

## 休日に趣味を満喫しよう！ ～仕事脳の緩和～



鈴木 勝

私が子どもの頃のカレンダーは、月曜日から始まり、土曜日・日曜日は右側にあったと記憶している。一生懸命に働き、日曜日に静養するため、と両親から教えられた。ご褒美としての休日である。いつからか、カレンダーの始まりは、日曜日からとなっていた。宗教によっては、日曜日を礼拝の日としており、お祈りしてから仕事を始めるという意味なのであろうか。

私には、いくつか趣味があり、それらの趣味を満喫するためには土曜日までに用事を済ませなければならぬと心に染みついている。そうすることで、趣味を味わっている時の罪悪感がなくなるのである。月曜日から土曜日までに仕事をしたご褒美としての日曜日である。

人は、趣味を持つことで日頃のストレスを緩和させることができると言われている。趣味を満喫することで日頃のストレスを発散させるという解釈もできるが、趣味の事を考えるのを休日のみではなく、毎日少しでも考えるようにすると、仕事脳も緩和され、仕事に趣味に相乗効果が生まれると思われる。(今週末の釣りの仕掛けは何にしようかな。)

## ネット通販の代引配達に係るトラブルが急増中

ネット通販の支払方法が、代引きのみ、又はクレジットカードやポイント払いから代引きに変更された場合は注意が必要です。現在、偽ブランド品や全く違う商品が届き、販売店と連絡がとれず返金されないトラブルが増えています。

**事例** 大手通販サイトに腕時計をカード払いで注文したら、販売店から代引きを依頼され了承した。配送業者に代金を渡し、開けると時計は偽物だった。通販サイトに返金を求めたが「販売店と連絡がつかず対応できない」と言われた。

### 消費者への注意喚起

- ・大手通販サイト内でもサイトに介入した悪質事業者によって様々なトラブルが発生しています。契約後、代引き等の不審な変更は疑ってください。
- ・ネット通販の支払方法はクレジットカードや受取後の振込を選びましょう。
- ・キャンセル後に代引きで商品が配達されたら、事情を話し受取拒否をしましょう。伝票を写真に撮りキャンセルが分かるメール等と保存します。
- ・日頃から家族間で宅配便が届くことを伝え、聞いていない宅配便は受取らず保留にしましょう。

**トラブルや、不安に思った時は、消費生活センターにご相談ください。**

ひとりで悩まず すぐ相談！

消費者ホットライン

188 局番なし

松伏町消費生活センター

又は ☎984-7208

人権  
それは 愛

## やさしい友だち、ありがとう

問合せ

教育文化振興課 ☎991-1873

企画財政課 ☎991-1815

私は、生まれた時からアトピーでした。一年生になった時、私は心配でした。それは、夏になったら洋服は半袖で、私のアトピーの出来ている所は腕だからです。

私は、その腕が凄くかゆくて、たくさんかいてしまう時があります。だから、腕はガサガサで、時にはかきすぎて血が出てしまう時もあるのです。その腕が見えてしまう半袖を着るのが嫌だったのです。

一年生の夏になりました。凄く暑くなりました。本当は半袖は嫌だけど、着ていきました。学校に着きました。「何か言われるかなあ。」「恥ずかしいなあ。」心配な気持ちが、いっぱいになってきました。でも、みんな全然気にしていないようです。

ホッとしました。

友だちが言った言葉は「どうしたの?」という優しい

言葉でした。私は「かゆくて、かいちゃったんだ。」と答えました。

「大丈夫?」と心配してくれました。友だちの温かい気持ちが伝わってきて、私の心の中にいっぱいだった不安が、すうっと軽くなっていきました。

鬼ごっこの時、私の腕にタッチしてもみんな平気です。遊んでいるうちに、私も腕の事が気にならなくなってきました。嬉しかったです。半袖の洋服も、好きになりました。これからも、薬を塗って、かゆい所を治していきたいと思います。

「やさしい友だち、ありがとう。」今度は、私が悩んでいる友だちを助けてあげられるようにしたいです。

人権作文集～こころ～ より