



ウェルビーイングな日々

no2

■某製菓会社のCM動画で「子どもは1日平均400回笑う、大人になると15回に減る」というくだりがありました。こんなにも差があるのかと驚きました。子どもは本当によく笑うのですね。

■大人になり、最近は笑うことも少なくなったと感じつつ、1日も短く感じるようになってきました。これは「ジャンーの法則」で納得しました。「歳を重ねるにつれて、自分の人生における1年の比率が小さくなるため、体感として1年が短く、時間が早く過ぎると感じる…」ということのようです。また、大人になると、いろいろ体験したことが積み重なり、日々の出来事に新鮮味がなくなることも関連があるようです。

■子どもは、「見るもの聞くものが初めてのことばかり」で、新しい出会いや新しい発見にワクワクして、コロコロ・ケラケラ笑いながら毎日を暮らしている。自分が子どもだったころもそうだったのかと想いを馳せながら、TVの子どもの笑顔に思わず微笑んでしまいます。笑顔のある生活は、きっと誰にとっても大切な時間であり、大切な願いだろうと思います。

