

30秒でチョットした情報通になれる



歳時記



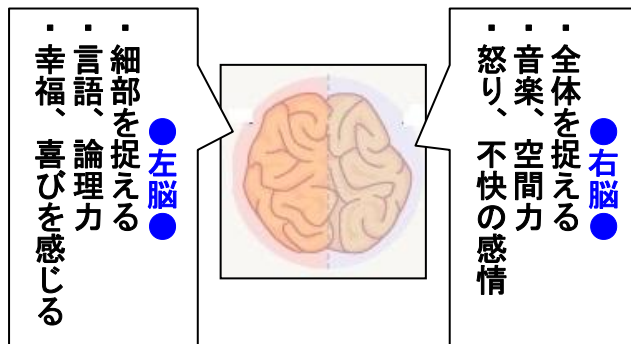
利き手と脳の間係を

■利き手と脳の間係は繋がつているのか？

近所の野球場でリトルリーグを見ました。驚きました。なんと出場選手9人が全員左打者なのです。少年達が守備につきました。また、驚きました。一塁手の一人だけ除いて右利きなのです。これはイチロー選手や松井秀樹選手の影響なのでしょうが？ いや、それ以外に理由があるのでは……。

実は、脳と関係あるのかもしれないと思ったのです。利き手と脳は関連があります。左手は右脳と繋がつています。右手は左脳と繋がつています。右手を使うと左脳の間係が増します。左手を使うと右脳が活発になります。右利きだけの選手だと左脳の方が右脳より使われます。

右利きの選手が左打者になれば右利き、左利きと両手利きになります。そうすれば左脳、右脳の間方が使われて脳の間係良くなります。脳全体が活発になるかもしれません。それで右投げ左打ちの両手利きの選手が増えたのかな……。と思ったのです。



脳は、図のように右脳と左脳の間係は違っています。せつかく左脳と右脳があるのです。どちらか一方ばかりを使っているでは脳全体が活性化しません。もつたいないです。

右利きの人も、左手をもつと使えば、左右の脳を活かすことができるかもしれない。そういうことで野球の選手にもともと右利きなのに、左打ちが増えたのかもしれない。

左右の手をどんどん使つて、右脳も左脳の間脳を活かす。右投げ、左打ちは実は脳を活かす方法なのかもしれないね。

30秒でチョットした情報通になれる



健康情報



脳を活性化させる

■新鮮な体験は脳を活性化させる

ことわざの「一を聞いて十を知る」は、別な言い方では「頭の回転が速い」「仕事をテキパキとこなせる」となります。

そんな人になりたいと思ったことはありませんか。それには脳を活性化させることです。それになる3つの方法をご紹介します。脳を活性化するには「刺激のある」「新鮮な体験」を行うこと。そうすれば脳が活性化します。それが「頭の回転が速い」ことになります。

1

新しい友、仲間を作ろう

新しい友や仲間と会話することは新鮮な体験です。

会話とは瞬時に内容を理解し、適切に反応し喋ることです。多くの人々と交流し、会話を楽しめば脳の活性化につながります。

2

利き手と反対の手を使う

パソコンのマウスを使う。スマートフォンを操作する。

右利きなら左手で茶碗を持ち、右手で箸を使います。ハブラシ右手で歯を磨きます。右利きの人は利き手しか使っていません。これらの動作を利き手と反対の手で行います。それだけで全てが新鮮な体験となります。



3

知らない街を歩いてみよう

永六輔作詞の「遠くへ行きたい」ではありませんが、知らない街を歩いてみましょう。知らない道を歩くと行き止まりかな、こんな珍しい目印があったのかと新鮮な体験を味わえます。それに脳の中に新しい地図を作れます。それが脳の活性化につながります。

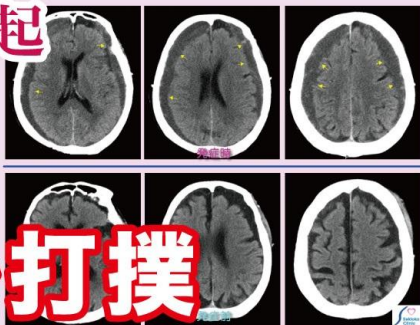
30秒でチョットした情報通になれる



注意喚起

は

頭を打撲



■頭を打ってもすぐに

症状があらわれないことがある

今年のプロ野球は例年より頭部死球が多いです。ヘルメットを被っているとはいえ、約7センチの丸い石が時速150キロ近いスピードで頭部に当たるのです。頭部に異変が起っても不思議ではありません。

