Manulife
マニュライフ生命

vol.10
April
2026

ちょこっと通信

あなたはどのタイプ？ 楽しく自己診断

あなたのやる気スイッチ

START

体を動かすのが好き
YES / NO

ゴールデンウィークの予定は？
未定 / 計画済み

突然気が変わることがある
YES / NO

旅行で気になるのは？
現地の天候 / 宿泊施設

転職で重視するのは？
勤務地 / 給与

好きなものは最後に食べる派？
NO / YES

快眠でスイッチオン

体調がいいとやる気がわくタイプ。モチベーションが下がっても、よく眠れば集中力が戻ってくるはず。

環境を変えると意欲up

環境が変わるとスイッチが入るタイプ。カフェで仕事をしたり、机の向きを変えるだけでも意欲的に！

ご褒美でやる気が上がる

楽しみがあれば頑張れるタイプ。タスク完了後のおやつや、週末のレジャーなどご褒美を用意して。

監修・文：森 冬生（占術家・心理テスト作家）

名前の由来 探検隊

「布団」それとも「蒲団」？

「春眠暁を覚えず」という言葉があり、春は睡眠にも快適な季節。そのお供に「フトン」は欠かせません。しかしこのフトン、漢字では「布団」と「蒲団」という2つの表記がありますが、その理由はご存知ですか？もともとの表記は「蒲団」。「蒲」は植物の「ガマ」のことで、「団」は「丸いもの」という意味。ガマの葉を編んで作った丸い敷物を指す言葉でした。江戸時代に綿入りの寝具としての「蒲団」が登場し、「布団」という表記が生まれたそうです。

誇れる!? 日本が世界一

世界で最も魅力的な国

2025年の年間訪日外国人旅行者数はおよそ4,268万人で過去最高を更新※。それを証明するかのように、大手旅行雑誌『コンデナスト・トラベラー』米国版（2025年10月発表）の読者投票で日本が“世界で最も魅力的な国”に3年連続で1位に！また、東京と京都が人口50万人以上の大都市部門で第1位、第2位に選出されています。

※日本政府観光局（JNTO）より

本紙掲載記事の無断転載・複写を禁じます。 編集・制作：港北メディアサービス

マニュライフ生命保険株式会社

マニュライフ生命コールセンター
0120-063-730
受付時間9:00～17:00（土日祝・12/31～1/3は除く）

本社：〒163-1430 東京都新宿区西新宿三丁目20番2号
東京オペラシティタワー30階
公式ウェブサイト：www.manulife.co.jp

●担当は