

お久しぶりに HAKOBIYA 通信をお届けいたします。
夏が終わったと思ったら、雨ばかりの日が続きようやくそれも落ち着いたかと思ったら急に寒くなってしまい一気に冬の感じ。なんだか今年は秋がなかったような気がしています。これから年末に向けて慌ただしい時期となりますが、お身体をご自愛されて風邪など引かれませんかようお気を付け下さい。

有限会社美栗陸送 代表取締役 栗本佳孝

先日、堀江貴文氏（通称：ホリエモン）のセミナーに行ってきました。
一言で感想を言うとすれば「さすがだな～」と感心するばかりの内容でした。階段を駆け足で昇りすぎ「出る杭は打たれる」ではないですがその象徴のような感じがします。それでも全てが経験。堀江さんのすごいところは情報を収集する仕組みが物凄く長けている点だと感じました。今の時代は情報が溢れていて誰でも手軽にその情報にアクセスすることができる。だから「アイデア」はものすごく価値が低く、そのアイデアを現実化する者が生き残っていくという話はとても印象的でした。
現実化するため、起業するため、新しいことにチャレンジするために「自己資金」が必要と考えるのは今の時代に合っていない。「自己資金」がなくても現実化できる方法はすでに備わっているからその仕組みに乗っかり世の中のスピードについていく。



堀江さんは数年先を見据えている。けれど予知能力があるのではなく現在の情報を見てみるとおのずと先の事は予測できるという。これからは「健康」がキーワードになるそうです。確かに健康保険制度が高齢化社会で破たんするであろうことは予測できるし「予防医学」の分野が注目されてくると思います。日本は皆保険制度で病気になっても安い金額で治療が受けられる。だからほとんどの人が病気になってから病院に行きます。病気にならないための対策を取っていないとも言えま

す。ビジネスパーソンは「身体」が資本です。病気になって寝たきりで長生きするのがいいですか？それとも健康で寿命までバリバリ働いていたいですか？私は働くことが好きなので断然後者です。実際に「予防医学」体のメンテナンスにお金を使っています。おかげで数年前よりものすごく健康になりました。皆さんもご自身のお体の事を大切にしてください。



11月になり、日照時間が減って夏季に比べ暗い中の走行が多くなってきます。夜間はスピードを出しがちになるうえ、危険の発見も遅れがちになり昼間に比べて事故が発生しやすくなっています。そこで今回は夜間の危険性と安全走行のポイントを纏めてみました。

何故、夜間に死亡事故が起こりやすい？

・速度を出してしまう

夜間は交通量も少なく走行速度を実際よりも遅く感じることもあり、速度が出がちになります。もし衝突したときの衝撃力は速度の二乗に比例するので(速度二倍で衝撃力4倍)速度が出れば出るほど重大事故につながってしまいます。

・速度、距離の感覚が狂う

夜間は自分のヘッドライト、対向車のヘッドライト等でしか判断できません。しかし、昼間と違い周囲が良く見えないので比較対象がどうしても少なくなり判断を誤りやすく、重大事故につながってしまいます。

・危険の発見が遅れる

夜間は周囲が暗く基本的に自車のヘッドライトと街灯などを頼ることになり歩行者や無灯火の自転車などの発見が遅れます。中でも黒っぽい地味な服装だと発見が遅れやすく直前になって気づき慌てて回避行動をしても間に合わないことが少なくありません。

夜間走行のポイント

・状況に応じヘッドライトの切り替えを多用する

基本的には夜間は自車のヘッドライトだけが頼りです。ヘッドライトの照射範囲はハイビームで約100m、ロービームで約40mです。時速60キロ走行だと危険を発見してから急停車までに約44m必要ですので間に合いません。

夜間走行時には状況に応じたヘッドライトの使い分けが必要です。

・対向車のヘッドライトに惑わされない

対向車のヘッドライトを直接目に受けるとまぶしさで何も見えない状態になり、眩惑という状態になります。こうなると視力回復までに3~10秒かかるといわれ、大変危険な状態になります。対向車のライトがまぶしく感じたら視線をずらし眩惑されるのを防ぎましょう。

夜間運転での速度や距離などへの判断に気をつけ、ゆっくり無理をせず安全に行動するのが一番です。

今回のおススメ本



セミナーに行ってきたこともありホリエモンの本を紹介したいと思います。皆さんは、身体を鍛えていますか？例えばスポーツジムに通ったりしていますか？有名人の多くが体を鍛えていることはご存知の方も多いと思います。筋肉は60歳70歳80歳でも鍛えれば成長するそうです。ただし多くの人が老化とともに体を動かさなくなるので筋肉が衰退してさらに動きづらくなる負のスパイラルに入っていきます。まず簡単に誰でもできるのは、歯医者に行くことです。虫歯になったら行くところだと思っている人が多いのですが口は食べ物が入り口です。まずは口内が健康でないと悪いものが全身に回ってしまいます。分かりやすく解説してあり読みやすいのでお勧めです。