

## 人間性が高い人の特徴とは？人間性を養う5つの「日常の心得」

## ■人間性とは、人間らしさや人間の本質のこと

人間性とは、簡単に言うと「人間らしさ」や「人間としての本質・本性」のこと。

似た言葉に「人間力」がありますが、こちらは「自立した一人の人間として力強く生きていくための総合的な力」を指します。これに対し、本質・本性を示す「人間性」という言葉からは、「人間が生まれつき備えている特性の性質」との意味合いが強く感じられます。人間であれば、どんな人にも必ず備わっている特性であると、理解しておきましょう。

## ■人間性が高い人の特徴とは？

## 1.相手の立場に立って考えられる

相手の立場に立って考えることができる人。言い換えれば「思いやりのある人」ということでしょう。

もし自分が相手の立場だったら、どんな気持ちになるか。何をされたら嫌だと思うだろうか？反対に、何をしてもらったらうれしいだろうか？—そうしたことに、いつも思いを馳せることができるのが「思いやりのある人」でしょう。

それは他の動物にはない、人間のみに与えられた大切な能力なのです。

## 2.感謝の気持ちを忘れない

「感謝」というのも、人間特有の心のはたらきといえます。

「ありがたい（有り難い）」とは、「そのように有ることが難しい」という意味です。それは「当たり前ではない」ということでしょう。

あれがない、これがないと「足りないもの」を数え上げればきりがなく、そうするほどに心はすさんでいくようです。それとは対照的に自分に与えられた環境、誰かが自分のためにしてくれたことなど、何事に対しても「ありがたい」という感謝の気持ちで受け止める人は、すばらしい人間性の持ち主と言えるのではないのでしょうか。

## 3.責任感がある

仕事を任せたら、誠実にやり遂げてくれる人。周囲に対して常に目を配り、必要とあらば「誰の仕事でもないけれど、誰かがやらなければならない仕事」にも率先して取り組もうとする人…。私たちはそんな人に信頼を寄せ、安心感を抱くでしょう。そのポイントは責任感です。私たちの社会生活は、責任感のある人に支えられてこそ、うまく機能するのです。

## 4.向上心がある

仕事ができる人が、現状に甘んじることなく努力を続けている姿。年齢を重ねた人が、なお生き生きとして新しいことを学び取ろうとしている姿…。そのような姿を「素敵だな」と思いませんか？

常に向上心を持って、謙虚に努力を続けることができる人。それもまた、豊かな人間性の持ち主の特徴です。

## 5.周囲から信頼されている

「思いやり」や「感謝」の気持ちを忘れず、「責任感」や「向上心」を兼ね備えた人の周囲には、温かい人間関係が広がっていきます。周囲から集まる信頼は「人間性の豊かな人」の証と言えるでしょう。

## 6.マナーや礼儀を理解している

マナーや礼儀とは「形式だけで意味のないこと」ではありません。私たちの社会生活や人間関係を円滑にする上で合理的であるからこそ、生まれたものです。

その行為に込められた本来の意味をきちんと理解しており、特に「相手の人格を認め、相手に対する尊敬や感謝の気持ち」を大切にしている人のふるまいには、どこことなく安心が感じられるはずです。

## 7.約束を守る

仕事の期日から日常の口約束まで、どんな約束でも守ること。それは当たり前のようではありますが、どんなに小さなこともおろそかにしない人は、やはり安心感がありますよね。

周囲に安心をもたらすことができる人は、豊かな人間性の持ち主と言えるでしょう。

### 8.感情の起伏が緩やか

日常生活の中では、意見の衝突をはじめとして「自分の思うようにならないこと」も起こるものです。

豊かな人間性の持ち主は、そんなイライラ、ギスギスしてしまうような場面でも、感情を波立たせることはありません。そうして事態を穏やかに受け止め、冷静に解決の手がかりを探ろうとします。

