

DNA TRAITS
DNA MATRIX RESEARCH

HaploD



はじめに～ハプロDのトリセツ～

1 ハプロDってどんな人？

価値観・主義・大切にしていること
行動特性（進路／心が動く原理）

2 長所・強み

平和主義者

空気を読もうとする

柔軟性がある

サポート上手

手先が器用

失敗の研究者

我慢強い

3 短所・弱み

プライドが高い

傷つきやすい

空気を読みすぎる

人を傷つけやすい

忘れっぽい

情報収集が苦手

突然キレたようにみえる

4 人付き合い

傾向

注意点

解決法

5 結婚と育児

ハプロDと結婚

パートナーとの相性

親としてのハプロD

ハプロDの子供

6 仕事

ハプロDと仕事

ハプロDが上司の場合

ハプロDが部下の場合

ハプロDに向いている職業

ハプロDの有名人

ハプロDの歴史上の人物

おわりに

contents

はじめに～ハプロ D のトリセツ～



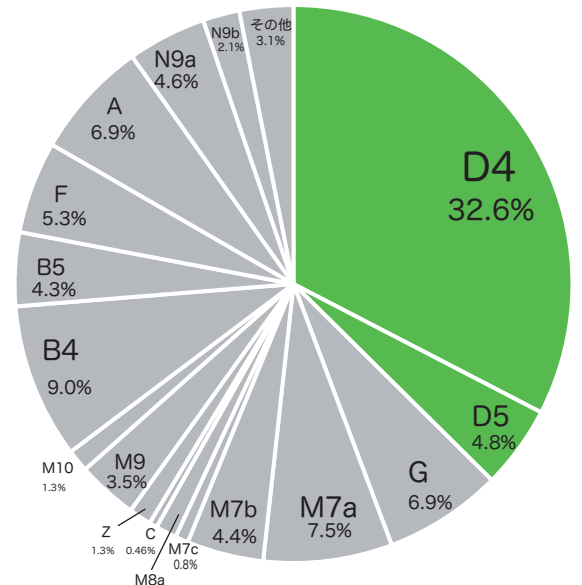
協調性を重視する平和主義者

01 ルーツと分布

「アジア弥生タイプ」の DNA。
現在の中国南部で「ハプロ M」から派生した繁殖型ハプロ。農耕文明によって定住生活が始まったことにより、広く分布したとされる。

日本に分布するハプロ D：
D、D4、D5

02 日本での割合 37%



日本を代表するハプロ

03 動物なら「ヒツジ」

集団行動が得意で強いリーダーにすべてを委ねる「ハプロ D」は、たとえるなら集団行動が得意な「ヒツジ」。

04 キャラクターなら「のび太くん&しずかちゃん」

依存は正義。「困ったときにはまず人に頼ろう」がモットー。追い詰められると活躍する。昼から風呂に入るきれい好き。

05 トリビア

集団生活が得意で、江戸時代の大奥を形成していた女性の多くが「ハプロ D」！「ハプロ D（特に D4a）」は、長寿の傾向があるという研究結果も。

PART 1

ハプロ D ってどんな人？

DNA タイプが違えば、生きている世界が違うようなものです。ハプロ D は、どんな世界観を持った人たちなのでしょう。PART1 では、ハプロ D の特徴的な性質を見ていきます。

価値観・主義・大切にしていること

1. 協調性は人として何よりも大事
2. 精神世界を愛する
3. 今を生きる

行動特性（進路／心が動く原理）

1. 異文化を好み、普通であることから脱却したい
2. 人は好きだが、過度な空気読みで疲れる
3. 内弁慶
4. 生涯学習者
5. 情報収集は信頼のおける人から
6. ボケよりもツッコミタイプ

