

30秒でチョットした情報通になれる



■春が待ち遠しい2月

2月。2月3日は言わずと知れた季節の分かれ目節分。冬と春の分かれ目です。ということで翌日の2月4日は立春。とはいえ、まだまだ寒いです。今年は特に。立春から立夏の前日までが春です。日照時間はだんだん伸びて梅が咲くようになってきます。

■建国記念日のいわれは？

2月11日は建国記念日。戦前は紀元節といいました。なぜこの日が建国記念日なのでしょう。『日本書紀』によると紀元前660年1月1日に神武天皇が大和橿原に天下平定したことでなっています。それなのに、なぜ2月11日になってしまったのでしょうか？ それは、神武天皇即位の1月1日を新暦に換算すると2月11日になるからです。それで明治政府は2月11日を紀元節にしたのです。そして、それがそのまま建国記念日になったというわけです。

■温まる大地で雪が溶け始める雨水

2月19日は24節気のひとつ「雨水」。地が温まって来ます。深く積もった雪が溶けて水となります。空から降ってくる雪は雨に替わります。春一番が吹きます。それに誘われてうぐいすが鳴き始めます。

24節気の春分(2月4日)から雨水(2月19日)までの期間は15日。24節気は一年の日数を24等分(15.22日)して名付けます。雨水の次は「啓蟄」3月6日。「雨水」から15日後です。

■2月23日は風呂敷の日

日本風呂敷連合会がふるしきを広くPRするために制定した日です。そのいわれは2月23日(つつみ)のゴロ合わせです。

風呂敷はその字の通り、もともとは風呂で敷いた布のことです。風呂場で大名たちが衣服をまらがえないために脱いだ着物を包みました。湯上がりにその包み上に座って身づくろいをしました。

それが風呂敷の始まりです。

■風呂敷に湯具を包み銭湯に通う

この当時の風呂はサウナでした。裸では入らず、禪などを着けて入っていました。風呂敷に着替えや湯具を包んで通ったといわれています。江戸時代には、銭湯に行く庶民の必需品となりました。

30秒でちょっとした情報通になれる



健康情報



2月 メタボリック健診

■2月、職場における健康診断推進運動

この期間、サラリーマンやOLなどの勤労者は職場で健康診断をできます。

それ以外の自営業者や専業主婦はどこで健康診断を受けられるのでしょうか？

自営業者は市区町村で健康診断を受けられます。専業主婦はご主人が加入している健康保険の委託する病院で受けられます。

専業主婦の方、この時期に健康診断を受けましょう。

■メタボリックではありませんか

日ごろ健康診断を受ける機会が少ない奥さん。診断結果でメタボリックシンドロームでないかをチェックしましょう。

メタボリック診断は、2008年から始まりました。メタボリック健診データの内容について知っておきましょう。

■メタボリックシンドローム該当者

①内臓脂肪の蓄積をチェックします。

- ・腹囲(へそ周り) 女性 90cm以上
男性 85cm以上

②脂質異常をチェックします(中性脂肪とHDLコレステロールのチェック)。

- ・中性脂肪 150mg/dL以上

中性脂肪が増加しているかをチェックします。中性脂肪が高いと心筋梗塞や動脈硬化症の原因となります。

- ・HDLコレステロール 40mg/dL未満

コレステロールを取り去ってくれHDLコレステロールが減少しているかをチェックします。HDLコレステロールとは善玉コレステロールのことです。動脈硬化などを防ぐ働きがあります。

③高血圧をチェックします。

- ・最高血圧 130mmHg 以上
- ・最低血圧 85mmHg 以上

のいずれかに該当あるいは両方に該当

④高血糖をチェックします

- ・空腹時血糖値 110mg/dL 以上

以上の値に該当するとメタボリック症状となります。どうですか？

30秒でチョットした情報通になれる



■裁判員候補になる手続の流れ

11月は裁判員候補者名簿に登録される月でした。その記事を2013年11月号に掲載しました。ある読者から裁判員候補の流れについて改めて教えてくださいとのご質問がありました。

それで改めて、裁判員候補の手続の流れの概略をご説明します。

詳細は最高裁判所のホームページで見ることができます。アクセスしてみてください。

■裁判員候補が選ばれる手順

■選ばれる人は……

選挙権のある方です。ただし、選挙権があっても法律上なれない方もいます(例えば自衛官など)。

●選ばれた候補者に

- ・裁判員候補名簿にリストされたこと。
- ・調査票(右記の内容)。
- ・裁判員裁判とはどういうのかの説明資料が送られてきます。

●調査票の内容

1年間を通じ、裁判員になることを辞退できる方の条件は以下のとおりです。

①年齢

- ・平成26年1月1日現在、70歳以上である

②裁判などにかかわった方

- ・平成22年4月1日以後、裁判員または補充裁判員、選任予定裁判員、検察審査員、補充員の職にあったことがある。

③学生である

- ・平成26年の1年間学校の学生または生徒である。

④健康状態

- ・平成26年の1年間ご自身の重い病気またはケガにより裁判に参加することがむずかしい方。

⑤生活状態

- ・裁判員になることが特にむずかしい特定の月があるかを聞いてきます。
仕事上の事情／重要な用事／出産予定／重い病気またはケガ／介護・育児等以上のことが調査票で尋ねてくる内容です。

30秒でチョットした情報通になれる



2月のトピックス

海外旅行-注意すること



●南米エクアドルのグアヤキルで旅行中の夫妻が銃撃され死傷●

昨年の12月28日に南米エクアドルで新婚旅行中の夫婦がタクシーに乗車中に複数の犯人グループに襲われて車内で銃撃されました。ご主人は死亡し、奥さんは重傷を負いました。夫婦は短時間身柄を拘束して金品を奪う強盗に遭ったとみられています。

今回不幸なこの事件を知って改めて海外では日本では考えられない事件に巻き込まれることがあることを知りました。海外を旅行するときは常に事件や事故にあうかもしれないと事前準備と安全対策をとることが必要です。そのためには、

- ・旅行先の治安状況、犯罪の手口、法律、習慣を外務省のHPでチェックしておきましょう。
- ・日本は世界でも安全な国です。事故・事件に巻き込まれることは少ないです。ですから海外旅行先では、ここは日本ではないというモードに切り替えましょう。
- ・海外では日本と違って銃や凶器をもって襲ってきます。また犯人はひとりと見えても犯罪グループがいたりします。ですから、襲われたりしたら生命の安全を第一にして犯人の要求に抵抗しない態度を示すようにします。

因みに、今回のように海外で殺人等の故意の犯罪行為により不慮の死を遂げた場合に「犯罪被害給付制度」は海外事故でも適用になるのでしょうか？

- ・「犯罪被害給付制度」は犯罪被害者の遺族または重傷・障害の被害を受けた被害者に対して国が給付金を支給する制度です。
- ・この制度の支給は日本国内または日本国外にある日本船舶もしくは日本航空機内において行われた人の生命または身体に対する犯罪行為が対象になります。従って、海外にいた場合は対象になりません。
- ・従って、海外旅行する際には、海外旅行傷害保険は必須保険です。