

在宅勤務・リモートワークは**快適**ですか？家だとなんかダラリとしてしま
う？リモートワークに必要な
3アイテムをご紹介します！

「リモートワーク」「在宅勤務」という言葉は、一般的なサラリーマンであればあるほど「無縁」の言葉だったと思います。「いつまで家にいるの？」と同じく自宅待機中の子供達からの心ない一言に涙を滲ませるお父さんもいるようです。

とはいえ、こんな状況なので自分をどう変化させるか？が大事です。そこで環境を変える第一歩として、揃えておきたい3つのアイテムをご紹介しますね。

「①いい椅子」「②いい机」「③LEDミラー」…えっ！③番はなんですか？という声が聞こえてきそうですが、実はとても重要なアイテムなんです。なぜでしょうか？せっかくなので順番に解説していきます。まず「椅子」これはオフィスにしようが、自宅だろうがとにかく大事！自宅の椅子もこだわって、腰への負担、



首・肩への負担。更に業務への集中力の向上。それが椅子への投資で「座っていることが心地良い」という負担の少ない環境になります。机もそうですね。必要十分なスペースは必要です。最後にLEDミラー…何故でしょうか？それは「**オンライン会議**」の為です。元気がない、ヤツ

れた顔が相手の画面に映ります。芸能人…とまではないですが、特に顧客との会議ではLEDミラーは最適！表情を確認し、LEDライトで健康なお肌の色へ！相手も安心すること間違いなしですね。

在宅ワークで眠くなった時に
試してみたい当たり前の「10
秒ワーク」を一つ伝授。

「**窓を開けて換気**…」たったこれだけ？はい、たったこれだけです。これはCO2濃度に関係しているのですが、濃度1,500ppmを超えると一気に集中力がなくなります。「換気」するだけで400~600ppmに下がり集中力は元通り。オフィスでは一定のルールがあり換気されていますが、自宅はそうではない場合も多いので、集中力が切れそうな時は「パツと換気」を習慣にしましょう。

飲めるくらい安全な除菌消
臭水:次亜塩素酸水(弱酸
性)を使ってみました。

除菌と耳にすると「アルコール消毒」を思い浮かべてしまいます。子供の頃の注射の影響でしょうか？

子供の誕生以降6年以上これを使っていますが、アルコールの様に手荒れもなく、ジェルの様にベタベタせず、子供が誤飲しても大事には至らないというスグレモノ。また「ウイルス除去」「アレルゲン除去」「空間消臭」などコロナがまん延する現状では大活躍中。形状は、スプレータイプや、機内持ち運びタイプ、加湿用ミスト発生器など、生活の至るところで空気の最適化に役立っています。

ただ**次亜塩素酸水**と**次亜塩素酸ナトリウム**は**効果は似ていますが別物ですので、中途半端な知識で家庭用に配合などしないように注意**して下さいね。しっかりコロナを予防しましょう！



マスク生活で不便なこと…

110
ONE-TEN

今プレゼントで一番喜ばれる「ギフト・品物」って何かご存知ですか？はい、その通りです。「マスク」ですね。日本や香港では中国製のマスクが流通を始めています。1枚50円くらいでしょうか。それでもコロナを防ぐ or 拡散しない為には必要不可欠です。ただ、、、そんな大事なマスクにど〜しても不満があります。それはアイフォンのセキュリティー解除…指紋認証であればマスクに無関係ですが、顔認証だとストレスですね。最近スマホを投げ捨てたい感情に支配されることがあります。

香港、シンガポール、日本、アメリカなど各国の保険事情に精通。「出口戦略」を意識した資産運用提案が得意。



Insurance110 Director 才田 弘一郎