価値観・主義・大切にしていること



1. 協調性は人として何よりも大事

ハプロ D は協調性を重視する傾向があり、自分の欲求を優先することに抵抗があります。

日本人の最大マジョリティであるハプロ D は、自分の感覚が常識的で正しいと思いやすく、協調性を欠く人を非難し、抜け駆けする人や不平等であることに対して不満を持ちやすい傾向があります。

2. 精神世界を愛する

ハプロ D は見えない世界への探究心が強い傾向があります。目に見える物質世界よりも、目に見えない精神世界への興味が強く、同じ思想・哲学を共有できる相手に強い繋がりを感じる傾向があります。

また、ハプロ D は人との「縁」を大切にし、「縁」に何かしらの意味を見出そうとします。



3. 今を生きる

ハプロ D は、過去でも未来でもなく、「今」に向き合う傾向があります。

ハプロ D にとって一番大切なのは、「今、この瞬間」です。過去の栄光やトラウマよりも「今」の自分を考えます。

また、将来設計や未来を考えるよりも「今」起きていることに集中したいと思います。逆に過去のことはあまり細かく覚えていなかったり、未来をイメージしたり想定したりするのが苦手な傾向があります。



行動特性（進路／心が動く原理）

1. 異文化を好み、普通であることから脱却したい

ハプロ D にはヨーロッパなどの異国の文化を好む傾向があります。他言語の習得や他文化への順応も早く、異文化交流を好みます。

日本人の最大マジョリティであるハプロ D は、自分自身の個性を感じづらく、破天荒で個性的であることに強い憧れを持っています。一方、自身を常識人だと思いう傾向があるので、自分とは感覚の違う人に「非常識」のレッテルを貼りやすい傾向もあります。





2. 人は好きだが、過度な空気読みで疲れる

ハプロ D は集団行動が得意で社交的です。しかし、初対面の相手やまだ関係性が築けていない相手に対しては、自分を飾って背伸びをしてしまい、疲れてしまいます。

気心の知れた仲間との時間の方が、素のままの自分でいられるので楽に感じます。

また、過度に空気を読む性質があるため、人間関係が面倒臭くなることも多いはずです。行きつけの店にしばらく行かなかったことを気まずく感じて、店の前を通れなくなるなんていうことも、ハプロ D にはよくあることかもしれません。

3. 内弁慶

ハプロ D は世間には常に良い顔をしておきたい反面、家族などの気の知れた相手には、強い態度に出る傾向があります。

初めは友人や恋人に対しても、遠慮がちで自己主張が弱い印象ですが、関係が深まるにつれて内弁慶な性質が出てきて自己主張も強くなり、強気な面が見えてきます。



4. 生涯学習者



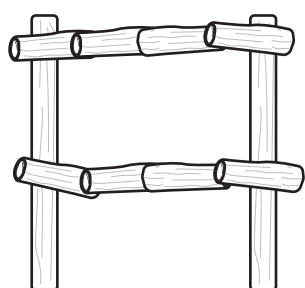
ハプロ D は学ぶことが好きです。何歳になっても学ぶことに刺激を感じます。高齢になってからでも新しく勉強を始め、資格取得にチャレンジしたりします。

就職や仕事のためなど、何か目的があって学び始めるというよりも、探求心から学びを始める傾向があります。

5. 情報収集は信頼のおける人から

ハプロ D は信頼する人からの情報は全面的に信じる傾向があります。情報収集が得意ではないため、特定の人からの情報に依存しがります。お酒のことはこの店員さんに、髪を切るならこの美容師さんに、子育ての相談はこのママ友になど、各分野の御意見番を決めて、その人たちからの情報に頼ります。

ハプロ D は断ることも苦手なので、お店に行くたびに信頼する店員さんのオススメを買わされるなんていうこともありがちです。



6. ボケよりもツッコミタイプ

ハプロ D は自分が冷やかされたり、ツッコまれたりするのが苦手ですが、他人にツッコミを入れることは好きです。実際にハプロ D の有名人にはお笑いコンビのツッコミ担当の方が多くいます。

