



希望記事

●0〜1歳位の赤ちゃんの子育て。現在まさにイクメンとして実践していますが、ハイハイや立って歩き回る時期は夫婦ともに大変だと思います。何かアドバイスの記事があると嬉しいです。

今ではそこかしこで姿を見かけるようになった「イクメン」。とは言っても、初めての子育て、特に乳幼児のうちは大変でしょう。来年度の企画の際、掲載を検討してみたいと思います。

●定年まで数年を残し、定年後の夫婦の在り方、関係性について関心が高まってきました。

●子供が巣立ったあと定年までのプランや生き方、注意点、隙間時間の記事を取り上げてほしいです。

すべてが子ども中心だった生活から夫婦二人の生活になると、途端にすることがなくなったり、話すことがなくなったりとならないようにしたいものです。夫婦関係については、2010年10月号、12月号で連載した小林美智子さんの『老後に差がつく…妻の愛し方』『老後に差がつく…夫との接し方』もご参考に、早めの対策をお勧めします。

●退職後の活動として、傾聴ボランティアにとても興味があります。一方、いのちの電話の相談ボランティアが不足しているとのニュースを観て、どんな活動なのか、知りたいと思いました。取材していただくと嬉しいです。

いずれもUseful Lifeのコナーにおいて、2007年6月号では『傾聴ボランティア活動を通して社会貢献を』、2008年2月号では『自殺防止のボランティアは究極のおせっかい集団』、2012年7月号では『チャイルドラインから始めてみませんか？——「子どもの話をまるごと受け

とめる」から「子どもの話を聴くことができるおとなを増やす」へ』と、傾聴ボランティアやいのちの電話のボランティア活動に関わっている方の記事を掲載しています。ただし、掲載から時間が経っていますので、最近の動向も含めた記事の掲載について検討してみたいと思います。

●退職金の運用方法について、専門家などの意見を聞きたい。

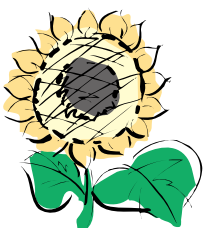
今号のエコノミー『退職手当』の今後の見通しと管理と備え』がご参考になれば幸いです。

●はじめはお互い知らない同士で、それぞれ思い思いにこつそりと楽しんでいた楽器演奏経験者が、何かをきっかけに集まるようになってバンドを組み、その演奏活動の延長として施設をボランティア訪問されている事例などあれば、ご紹介願えれば幸いです。

趣味から社会活動にスムーズに入っていく、良い例ですね。読者の方でこのような例をご存じの方がいらっしゃれば、ぜひご一報ください。

●ストレスを減らし、逆境にも立ち向かえる方法を教えてほしい。逆境を乗り越えやすいタイプの人は楽観的で、目の前の取り組んでいることをコツコツ練習することで自分の成長を認識できること、感情を出しすぎずコントロールできること（失敗したときなどいちいち感情を出していると疲れやすくなるため）、自分を信じられることなどがそうです。これはサラリーマンである公務員にも大変役に立ちそうです。

何かと生きにくい世の中を乗り越えていくためには、いろんな方法を参考にしたところですね。



その他ご意見

●平木典子さんのアサーションのお話は、びっくりしました（私の見識が浅すぎるのですが…）。ずっと悩んでいた「自尊心が低いのはなぜか？」という問いに解決を示してくれました。早速図書館から関連本を借り、読んでいます。「自分を大事にして、他人のせいにはない考え方！」すごいです。そうなれるよう、挑戦していきたいと思えます。これからも、このような目からうろこの情報をお願いします。

●今回の「アサーション…」はとくと拝読いたしました。後は本を購読してください。というような終わり方のように感じました。紙数の関係で仕方がないのかもしれませんが、なるほど、というような感じの終わりかたであってほしかったです。

今回初めて掲載した「アサーション・トレーニング」の記事。その考え方には多くの発見があったように思います。この記事を書きかけに、興味を深めていただければ幸いです。また、辛口のご意見も参考とさせていただきます。

●ロバート キャンベルさんの「飽くなき探求と淘汰の先に」がとてもよかったです。テレビなどでも拝見し、物知りで日本人以上に日本のこと、また日本語も知っている米国人ということは存じていましたが、そこにいたるまでの凡人離れた探求心と実際の探求の深さ、知的好奇心のレベルの高さに圧倒され感動しました。日本人として再確認すべきことを教えられた想いです。大変ためになるインタビュー記事でした。

日本人としてあまりにも当たり前に感じていることを「言挙げ」^{ことあげ}して再認識してみる…グローバル化が進む中で、必要なことだと感じました。

●「共済年金の今後の見通しと備え」を興味深く読みました。40代くらいからは、こういふ方面にも関心が出てくるものだとちょっぴり悲しくもあり…。

若い頃は関心がなかった年金について気になり出すと、定年や老後といったことが現実味を帯びてきますよね。

●去る3月、退職される先輩方をお送りしました。自分の番も7年後という状況で、現役中に精一杯奉職すると同時に、退職に向けた準備も気になりはじめました。貴紙を十分に活用し、悔いのない公務員生活を送りたいと考えている今日この頃です。

今のうちから退職後を意識して準備をされているとはすばらしいですね。そして何より「悔いのない公務員生活」を送ろうとされていることが、充実した定年後につながってくるような気がします。

●毎号、充実した紙面で大変勉強になります。普段、雑誌なら昼休みの15分くらいで読んでしまうのですが、ALPSは考えさせられることが多くて一記事15分は考えているように思います。編集者のみなさまの今後のご活躍をお祈りしております。

真剣に読んでいただき、ありがとうございます！皆さまのライブプランに少しでもお役に立てるような記事を今後ともお届けしていきたいと思えます。どうぞよろしくお祈りします。

通信員からの評価が高かった記事

当誌では、通信員の方に毎号、各記事について「とても良かった」「良かった」「ふつう」「あまり良くなかった」「良くなかった」の5段階評価をいただいています。ここでは「とても良かった」「良かった」の評価が多かった記事をベスト3までご紹介します。

●1位…Health

第二の国民病「肝臓病」——原因は、お酒だと思ったら大間違い 江口有一郎

●2位…Interview

ロバート キャンベルさん 飽くなき探求と淘汰の先に

●3位…Communication

アサーション・トレーニング——自他尊重のコミュニケーションとは 平木典子