

## 「マスク熱中症」にご注意を！



マスクの着用が日常になった今、それが熱中症のリスクになることも頭に入れておきましょう。人は体から熱を放散するための様々な仕組みを持っています。汗をかくこと、皮膚の血流を上げること、皮膚の血管を拡張することなどです。そしてもう一つの仕組みに「呼吸」があります。犬は汗をかかないので、熱くなると「ハーハー」と激しく息を吐いて体温を調整していますが、それと同じです。マスクをすると、通常に比べ呼吸が妨げられ、体熱放散しにくくなるのです。また、マスクをしていると口の渇きを感じにくくなり、水分補給が不十分になり、気づかないうちに脱水が進む危険性があります。こまめな水分補給、暑い時には人ごみを避け適宜マスクを外す等対策をしていきましょう。

## 「時間泥棒」の方は、当社に応募しないでください！

「時間泥棒」の方は、当社に応募しないでください。こんな衝撃的な求人を発見しました。皆さんは、「時間泥棒」という言葉を聞いたことがありますか？時間泥棒とは、読んで字のごとく人の時間を盗んでいく人のことです。

上記の企業は、少数精鋭のチームであり、「時間」を最も重要な経営資源「時は金なり」と捉えているそうです。時間を大事にして最大のクオリティを生み出すことに全力を注いでいるため、時間の感覚が違う人に時間を窃盗されるのは許せないのだそうです。

では具体的に時間泥棒とはどんな人なのでしょう。例えば、時間を守らない人、話が長い人、努力をしない人、最低限のことを調べずすぐに人に聞く人、自分の仕事を見直すことなく提出する人、一度で済むようにしない人、報連相が遅いといった人です。

「時間を守らない人」を例に説明します。約束の時間に連絡もなく遅刻すると、その間待ち手は仕事が進めづらくなります。仕事に手を付けたいが、中途半端になってしまう可能性があるからです。もし10分遅れると連絡があれば、それに見合った仕事を進めることができたかもしれません。そのため自分が連絡せずに10分遅刻したら、相手の10分も自分が消費していることに気が付かなければなりません。相手と関わりを持つ仕事は、自分だけでなく相手の時間も使わせてもらっているということなのです。

あなたは「時間泥棒」になっていませんか？時間を大切にする人にとって、「時間泥棒」はとても迷惑な存在です。会社の求人にも書かれてしまうぐらいですから。まずは、自分が「時間泥棒」になっていないかを振り返ってみましょう。もしも、ドキッとした場合は、自分だけでなく他人の時間も大切にしよう心がけましょう。