一方、ハプロ M の有名人にはお笑いのボケ担当の方が多くいます。自分を常識的であると思っているハプロ D が、マイペースで我が道をいくハプロ M にツッコミを入れる構造が、日本のボケとツッコミのお笑い文化を作ったのかもしれない。

代表的なハプロ D とハプロ M のお笑いコンビ

くりいむしちゅー

●ツッコミ

上田晋也さんーハプロ D

●ボケ

有田哲平さんーハプロ M

爆笑問題

●ツッコミ

田中裕二さんーハプロ D

●ボケ

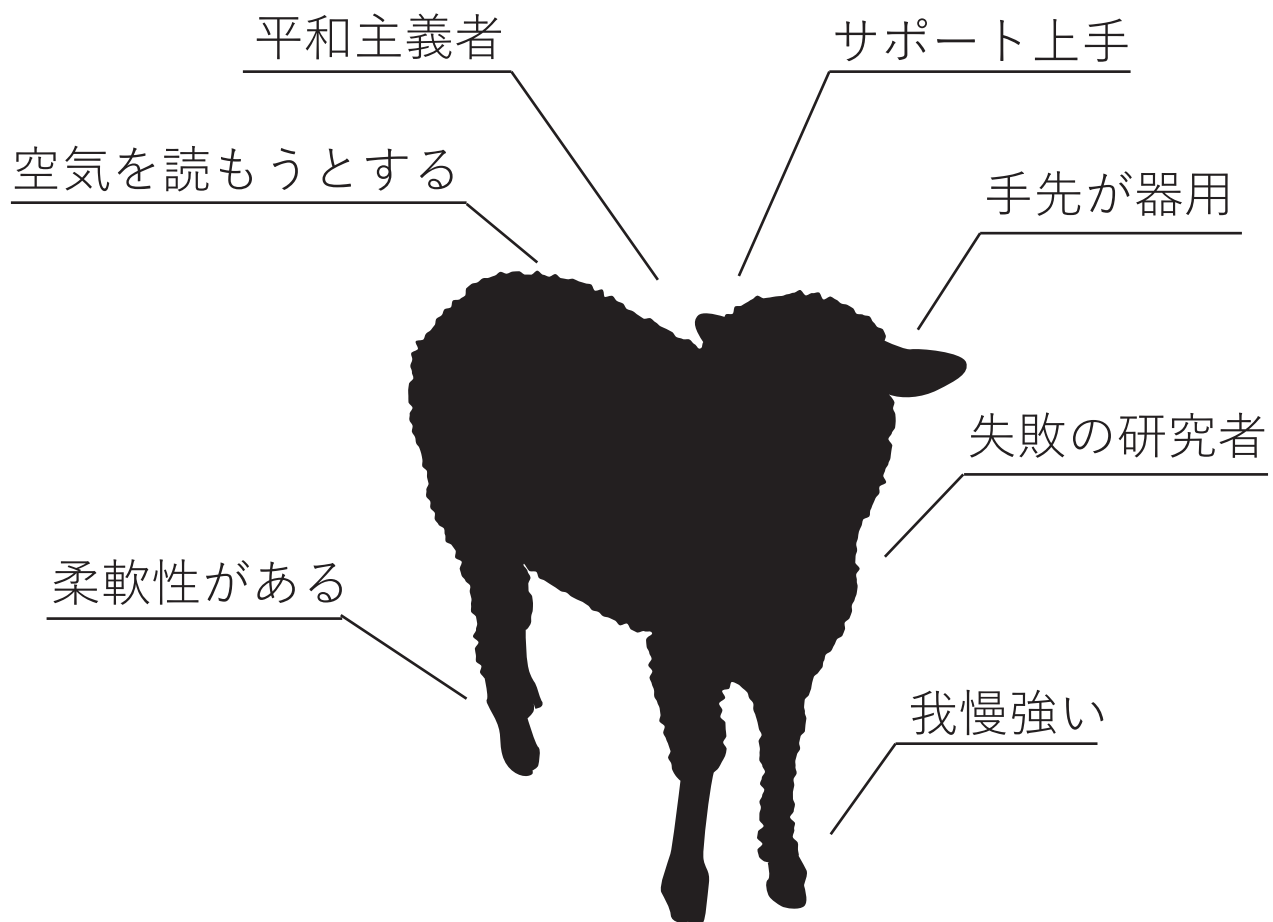
太田光さんーハプロ M



PART 2

長所・強み

とても素敵な個性の持ち主、ハプロ D。PART2 では、ハプロ D の長所・強みを見ていきます。素敵な個性を、是非人のために使ってください。





平和主義者

ハプロ D は平穏と安定を愛する、生まれながらの平和主義者です。争いを好まず、基本的に穏便にことが運ぶことを願います。

あえて人を挑発するようなこともしません。それゆえにトラブル対応などは苦手で、トラブルにきちんと向き合うことが難しく、放置して収集が大変になることもあります。



空気を読もうとする

ハプロ D は空気を読む能力に長けているので、他人の苦悩や不調にいち早く気が付くことができます。

はっきりとした物言いが苦手なので、自分の思いを遠回しに表現するコミュニケーションを好みます。相手の気持ちを汲み取り、言葉そのものよりも言葉の行間を読み、相手の真意を探ろうとします。

