと嬉しくなります(笑)。



坂井 美穂

エアブラシってご存知ですか?車の塗装などに使う、少々マニアックな道具です。コンプレッサーとハンドピースを使って、細かい模様も描けます。最近、息子の指輪の小さな仮面ライダーの顔に、本物と同じ色を施してあげました。息子の喜んだこと!しかも後日、近所のママから「うちの子のにも…」とご注文まで受けました(笑)。



重富 幸治郎

実は編み物が好きで、編み棒を触ると楽しくなります。だんだん出来上がっていく過程が嬉しくて、昔はアラン模様のセーターとかを頑張って編んでいたのですが、今は時間もなし肩も凝るしで、やめています。編みかけのカーディガンがあるので、いつ出来上がることもやら…。残りの糸の量も少ないから、絶対たれませんね(苦笑)。



古賀 ちはる

猫の爪切ばさみです。我が家の猫が赤ちゃんだった時に人間の爪切で肉球を切ってしまう、血だらけの足跡が家中に残る悲惨な事件が起きました。以来全く爪を切らせてもらえず、代わりに壁という壁で爪を研がれることに(涙)。私は実家の猫で3年間修業をし、先日ついに猫の爪切ばさみで愛猫の爪を切ることに成功!お互い、乗り越えました。



重松 順子

月刊 つばさ



2015年3月号

私たちは、皆さまを新たな発展と飛躍へ導く“翼”となります。

ツキのある人、伸びる人。

3月は区切りの季節。多くの人が進路を決めて、旅立つ月ですね。この時期、新聞や雑誌で「欲しい人材」とか「新入社員に望むこと」などという言葉をよく目にします。



私自身が一緒に仕事をしたいと思う人は“謙虚で、学ぶ姿勢をもった人”です。

入社した会社の商品を好きになり、よく知ろうとする人。周りの人間の話を素直に聞き、学ぼうとする人…今までの経験でそういう人が成長していくように思います。どこへ行っても自分のこれまでのやり方を通して

しまうような人には、伸びしろが少ない気がします。

また、私自身が気を付けていることに“愚痴をこぼさない、人の悪口を言わない”があります。愚痴や悪口は、言った自分の気分も、聞かせた相手の気分も下げってしまうので、どうしても言いたい時は、独り言が我が家の猫に聞いてもらいます(笑)。

言霊(ことだま)と言われるように、良い事も悪い事も口に出せば、その方向に運が動き始めると聞いたことがあります。

謙虚で学ぶ姿勢をもった人、愚痴や悪口を言わない人が、人として最強なのは、とこのごろ感じています。



株式会社ORTIC
代表取締役
印藤 晴子

古賀
ちはるの
旬
な
ハ
ナ
シ

お家でできる芳香浴でリラックスを

春とはいえ、寒さと乾燥で体調を崩しがちな3月。こんな時はリラックスできて肌も潤う芳香浴がおすすです。洗面器にハーブや植物から抽出した精油を入れて熱湯を注ぎ、蒸気とともに上る揮発成分

を浴びます。頭にバスタオルを被って洗面器を包み込むと効果的。目を刺激する揮発成分もあるため目は閉じることも。またハーブや精油の種類や量は専門店で体調を相談して決めましょう。



気になる豆知識 取引先への訪問マナー、大丈夫ですか？

先日の日本経済新聞に、取引先へ訪問する際のマナーが詳しく載っていましたので、ご紹介します。訪問先では自分が会社の代表。先方に信頼してもらえる行動を心がけたいものです。自分の訪問マナー、改めてチェックしてみませんか？

POINT 1 アポイントを入れる。

- アポイントはメールより電話で入れる。
- 用件・所要時間・訪問する人数を伝える。
- 日時は相手の都合を優先する。
- 相手の部署名・肩書きを再確認する。

面会のアポイントを取る際、面識のない相手にいきなりメールで申し込むと、失礼な対応と受け止められかねません。面識のある相手でも先方が出張などの場合は、メールにすぐ気付いてくれない可能性があるため、まずは電話を入れるのが無難です。

日時は先方の都合を優先しますが、2~3の候補日を挙げてもらえると、お互いの都合が合わせやすくなります。

会社によっては似たような部署が存在することもあります。相手の部署名や肩書きは再度確認しておきましょう。

POINT 2 訪問の準備をする。

- 用件の下調べをし、書類などを準備する。
- 自分の名刺は多めに持つ。

すでに面識のある相手に会う場合でも、名刺は余分に用意しておきましょう。関係者を紹介されるかもしれません。

POINT 3 当日、受付をする。

- 約束の5~10分前に到着する。
- 遅れる際は速やかに電話で連絡する。
- コートは建物の外で脱ぎ、裏返しにして持つ。

万が一、面会に遅れる場合は、約束の時間より前に電話連絡するのがマナー。相手が電話に出られない場合は必ず伝言を残します。

コートを建物の外で脱ぎ、裏返しにして持つのは、ホコリを訪問先に落とさないようにするためです。

POINT 4 応接室で待つ。

- 指定された席に座る。指定がない場合は下座に。
- バッグは足元に置く。
- お茶を出されたら、待っている間に一口ぐらゐは飲んでかまわない。

応接室に案内された際に席を指定されなかった場合、入り口に近い下座の席に座りましょう。相手が来て、上座を勧められた時は辞退せず、礼を述べてから座り直します。

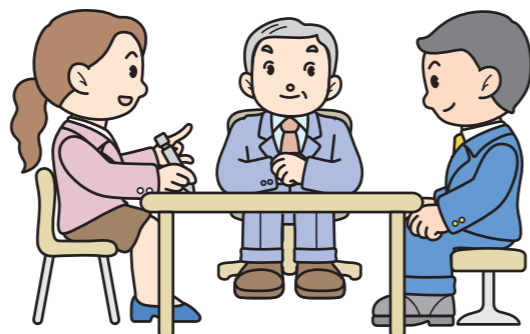
コートは畳んで、バッグの上か、座っている椅子の背もたれと自分の背中の中に置きましょう。コートを背もたれに掛けると、ポケットの中身が落ちたりするので要注意。

