

# Weekly コラム

令和 5 年 9 月 19 日

〒541-0055 大阪府中央区船場中央 2-1

船場センタービル 4 号館 4 階

船場経済倶楽部

Tel 06-6261-8000

(NPO 法人 SKC 企業振興連盟協議会)

Fax 06-6261-6539

人の輪・衆智・繁栄

## 活動方針



当団体は、異なる業種の経営者が相集い、力を合わせ、自らの研鑽と親睦を通じて、斬新な経営感覚と新たな販売促進を創造して、メンバー同士でより健全な事業所とその事業所のイメージアップを図り、地域社会に貢献できる事業所となることを目的とする。

## スーパーエルニーニョ

梅雨の時期にはうつ病に悩まされる人が増える傾向にあります。長雨により湿度が高く、気温も上がってきているので蒸し暑く過ごしにくい日々が続きます。梅雨時期は気圧の変化が激しく自律神経が乱れてしまい体調が崩れやすくなる。日照時間の減少により、“メラトニン”や“セロトニン”などのホルモンの分泌量が減少し不眠やイライラしたりなどがうつ病の原因になると言われています。規則正しい生活や適度な運動で自律神経の乱れを防ぎ、就寝時間の1時間半～2時間前の入浴などが質の良い睡眠につながりやすいのでうつ病を防ぎましょう。

そして今年の夏はエルニーニョ現象が発生する可能性が非常に高いとのことでした。エルニーニョ現象とは太平洋赤道域の日付変更線付近から南米沿岸にかけての海面水温が平年より0.5度以上高くなり、その状態が1年程度続く現象です。

このエルニーニョ現象が発生すると大気にも影響を及ぼし世界各地で異常な天候が起こるとされています。南米などの地域では雨が多くなり、オーストラリア北部では干ばつや山火事が発生しやすくなります。

日本では夏にエルニーニョ現象が発生した場合、気温が下がり冷夏になりやすい、降水量が増え記録的な大雨となりやすいなどの影響が考えられ、特に西日本で影響が出やすい傾向にあります。

エルニーニョ現象のうち海面水温の上昇が1.5～2度以上高くなるなど、水温上昇が大きいものをスーパーエルニーニョと呼び、異常気象が発生する可能性が高くなります。最近では2015年～2016年にかけてスーパーエルニーニョが発生しています。

非常食やハザードマップの確認等、大雨に対する備えを見直しておきましょう。



記事の内容に関するお問い合わせは事務局までご連絡ください。

ウィークリーはメールでの配信も行っております。お手数ですが、「メール希望」・「配信停止希望」と件名にご入力の上、

skc-soudan@skc.ne.jp まで空メールをご送信ください。また、FAX ご不要の際は、その旨をお電話にてお申しつけください。