コミュニケーションの相手があっさりものが言えないタイプの場合は、「行間読み」は功を奏しますが、相手が比較的思っていることを言えるタイプだった場合は、単純にコミュニケーションを複雑にしてしまうことがあります。



柔軟性がある

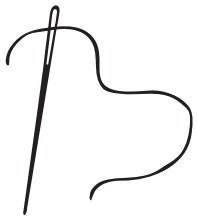
ハプロ D は「自己」を強く持たないため、周りに合わせて新しい環境に馴染むことを得意とします。シチュエーションや環境、置かれている立場に合わせて立ち回れることはお手の物です。ただ、周りに合わせ過ぎて疲れてしまうこともしばしば。



サポート上手

ハプロ D は誰かのサポートをするのが得意です。自分がリーダーとなって注目を浴びたり、グループの中心となって周囲を牽引したりするよりも、陰ながらリーダーを支える黒子の位置がしっくりとくるはずです。

ハプロ D は他人の目があると緊張して上手く力を発揮できません。注目を受けず、プレッシャーが少ないサポーターの位置にいる時に一番自然体で振る舞えて、持っている力を発揮することができます。



手先が器用

ハプロ D は手先が器用で、手芸やクラフトなどを趣味にしている人も多くいます。作品を SNS などで披露して、他人から評価されることも好きです。

また、プロ級の腕前でも職業にせず、趣味でとどめておく傾向があるのは、顧客への品質の保証や納品期日のない、ノン・ストレス、ノン・プレッシャーの範囲で楽しみたいと思っているからでしょう。