POINT 5 相手が来たら…。

- すぐ立って挨拶。勧められるまで座らない。
- 名刺は両手で受け取る。
- 携帯はマナーモードにしておく。
- 面会の終了は訪問側から切り出す。

相手が来たらすぐに立って、面会時間をもらったことへのお礼を言いましょう。時間の経過は腕時計で確認するのがベスト。携帯電話の画面の時刻をちらちら見ると、相手の気を散らしてしまいかねません。

面会を終えるタイミングは訪問側から。「本日はお忙しいところ、ありがとうございました」と挨拶し、相手が見送ってくれる場合も「ここで結構です」と早めに申し出ます。コートなどは建物を出てから着ましょう。



それ、ウソです

丸山寛之

第87回

COPDは「たばこ病」

NHKの健康番組で木田厚瑞医師の話を見た。「肺気腫や喘息、気管支炎などを総称して、COPDという呼称で世界的に統一されています。駅の階段や坂道が苦しく、特に同年代の人に遅れてしまう方はCOPDを疑うべきです。まさに私のことである。(松平康隆「監督と選手」『文藝春秋』2003年11月号)

いいえ、「喘息」はCOPDには含まれません。「気管支炎」も正しくは「慢性気管支炎」とすべきです。インフルエンザなどにかかったときに起こる「急性気管支炎」は、COPDとはまったく別の病気だからです。

呼吸器内科のすぐれた専門医である木田医師(日本医科大学教授)が、そんな言い間違いをするわけではないので、これは松平監督の聞き違いだったのでしょうね。

COPDは、英語のChronic=慢性、Obstructive=閉塞性、Pulmonary=肺、Disease=疾患の頭文字をとった略語、日本語だと「慢性閉塞性肺疾患」。気管支や肺の空気の通りが慢性的に悪くなり、呼吸がしにくくなる病気の総称である。

以前は、咳と痰が長期間にわたって続く気管支の病気を「慢性気管支炎」、それがさらに進行し、肺が破壊されて呼吸が十分できなくなる病気を「肺気腫」と、診断していた。

だが実際にはこの二つの病気が混在しているケースが多く、明確に分けることが難しい。

世界の専門家会議は、二つをまとめてCOPDと呼ぶことにし、2001年、「COPDの診断、管理(治療)、予防のための国際ガイドライン」を発表した。

WHO(世界保健機関)と世界銀行の調査では、全世界の死亡原因に占めるCOPDの順位は、1990年は第6位、2004年には第4位である。

しかし、最近は割合よく知られるようになっているが、当初は一般の人だけではなく、医師のあいだの認知度も低かった。

丸山寛之プロフィール

医療ジャーナリスト。NPO法人日本医学ジャーナリスト協会会員。1932年、鹿児島県生まれ。新聞記者、医学雑誌編集者を経て医療ライター。1960年代初めから面接取材した医師・医学者は優に1000名を超える。著書=「がんはいい病気」(マキノ出版)「読むサプリ」(明拓出版)「この酔狂な医者たち」(草思社)「ビジネスマン元氣術」(日本マンパワー出版)など。雑誌「壮快」に「名医に聞く」連載中。Webサイトに「健康1日1話」<http://www.maru-san.info/> を開設している。



事実、上掲の文によれば、松平氏が階段や坂で息苦しさを覚えるようになったのは60歳のときで、「何人かの医師」に診てもらったが、「心電図もレントゲンも問題なく、『六十歳だから息切れぐらい当然ですよ』と慰められて終り」だった。

偶然、テレビで知った木田医師の診察を受けてCOPDとわかり、こう述べている。

「この時は実にスッキリした感じだった。約十年間、老化現象か病気かで悩んできた症状に診断がついたのだ。バレーボールでも、敵さえ判れば戦いようは必ずある。『COPDは完治しません。しかしこれ以上悪化しないよう、人生の質を大切にしていましょ』と言う木田先生に、『これからはあなたが監督、私が選手です』と指導をお願いした」。

そして適切治療を始めて3年、「今は坂道も歩道橋もずいぶん楽に歩ける。年に六、七回は海外にも出かけ、人生の質は落ちていないどころか、むしろ上昇している思いだ」。

以来8年、「優等生患者」だった松平さんは、充実した余生を生き抜き、2011年12月31日に亡くなった。

COPDの患者の8~9割は喫煙者なので別名「たばこ病」と呼ばれる。が、長年喫煙しているからといって、必ずなるわけではない。なるか、ならないかは、本人のもつ遺伝的な素因=感受性がかわっている。

しかし人によって感受性が違う原因はわからず、感受性の有無を調べる方法もない。したがってだれでもたばこの吸いすぎは控えるべきである—というのが、COPDの予防・治療の基本的な考え方である。

壊れた肺は元には戻らないが、軽症のうちから適切な管理を行えば、進行を防ぐことができる。まずは禁煙。おかしい?と感じたらすぐ専門医(呼吸器内科)を受診しよう。

