

今月のお悩み

ウザい人  
がいます



Profile 1940年静岡県生まれ。さまざまな職業を経て'76年に小説家デビュー、'80年に直木賞受賞。執筆の傍ら、テレビでも活躍。不登校児の支援など、社会的活動にも携わっている。

「せんさく好き」を、どうかわす？

K・Hさん (37歳)

接客の仕事をしているのですが、お客様のひとりに困った方が……。私のプライベートについて根掘り葉掘り聞いたり、共通の知人の悪口を言ったり。仕事上失礼なことではできないし、対応にいつも戸惑ってしまいます。

「記録ファイル」で  
相手の出方を予測！

関係を壊したくない相手への対応は、当たり障りなくかわすのが一番……と、言うは易いですが、実際には難しいですね。

そこで効果的なのが、「記録」。その人に聞かれたこと、興味を持つていそうなこと、その人自身の環境や趣味、人間関係などを書いてファイルにします。すると会話中も相手の話の「先読み」ができるようになり、落ち着いて答えられるようになります。

今月の

KAGEKI FASHION



鹿児島での一枚。大輪の花が咲くブラックのトップスにチヨーカー、まるでロッカーのようにCOOL!

カゲキ先生に相談したいお悩みはこちらへ！

【①氏名②掲載希望名③年齢④住所⑤電話番号⑥メールアドレス⑦お悩みの内容】を記載のうえ、下記の宛先までメールまたは郵便でお寄せください（電話またはメールで、お悩みに関する質問をさせていただくことがあります）。掲載された方には図書カード¥2,000分をプレゼントします。

【宛先】●メール kageki@karakoto.com ●郵便 〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-44-2 神田TNKビル5F からだにいいこと編集部「あたためるコトバ」係

悩めるあなた、丸ごと受け止めます！

# 志茂田景樹の 連載第4回 あたためるコトバ

Twitterでの人生相談が大反響の志茂田景樹先生が、読者のお悩みに答えます！

「愚痴の長文LINE」が  
毎日送られてきます

N・Sさん (44歳)

何気なくラインでつながった知人が、毎日長文ラインを送ってきます。あまり話したこともなかったのに、ラインだと突然の親友モードで、家庭や仕事の愚痴を延々と……。既読スルーにしても、止む気配がありません。どうすればいいのでしょうか？

愚痴を聞くのは  
時間のムダにならない  
実は他人の愚痴を聞くのって、決して損にはならないものなんです。

すよ。「こう考える人もいるのか」と視野が広がったり、「私が同じ立場なら、こうする」とシミュレーションしたり。人生勉強の、いい材料になるんです。  
それでも、読むのはウンザリですか？ それは、「返信しなきゃ」と思っているからです。そこは心配ご無用！ あなたの知人のようなタイプは、ただ思いを吐き出したいだけ。「既読」にさえなれば、目的は果たされています。意外と手のかからない人なんですよ。  
だからあなたはサラッと読むだけでOK。「読んでくれてる？」と聞かれても、「うん、大変ね」とシンプルに答えておけば十分です。

料理上手な同僚グループ。  
「お花見」が苦痛です

M・Tさん (47歳)

職場の同僚たちの「料理上手」ぶりが悩みです。というのも、実は私、料理が苦手。毎年のお花見では皆の手作りのごちそうがズラリと並ぶ中、私はビールを買ってしのいでいます。でも「作ってみなよ」と言われることもしばしばで……。毎年のお花見が、ユウウツでたまりません。

自分を変えるチャンスに  
してしましましょう！  
尻込みばかりせず、手作りしてしましましょう！ 人生、たまに

は人にあつと言わせなげや。  
味に自信がなくても、大丈夫。見た目で勝負すればいいのです。たとえば、クラッカーにチーズやアンチョビ、パプリカやバジルを飾ったカラフルなオードブルなんてどうですか？ 簡単でも、見栄えは抜群にステキです。  
料理の箱のラッピングにも凝ってみましょう。そうして、みんなの前でゆっくり開くと……ワーツと歓声が上がりますよ。  
これを機に「料理って面白いかも」と思えたらしめたものです。変化と成長があるほど、人生は豊かになるもの。自分の殻を破るチャンスに、ぜひトライしてみてください。