

せきね 知っ得! 通信

12

December

2019

社会保険労務士法人せきね事務所 せきね FP 事務所
〒947-0028 小千谷市城内 2-4-26 TEL0258-83-3048 FAX0258-83-3049
メール sekinekyrs@mountain.ocn.ne.jp ホームページ http://www.office-sekine.com
第111号 発行：2019年12月

はや年末…。1年が早すぎて驚愕します。

「妻のトリセツ」の著者で脳科学・AI研究者の黒川伊保子さんが、続編となる「夫のトリセツ」を出版し話題となっています。両方の取扱説明書を読んでみましたのでご紹介します。

妻のトリセツ

妻の怒りの理由は「今、目の前で起きたこと」ではなく、過去の関連記憶の総決算。女性は、感情に伴う記憶を長期にわたって保存し、「みずみずしく取り出す」ことが得意な脳の持ち主なのだそう。そのため、夫からすれば「たったこれだけのこと」で、10年も20年も前の出来事も含め、一気に何十発もの弾丸が飛んでくる。夫にとっては甚だ理不尽で意味不明な怒りでもあるが、それで命を削られないよう脳科学から妻への理解を深めよう。



周産期・授乳期の妻は「満身創痍」

周産期・授乳期の女性は、激しいホルモン量の変化に翻弄され、栄養不足・睡眠不足で、「満身創痍」の状態。可愛い愛妻が、子どもを産んだ途端に鬼嫁に変わるのとはよく聞く話。この時期の夫の無神経な発言や行動は、一生残る心の傷として繰り返し持ち出され、いつまでも消えることがない。地雷を踏まないよう気をつけよう。

問題解決より共感

女性脳の特徴は、共感欲求が非常に高いこと。女性は、井戸端会議で盛大に共感しあい、相手からの「知のプレゼント」を「とっさの智恵」に変えて脳に仕舞い込む。男性に言わせると「オチのない無駄話」は、子どもの危機を救い、将来の夫の介護に役立つ。一方、男性脳にとって重要なのは、共感より問題解決。「〇〇すればいいんじゃない?」とか「嫌なら辞めれば?」と言ってしまいがちだがしっかりと共感すべき。共感するフリでもいい。問題が解決することよりも、夫が共感してくれたという記憶がストレスを解いてくれる。

記念日はポイント1000倍デー

結婚生活は、悪い思い出だけ繋がれば失敗したように感じ、いい思い出だけ繋がれば成功したように感じるもの。毎年の結婚記念日や誕生日にいい思い出を紡ぐことができればベスト。例えば「人気レストランの予約」を1か月前に告知する。記念日までの4週間を楽しみに、記念日以上に味わい尽くすのが女性脳の特徴だから。記念日は、プラスもマイナスもポイント1000倍デーと心得よう。

次ページ「夫のトリセツ」に続く

夫のトリセツ

「思いやりがない」「わかってくれない」「イラつく」「子どもが巣立って夫婦二人になるのが怖い」・・・など妻の苦悩は後を絶たない。でも、夫のヒドい一言や気が利かない態度が、愛情の欠如でも彼の個性でもなく、男性脳の副産物だとしたら？「そういう脳」だとわかると、案外、優しくて誠実な人だと理解できるかもしれない。

結論を急ぐ男性脳

生まれてから1年も歩けない子どもを育てる「女性脳」は、近くを見つめ抜き、わずかな体調の変化を感じ取り、共感しあって仲間の協力を得、子どもの生存可能性を上げる。一方、仲間と狩りに出て、危険を冒しつつ、成果を出さなければ生きていくことが出来なかった「男性脳」は、常に遠くを見て、互いに問題点を指摘し合い、ゴールを目指すようにチューニングされている。困って相談すると共感するどころか「お前が悪い、やめておけ」と言われてカチンとくるが、守りたい相手だからこそ問題解決を急いだけ。

