

# 株式会社24時間通信

〒003-0826 札幌市白石区菊水元町6条3丁目6-46  
TEL 011-871-2455 FAX 011-871-2444

15年  
10月号

**30秒でチョットした情報通になれる**



## ■「ウィンク」の語源とその意味は？

10月11日は「ウィンクの日」。

この日がどうして「ウィンクの日」になったのでしょうか？

「10」を90度右に倒すと「1」はまゆげ「0」は開いている「目」。

「11」も同じようにすると「1」はまゆげ「1」は閉じている「目」。それでこの日は「ウィンクの日」になったそうです。ちょっと無理なような気がしますが……。

「ウィンク」の語源はドイツ語の「Winken」からきています。その意味は「サインを送る」、「手を振る」、「目配せする」などです。

「ウィンク」は愛情表現などではなく「合図」、「サイン」だったようです。

「ウィンク」を欧米人はよくします。

日本人の「ウィンク」は「好きだよ」というラブコールに解釈されます。ところが欧米人は「好きだよ」と解釈するだけではないそうです。例えば「これは秘密です」、「これは冗談、冗談」、「わかってるよ」、「任せておけて」、「了解した」。友達と別れる「バ～イ」、「またあとで」などでも「ウィンク」しているそうです。日本人がこんな「ウィンク」したら相手は「?」、「きざ」、「いやな感じ」、「うわっ、キモ!」でしょう。

HP「みんなの声」で「ウィンク」についてアンケートが行われています。「異性にパチッ!とウインクするなら、それはどういう意味?」です。

1万6539人を対象にした回答結果は表のとおりです。やはり日本人は「ウィンク」を「好き」と感じるようです。「ウィンク」は語源の「合図」、「サイン」ではないようです。

順位	「ウィンク」の意味	割合
1	好き!	24.0%
2	ナイショだよ!	19.7%
3	OK!	12.2%
4	やったね!	9.4%
5	ありがとう!	6.4%

## 30秒でチョットした情報通になれる



### ■どんな目の体操をすれば 目の疲れがとれるでしょうか？

パソコンやスマートフォンの画面を何時間も続けて見たりすると目がショボ、ショボします。そんなときに「目の体操」をすると目の疲れが回復します。

#### ●目の体操の基本は●

- ・目を左右交互にリズムカルにウィンクをします。
- ・目をギュッと閉じて、パッと開けるを繰り返します。
- ・頭を動かさずに目玉を右にしたり、左にしたりします。
- ・頭を動かさずに目玉を上をしたり、下をしたりします。

- ・頭を動かさずに目玉を右回転、左回転させます。
- ・頭を動かさずに目をパチ、パチ繰り返します。
- ・しばらくの間、目を閉じてゆっくりします。
- ・目を閉じて温かいタオルで目を暖めます。
- ・しばらく近くの物を見つめ。それから遠くの物をぼんやりと見つめます。それを繰り返します。
- ・これで目の疲れがとれます。

### ■目の定期検診を受けましょう

目の疲れは、肩こりを起こしたり、肩痛、首痛になったりなどさまざまな症状になります。パソコンやスマートフォンの画面を見続けて目が疲れたら仕事中でも目の体操をして回復をはやめましょう。

目の体操以外にも目の健康をたもつために定期的に眼科で視力検査や眼底検査を受けるようにしましょう。目に何らかの症状が生じる前に眼科に受診することで目の疲れから生じる目の病気を事前に防止することができます。

# 株式会社24時間通信

〒003-0826 札幌市白石区菊水元町6条3丁目6-46  
TEL 011-871-2455 FAX 011-871-2444

15年  
10月号

## 30秒でチョットした情報通になれる



### ■目が疲れる原因は？

10月10日は「目の愛護デー」。「ウインクの日」のいわれを説明したからわかるでしょう。10月10日が「目の愛護デー」なのは…。「10」を右に90度倒せば「目」になります。それが「目の愛護デー」の理由です。

