



今月のトピック：【シニアのリゾートバイト】

観光地のリゾートバイトで生活するシニアが増えています。半年間ほどの短期が主流で、調理補助や接客、清掃など経験や体力に応じた選択肢が豊富、まかないや寮の利用で食費・住居費を節約可能です。休日には観光や温泉めぐりを楽しむ、半分旅の働き方が人気です。老後の隠居などまだ先のこと。貴重な戦力として社会に貢献しています。



井戸端会議でも使える **ネタ話**

今月のネタ話：【ショート動画が「考える力」を静かに奪っていく】

隙間時間に、つつい手が伸びるショート動画。しかしその行動が、知らぬ間に「大人の集中力」を削っている可能性があります。オーストラリアのグリフィス大学が約10万人を対象に行った調査で、ショート動画の



視聴は注意力や自制心に明らかな負の影響を与えることが分かりました。次々と現れる「即座の快楽」に脳が慣れると、読書や複雑な課題解決といった持続的な忍耐を要する活動への適応力が低下するというのです。興味深いのは、この影響が若者だけでなく成人にも等しく現れる点。ベテランの脳であっても、アルゴリズムが仕掛ける「無限スクロール」の魔力には抗えないというわけです。「最近、腰を据えて考えるのが億劫だ」と感じたら、それは加齢のせいではなく、数秒間の刺激に脳がジャック

されているサインかもしれません。効率を追求する現代において、あえてスワイプの手を止めることは、自身の思考の深さを守るための知的な自衛手段になり得るか——。みなさんはどう思いますか？

意外に知らない **暦の話**

6月11日は「雨漏り点検の日」。この日が暦の上で梅雨入りを意味する雑節「入梅」にあたる年が多いことから、全国雨漏り検査協会が制定しました。本格的な雨の季節を前に、とりわけ古い家屋で心配なのが雨漏りかもしれません。ただ用心しなければならないのが「屋根工事の点検商法」。国民生活センターによれば「近所で行う工事のあいさつに来た」などと言って突然やってきた業者が「屋根瓦がずれているから」と言って、点検した後に「このままだと雨漏りする」「瓦が飛んでご近所にも迷惑がかかる」などと不安をあおり、工事の契約を迫る手口が全国的に増えているのだとか。記念日には大雨に備えて住宅のメンテナンスを心がけたいものです。ただシラブルに巻き込まれないためにも「見知らぬ業者に安易に点検させない」「工事はすぐに契約しない」「不安を感じたら消費生活センターへ相談」を忘れずに、信頼のおける専門業者をお願いするようにしましょう！

気軽に **Let's 英会話**

今月のキーワード：【alert】

5月から防災気象情報が変わり、警報に「警戒レベル」が付記されます。一目で分かる表示はいいですね。「気象警報」は“weather alert”です。「ウエザー」も「アラート」も日本語で見聞きする言葉ですね。“alert”は形容詞では「油断のない・注意を払う・機敏な」などの意味があり、“An alert guard stopped the robbers.”は「警戒していた警備員が強盗を止めた」、「Stay alert when you drive!」「運転中は注意して!」、「He's an alert baby!」「敏感な赤ちゃんだ!」のように使います。

も重宝します。面)を作りたいたきにドで萌え断(映える断ります。フルーツサン驚くほど美しく仕上がります。面がみてください。断面から一気に押し切ってンと張った裁縫糸で上れてしまうものは、ピキなど包丁で切ると潰熟れたアボカド、ケイゆで卵やチーズ、よく

