

# ナットク！気になっていたあの言葉

## 今月の気になっていたあの言葉：【OTC類似薬】

医師の処方箋が必要な医療用医薬品の中で、市販薬（OTC医薬品）と有効成分や効能が似ているものを指す。湿布薬など比較的軽度な症状に用いられる薬で、医療保険の適用があり安価で購入できる。医療費の抑制策として保険適用外とする案も検討されているが、受診控えが増えることによる健康被害などが懸念されている。

# 井戸端会議でも使えるネタ話

## 今月のネタ話：【ヒットのヒケツは「するい快感」】

「勝手にジュワ！」というキャッチコピーが印象的な花王の「ピュオーラ 炭酸ハミガキ」が爆発的なヒットを記録しています。成功の裏にあるのは「勝手にジュワ！」という感覚が訴えかける「ずぼら心理」。従来の歯磨きは「しっかり磨く」という努力が伴うため「努力の認知コスト」が日々の小さな負担でした。しかし、この炭酸ハミガキは、炭酸発泡のジュワという感覚が「磨いている最中に勝手に泡が広がってくれている」という錯覚を生み出し、手を動かす回数や時間を意識しなくても「最大限の効果が勝手に発揮されている」と脳が認識します。この錯覚により従来の「努力の認知コスト」がゼロになり「ながら」が定着している現代人のずぼら心理に見事に刺さったようです。消費者の究極の願望が「楽して成果を出したい」だとすれば、歯を磨くという本来なら地味な行動にエンタメ性を加え、さらに努力を伴わない「するい快感」をプロデュースしたことが多くの消費者の心を捉えたのでしょう。

# 意外に知らない暦の話

来る2月22日は「頭痛の日」。「頭痛のつらさと悩みを社会に啓発すること」を目指して、日本頭痛学会と日本頭痛協会が記念日に制定しました。これまで頭が痛くなつたことなどない、という方は少ないでしょう。頭痛はあまりにも身近なせいか「ちょっと調子が悪いだけだから」と軽視されがちです。しかし協会の公式サイトによれば「頭痛は症状ではなく疾患」であり、正しい診断と治療で回復が望めるものなどとか。いまや「頭痛くらいで病院なんて」というのは過去の話で、医学・医療の進歩で片頭痛の発症機序をもとに薬も開発され、予防療法を主として対策を考えられる時代になっているのです！頭痛に長年悩まされている、あるいは痛み止めの飲み過ぎが気になる方は記念日を機にかかりつけ医、または頭痛外来を設けているクリニックや病院でぜひご相談ください。つらい頭痛を我慢しなくていい、快適な日常生活を取り戻すきっかけになるかもしれません。

# 気軽に Let's 英会話

## 今月のキーワード：【euro】

2026年1月1日からブルガリアでユーロが導入されたようです。“euro”は「ユーロ」と表記されるのに“Europe”は「ヨーロッパ」と読まれますね。欧州連合（European Union「ユーロピーアン・ユウニオン」）には27カ国が加盟していますが、すべての国がユーロを導入しているわけではありません。“Bulgaria is the 21st member of the eurozone.”は「ブルガリアはユーロ圏で21番目の加盟国です」という意味です。“Bulgaria”の発音は「バルゲエイリヤ」が英語読みに近いです。

炊きたての熱々ご飯でおにぎりを作るときはクッキングシートで包んでから握ると直接、手に熱が伝わりにくくなり、やけどの心配が減ります。また通気性が高いためラップで包むより蒸れにくく、ご飯がベタつきにくい点がおすすめです。ただもおすすめです。ただし乾燥にはご注意を。

知得する知恵袋