目が疲れる原因は「目の使いすぎ」がきっかけで起こります。目が疲れる原因の一番はパソコンの画面を見てだそうです。次のような症状が起こったら目が疲れ始めた信号です。

・目が乾いているなど感じきた／目やにが出る／目がかすむ／かすんで見える／肩がこる。

このような症状がでないため、目の負担を少なくしましょう。

### ■パソコンの画面を見るときには次のことを実践しましょう。

- ・画面との距離は30センチ以上をたもちましょう。
- ・画面は机に対して垂直より上向きにしましょう。
- ・椅子に座ったときにひざが直角になり足裏を床につけましょう。
- ・座ったときに背が椅子にぴったりつくようにしましょう。
- ・パソコン作業を1時間続けたら10分間休憩を取りましょう。

### ■それ以外に目を保護するには睡眠と食事です。

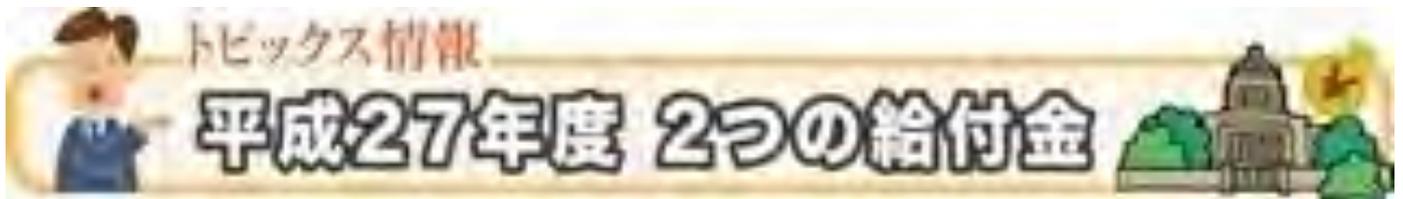
- ・個人差はありますが1日6～8時間程度の睡眠をとりましょう。  
就寝時間の30分前に38～40度のぬるま湯に入浴すると血行が良くなって、深い眠りにつくことができます。
- ・目の健康に効果あるビタミンAを摂りましょう。例えば、小松菜、にんじん、かぼちゃなどの野菜、牛・豚・鶏のレバーなど。こうして目の疲労度を改善しましょう。

# 株式会社24時間通信

〒003-0826 札幌市白石区菊水元町6条3丁目6-46  
TEL 011-871-2455 FAX 011-871-2444

15年  
10月号

**30**秒でチョットした情報通になれる



## 平成27年度 2つの給付金について

消費税率の引上げ（5%→8%）による影響を緩和するため、制度的な対応を行うまでの間、暫定的・臨時的な措置として、平成27年度も2つの給付金を支給します。

申請書の郵送時期及び受付期間は、給付金の種類ごとに異なります。

子育て世帯臨時特例給付金の申請書類は児童手当の現況届と一緒に郵送していますので、ご確認ください。（公務員児童手当受給者の方は、所属庁から児童手当受給証明書および申請書が配布されますので、期間内に申請してください。）

臨時福祉給付金の申請書類は、7月末に税務課からのお知らせに同封して郵送します。

また、平成27年度の給付金は、2つの給付金ともに支給開始が10月以降となります。

（対象期間が平成27年10月から平成28年9月の1年間のため）

労働厚生省資料より

	臨時福祉給付金	子育て世帯臨時特例給付金
支給対象者	平成27年度町県民税（住民税）が非課税の方 ※課税者の扶養親族等、生活保護受給者は対象外	平成27年6月分の児童手当を受給される方 ※特例給付（児童手当の所得制限額以上）の方は対象外
支給額	1人につき6,000円	対象児童1人につき3,000円
基準日	平成27年1月1日	平成27年5月31日
申請受付期間	平成27年8月3日から 平成27年11月4日まで	平成27年6月15日から 平成27年9月15日まで
支給開始	平成27年10月以降	平成27年10月以降