ところが頭部死球で即入院した選手はあまりいません。まあ、冗談ですが野球選手の頭は脳みそでなく筋肉だという説があります。だから大丈夫だということです。

とはいっても、頭を打ってからすぐに症状があらわれないで1～3カ月の後に頭の中に出血が起こることがあります。

昔、私の友人の父親が転んで頭を地面に打ちました。

その方は、半年後経った頃からベルトを絞められなくなりました。ときどきぼんやりするようになりました。常にうとうととしていてその内、ろれつが回らなくなり、頭痛、吐き気などの症状が現れました。

■慢性硬膜下血腫とは

病院で検査をしたところ慢性硬膜下血腫と診断されたそうです。頭の骨(頭蓋骨)のすぐ内側には硬膜と呼ばれる膜があります。この硬膜の内側に頭部を打ったことでじわじわと出血が起こって血液(血腫)がたまった症状になります。これが慢性硬膜下血腫だそうです。

脳の両側に血腫がたまって、左右から大脳が圧迫される症状もあります。これは両側性慢性硬膜下血腫だそうです。すぐに手術しなければならないとのことです。

年配の方(特に老人)では、頭部を打っても数ヶ月してから頭の中に出血して、ボケたり、手足の麻痺や頭痛が起こることがあります。しばらくの間は、頭を打ったことを忘れないようにして、以上のような症状が出た時にはすぐに病院で検査をうけましょう。

さくら保険サービス通信

〒830-0037 福岡県久留米市諏訪野町2570-9高村ビル2F

TEL 0942-37-7351 FAX 0942-37-7352

さくら保険サービスのURL <http://www.sakura-hoken.com/>

15年
9月号

30秒でチョットした情報通になれる



トピックス情報

マイナンバー制度が始まる



平成27年
10月から
マイナンバーを
一人ひとりに
お届けします!

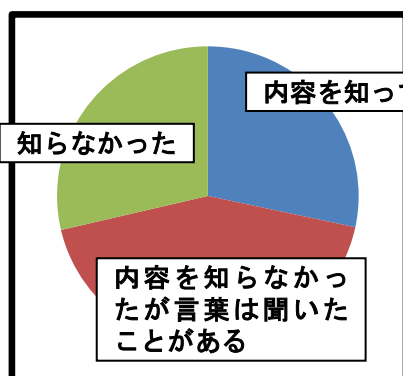
マイナンバー制度が施行される

政府は、国民に番号を割り振って社会保障や税などの情報をつなぐ「共通番号(マイナンバー)」制度で、ネット上で自分の情報を見られ、国税庁や日本年金機構のサイトにもつながる「個人ページ」のイメージを示した。例えば、自宅のパソコンで「個人ページ」につなぐと、マイナンバーでつながる自分の情報を一覧でき、納めてきた年金保険料や将来の受け取り見込み額などのデータも見るができる。電子納税サイト「e-Tax」にも自動ログインし、ネットで確定申告する――。

マイナンバーは、日本に住民票がある全員に12桁の番号を割り振り、社会保障や税など行政にかかわる個人情報を一つの番号でつなぐ制度だ。今年10月以降、マイナンバーを知らせる簡易書留が自宅に届く。来年から、ハローワークや税務署などそれぞれの機関がマイナンバーによる情報管理を順次始め、本格稼働の2017年から、情報を互いに照会できるようになる。

2015年2月18日 朝日新聞デジタル

マイナンバー制度について内閣府大臣官房政府広報室世論調査担当が世論調査をしました。マイナンバー制度の認知度アンケート結果は？ あなたはマイナンバーを知っていますか？ 詳しくはQ&Aで説明します。



●マイナンバー制度の認知度	
内容を知っていた	28.3%
内容は知らなかったが言葉は聞いたことがある	43.0%
知らなかった	28.6%