日々、どのようなことを心がけるか。その1日の積み重ねが、私たちの人生を作り上げていきます。

デジタル化社会による人間性の喪失が懸念されています。それは新型コロナウイルスの感染拡大によって拍車をかける形になりました。リモートワークによりデジタル化が加速し、人とのつながりが希薄になった昨今 社員間・お客様との継続的な関係を築くために必要なコミュニケーションがこれまで以上に重要になってきます。人間力を高め人生を豊かなものにしていきましょう！

ニューモラルブックストアより

### ふるさとのちまき

みなさんは“ちまき”と聞くとどのようなものをイメージされますか？

私はもち米や米粉などにあんこを入れて笹の葉で包んで蒸したもの、もしくはおこわを笹の葉で包んだものをイメージしました。最近無性に甘い“ちまき”が食べたかった所、会社のある伊達地区で昔から今時期に食べる風習のあるもち米を笹の葉で包んだ手作り“ちまき”を頂きました。味付けがされていないので、きな粉を付けて食べるようです。県北地方に伝わる郷土料理。全国的に“ちまき”と言うと東西でイメージが異なるようです。福島市のWEBサイトを見ると作り方が載っていました。



1. もち米をよくといて、ザルにあげて水を切る。
2. 笹の葉1枚を三角錐になるように丸めて、もち米をつめる。
3. もう一枚の笹の葉を上からかぶせて、蓋をするように包む。
4. 3をい草でしばる。(い草の先を抑え、三角を巻いて、しっかりと結ぶ)
5. 4を一晩水につけておく(全体が水をかぶるように)
6. たっぷりの水でゆでる(50分~1時間)

家庭で作るには結構手間ひまがかかりそう！

私は初めて三角形の“ちまき”を見ました。朝ご飯や小腹が空いた時に丁度良い大きさで、腹持ちも良い。大変美味しく頂きました。

以前、岩手県で食べた郷土菓子“きんかもち”も食べたいな。地方によっては“かまもち”と言うらしい。

### 【お米の保存方法】夏の高温多湿から守るポイント

お米を保存するためには、温度と湿度を適切に保ち直射日光を避けることが大事です。夏は気温が高く雨期には湿度も上がるため、お米にとって快適ではありません。気温が20℃以上になると保存容器内に虫が発生しやすくなります。冷蔵庫は温度が10℃以下に設定されていますので、鮮度を保ちながら、虫やカビの発生を防ぐことができます。お米は野菜同様「生もの」ですので、冷蔵庫の中でも野菜室がお勧めです。

### お米の虫がわく理由

- ① 収穫時や農家で米粒の中に卵を産み付ける
- ② 精米会社にて、米を貯蔵している時に米粒の中に卵を産み付ける
- ③ 精米会社にて、精米するときに成虫が侵入  
お米の虫がわいてしまったら…

- ① 少しの虫であれば洗い流すだけでOK  
虫や痛んだお米は洗米する時に水に浮きやすいので、普段よりも多めの水でしっかり研げば大丈夫
- ② 酷い場合は“ふるい”にかける  
虫が多い場合は、目の粗い“ふるい”にかける。  
その後、直射日光の当たらない明るい場所に新聞紙を広げ、米を薄く敷き詰めて1時間程度置いておくと、虫が光を嫌がって逃げていきます。

※虫が発生した容器は、隅々までよく洗い日光に当てて消毒。空になったらつぎ足せず、都度容器を洗って太陽光で乾かすと、虫の発生はかなり防げます。

### 笹の葉とい草は洗っておく。1個につき2枚使う。

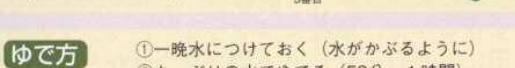
#### 巻き方

- ①もち米を良くといで
- ②ザルに上げて水を切る
- ③笹の葉をぐるっと図のように巻き、米を入れる
- ④もう一枚を上からかぶせる
- ⑤笹の太いほうから先にたたみ込む
- ⑥もう片方を前に持ってくる



#### ひものかけ方

- ①ひもの先を押えながら
- ②三角を巻くように
- ③しっかりと結ぶ



#### ゆで方

- ①一晩水につけておく(水がかぶるように)
- ②たっぷりの水でゆでる(50分~1時間)

きな粉をかけて食べる。