

# 通信

NO. 110  
2022年3月号

ビジネス総研株式会社

福岡市博多区博多駅前4丁目

33番11-702号

☎092-409-4177

今月のスケッチ

## 大根 立派!



同級生の畑の近くを通りがかったら「おーい」と声がかかった。立ち寄ると、「もってけ」と大きな立派な大根。をいただいた。

スタ  
コラ

## 最近話題のテストステロン

新開 よしこ

NHK情報番組「あさイチ」で、テストステロン（主要な男性ホルモン）が減少する男性の更年期についての特集が放送さ

## 我が家の庭は、白モクレンの開花から始まる。

我が家の庭では、春になるとこの白モクレンが真っ先に開花し、続けて、ピンクのコブシ、紫のモクレンと開花する。

ここ数年、ヒヨドリの襲撃で花芽をかじられて無残な状況だったが、今年は、在宅ワークが多く、ヒヨドリの被害が少なく、多くの花芽が残っている



れた。

長年、とても良い関係で一緒に生活してきた夫が意地悪になり、性格があまりにも変わったので離婚も考えたという漫画家の夫婦が登場。妻が夫に医療機関へ受診を促したところ、夫のテストステロンの値が基準よりかなり低く、注射によるホルモン補充の治療をした結果、夫の性格は元に戻ったという内容だった。

テストステロンが減少し、男性更年期に該当する人は、40歳以上で6人に1人程度、日本全体で言うと600万人くらいいられると言われ、「笑わなくなる」「攻撃的になる」「おっくうがるようになる」「太る」などの症状があるそうだ。

気付かず他の精神の病気と診断されることもあるとのこと。

これは、本人を含め家族や会社の人、困っているだろうと感じる話である。

テストステロンは、男性における主要な性ホルモンで、男性だけでなく女性にとっても気分や行動などの健康や幸福、骨粗しょう症の予防にも関わる重要

なホルモンとのこと。閉経後の女性はテストステロンが少ないとやる気が出なくなることがあるといわれ、前向きホルモンとも呼ばれているらしい。

番組では、テストステロンを増やす方法として、まず運動、そして褒めることが良いそうで、それを組み合わせた「褒め合いスクワット」が紹介された。

前回のスタコラ『「勝ちグセ」をつけるには?』にも、「お客さまから「ありがどうね」なんて声をかけられた子は大いにモチベーションもあがります」と書かれていた。

感謝の言葉や褒め言葉は、どの年代に対しても多い方が良いのだと思う。

性別にかかわらず、身近に性格が悪い方に変わったと感じる人に気づいたら、何気なく感謝の言葉や褒め言葉を降り注いでみてはどうだろう。ホルモン補充療法ならぬ褒め言葉補充療法により、前向きホルモンが増えてくるかも。

Relationship & Partnership  
ビジネス総研

<https://www.b-souken.com>



映画大好き  
の山ちゃんが、毎回、  
自分の言葉  
で執筆しま  
す。

## ウエスト・サイド・ストーリー



監督：スティーブン・スピルバーグ  
出演：アンセル・エルゴート  
レイチェル・ゼグラ  
アリアナ・デボーズ  
リタ・モレノ  
2021年 米：20世紀スタジオ

1961年に映画化された名作が再映画化。

1950年代後半のニューヨーク。ポーランド系移民からなる「ジェッツ」とプエルトリコ系からなる「シャークス」は、縄張り争いで激しく反目し合っていた。

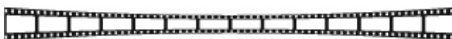
二派の争いの中で反対されても愛しあうトニーとマリアが「二人の命をひとつの命に」と絶唱。

アメリカはいい国かと風刺。白人刑事の移民に対する偏見、差別描写も鋭い。

決闘を止めようとするトニーの努力が…。

「異なる立場の者同士は、手

をとりあうことができるのか？」監督が掲げた問いは、現代を生きる我々へのメッセージであり、人間讃歌でもあります。



### くまさんの コンサル日誌



似顔絵作家の小西みどりさんに描いていただきました。

## ロシアはウクライナ侵略をただちにやめよ！

21世紀に戦争が勃発するという信じられない事態が進行している。

ロシアのウクライナへの連日の爆撃と侵攻の報道がなされ、ウクライナ国民の多数の犠牲者と200万人にも達する難民が生じている。

ロシアによる軍事力による現状変更は、明らかに国連憲章に違反するウクライナ侵略であり、世界中で、軍事行動の即時中止とロシア軍のウクライナからの撤退を要求する非難と抗議の声と行動が広がっている。

日本国内でも、ロシアのウクライナ侵略に対する非難と抗議が、各地で広がり、若者の声と行動の広がりも報道されている。

さらに、核の先制使用を公言するプーチン大統領に対して、

日本被爆者団体は「核兵器の使用を示唆して威嚇」に対して怒りと抗議を表明している。

核兵器禁止条約は、多くの国と地域で批准され世界的な流れになっている。

日本も唯一の被爆国として、抗議の声と行動をただちに起こすことは、重要な責務である。



## 編集後記

新型コロナウイルス感染症によって、ここ2年、働き方などが大きく様変わりし、在宅ワーク（リモートワーク）が一般化し、会食がほとんどなくなっている。

学校生活も授業がリモートになり、卒業式も大きな制限の中で執り行われている。

このパンデミックが早く終息してほしいものだが、季節の確実な移ろいの中で、人間の無力と愚かさだけが目立っているようにも思える。



Relationship & Partnership  
Bビジネス総研

ビジネス総研株式会社

福岡市博多区博多駅前4-33-11-702

☎092-409-4177 FAX092-409-4170

Eメール [kuma@b-souken.com](mailto:kuma@b-souken.com)

<https://www.b-souken.com>



ホームページは、このQRコードを読み込んでください