定番で愛を届ける男性と非定番で愛を確かめる女性

「男性脳」は「定番」が心地よい。身の回りが定番で固められていれば、外での勝負に集中できるから。夫は「毎日、家に帰る」「毎月、給料を渡す」という「定番」で愛を届けるが、妻にとってそれは当たり前。サプライズの花束や、病気のときの優しい言葉や介抱など「非定番」で妻は愛を確かめる。これでは永遠に溝が埋まらない…。「定番」の愛には、「定番」で応えよう。「いってらっしゃい」「おかえりなさい」は、いつも同じおだやかなトーンで。外での成果を最大限にするために。

「言ってくればやっただのに」というケンカを防ぐ

「気を利かせて私を喜ばせて。思いやりで私を助けて」は「男性脳」には無理と心得よう。「料理が出来上がるからテーブルの上を片づけて」とか、体調が悪いときは「あれとこれを買ってきて」など具体的にお願いします。

してもらいたいことを「定番」にするのも手。「米の在庫管理係」に任命して重い買い物を負担してもらったり、誕生日には毎年「手袋のプレゼント」と決めておいたり、毎年行くレストランを決めて「予約した？」と確認する。夫がうっかり定番を忘れても「お互い様」と大目にみよう。

できる妻ほど手足にされる

男性脳は、身体拡張感覚が強い。車や道具を自分の身体の一部のように扱うことができる。そのため、連れ添う妻に対してもそのように感じてしまう。自分の手足に「よくできたね」とは言わないし、自分の心臓に「毎日ありがとう」と言わないように、褒めもしないしお礼も言わない。そのくせ、妻に先立たれると「身体の一部」を失ったショックで弱り、すぐに死んでしまう。

脳は「相互作用」に興奮することがわかっており、頼られることで夫婦の絆が深まる。反応が早く気が利く妻は「秀逸な道具」になりがちなので要注意。たまには、弱みをみせて頼りにしていることを表現し「道具」にならないように気をつけよう。

参考になれば幸いです。



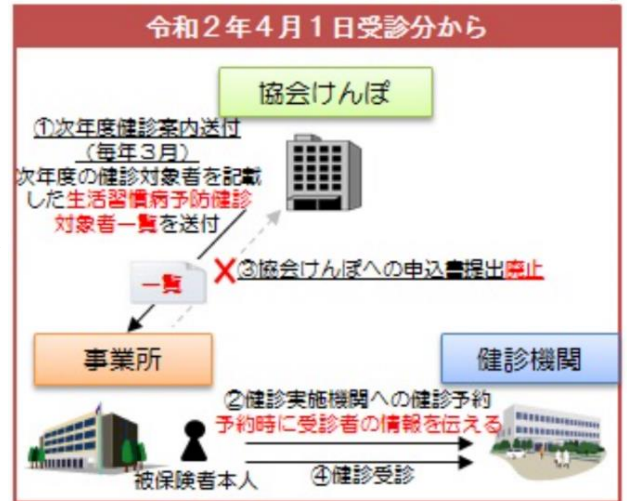
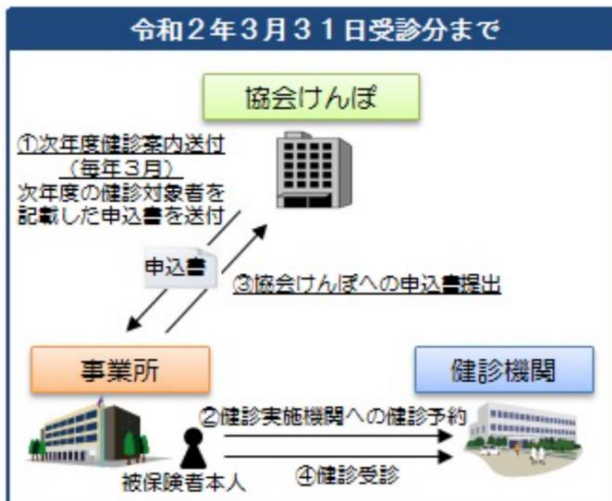
最新情報

健康診断の申込みが変わります

「生活習慣病予防健診」の申込みについて、
令和2年4月1日受診分から、協会けんぽへの申込みが不要となります。
健診実施機関に対してのみ予約申込みを行うこととなります。



「生活習慣病予防健診」の申込み方法		
現 行	令和元年度 <u>(令和2年3月31日) 受診分まで</u>	協会けんぽへの申込み 必要
変更後	令和2年度 <u>(令和2年4月1日) 受診分から</u>	協会けんぽへの申込み 不要!



