心あったかニュース

元気な県民は？

元気という言葉を聞かなくなったな～と思っていたら、元気な県のランキングがありましたので、ご紹介します。ダイアモンドオンラインより

一般社団法人日本リカバリー協会が全国の男女１０万人を対象に行った『ココロの体力測定２０２０』　疲労項目に「ほとんどなかった」と回答した方を元気な人、「ときどきあった」と回答した方を疲れている人、「しばしばあった」「ほとんどいつもあった」と回答した方を慢性的に疲れている人として定義し、その上で『元気な人」の割合を都道府県ごとに集計して、ランキングを作成。

元気な人が多い県男性の部は一位和歌山県、二位徳島県、三位が以外に東京都でした。女性の部では、一位和歌山県、二位滋賀県、三位大分県です。男女共に元気がある和歌山県すごいですね。ランキングを見ていると、都会だからストレスという感じもうけませんでした。

年代別にすると、６０代が最も元気で、２０代、３０代が元気がないということでした。大事なのは、疲れている時のリフレッシュということで、スポーツで体を動かすことだけでなく、自然に触れたり、仕事以外でのリフレッシュも大事なようです。身近な６０代の人がいたら、メンタルの強さの秘訣を聞いてみるといいかもしれないと思いました。

コロナ禍で頑張る企業

無農薬の食用バラを栽培し、飲食店向け販売や加工食品、化粧品の販売等を行っている六次産業農家ＲＯＳＥＬＡＢＯ。飲食店の営業自粛で食用バラの取扱いがキャンセルとなってしまい行き先のない美しいバラを見ながら、破棄を考えましたが、捨てることは大変心苦しく思っていたそうです。「この食用バラで社会のためになる商品を作ろう！」と考え『ローズバリアスプレー』の開発に至ったそうです。

バラから抽出したローズ水とローズエキスをたっぷり配合したスプレーは、手指を乾燥による荒れから守り、うるおいを保ちサトウキビ由来のエタノールを配合しているので、マスクや衣類、寝具にも使用できるそうです。（日本政策金融公庫より）

編集後記

元気な人を見ると、元気がでてきます。元気は自分だけのためともいえないものだと思いました。バラの香りでもリフレッシュできそうですし、お散歩に行って、太陽に当たってみると、春を感じて気持ちが明るくなってきます。頑張っている人達を知ることでも、元気がでてきますね。