毎年3月に協会けんぽから送付されていた、次年度の健診対象者を記載した申込書は送付されません。
代わって「生活習慣病予防健診対象者一覧」が、送付されます。

小千谷市の人間ドックの補助も変わります!

令和2年度から

- ◎ 30歳～74歳で国民健康保険加入者・・・現行通り 毎年半額補助
- ◎ 30歳～74歳で国民健康保険加入者以外・・・現行 2年に1回 半額補助



変更後 毎年 10,000円補助

◇ 受診期間：4月から翌年3月まで

「気になる！」を勝手に情報発信コーナー

イベント 着物リメイクショー 越後しなのがわバル

毎年恒例の十日町市の着物イベントですが、今年はキナーレのイタリアンレストランで規模を縮小して開催されました。着物をフォーマルなドレスなどにリメイクして次々に登場。一般の方がモデルなのですが、皆さんスタイルが良く元気いっぱい輝いていました。

このような着物のイベントにはもちろん和服で参加するわけですが、他の人のセンスあふれる和服姿を見ることができるのが何よりの楽しみです。最近、私は特に男性に注目しています。今のような寒い時期は、マフラーや羽織などお洒落に組み合わせている方がいて素敵だな～と思います。



講演会 落語に学ぶ！おかねと暮らしの知恵 書籍 瞠目笑

落語家 林家 彦いち

「落語に学ぶ！」というタイトルに惹かれ、新潟県金融広報委員会主催の「金融経済講演会」に行ってきました。

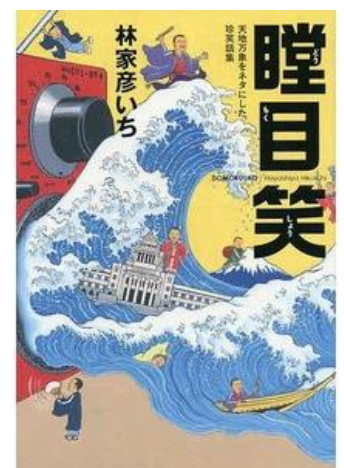
彦いち師匠は、鹿児島県出身。ご自身とおかねについて軽快に語り会場を沸かせました。上越市出身の三遊亭白鳥師匠と仲良しらしく度々話題に登場し、余計に親近感が湧きました。

親の反対を押し切り「経済的な援助もいらない！」とタンカを切って大学進学のため上京。学費と生活費を自分で賄うために、新聞奨学生となり、朝刊・夕刊の配達、集金・勧誘に励む忙しい毎日の中「いつ大学に行けばいいか？」わからなくなったそう。

結局、大学は中退し、林家木久蔵（現・木久扇）に弟子入り。給料などなくおこずかいをもらって生活する弟子時代やお客の入らない浅草寄席の費用対効果、真打昇進のお披露目の費用などの話で笑わせました。

後半、お金にまつわる落語が二席ありましたが、前半のご自身のお話の方が断然面白かったです。

最近、「瞠目笑」という著書を出版されたとのこと。早速、購入して読んでいます。



今月のさぶろく せきね事務所の看板ねこ（3歳3ヵ月）

オーストラリアの動物学者が2802匹の猫を調べ、飼い猫の性格診断を行う「フィーライン ファイブ」という5つの因子を見つけたそう。その5つとは「調和性」「神経症傾向」「外向性」「支配傾向」「衝動性」。診断シートは手に入りませんが、人が大好きでいつも外に出たいさぶろくさんは、「調和性」と「外向性」が高いのかなと思います。