失敗の研究者

ハプロ D は失敗の研究者です。失敗が起きた時、ハプロ D は失敗の原因を追及します。そして同じ失敗を繰り返さないために根本的な原因を探り、再発防止に努めます。

原因を追求し過ぎて、問題解決よりも原因を作った犯人探しに意識がいき過ぎてしまうこともあります。



我慢強い

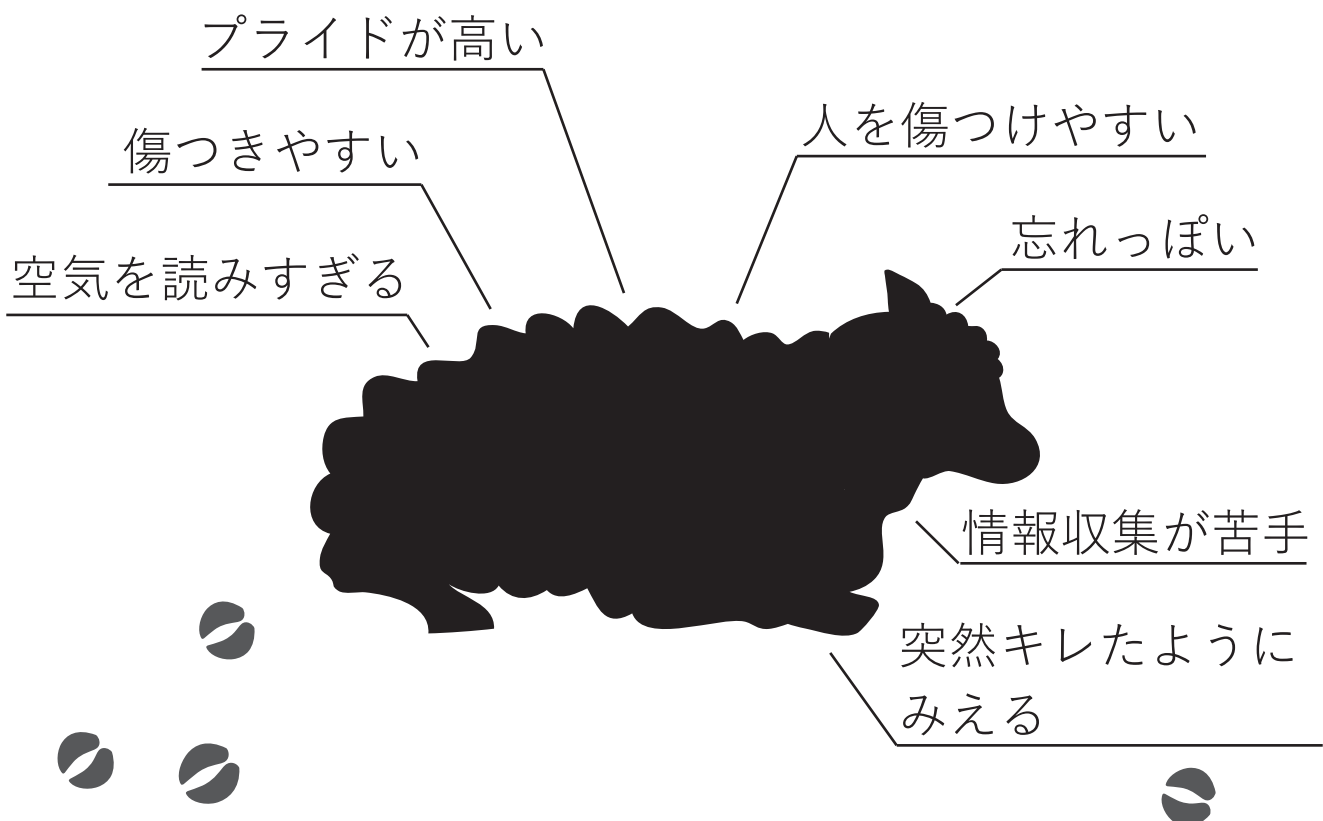
ハプロ D は我慢強い人が多く、自分がストレスを抱えていることにさえ気が付かないこともあります。

無意識のまま積みもり積もったストレスは当然限界値を迎えます。限界値を超えた時に、今まで溜め込んでいた不満や怒りが一気に噴出するので、周囲からは突然キレる人という印象を持たれることがあります。

PART 3

短所・弱み

長所と短所は表裏一体。PART3は、ハプロDの短所・弱みです。でも、心配しないで。日本人の63%の人たちが、ハプロDの凹の部分进行補う性質を持っています。感謝を忘れず、違うDNAタイプの人に安心して頼ってください。





プライドが高い

ハプロ D は柔和な印象がありますが、同時にプライドが高い傾向があります。

自分の心に余裕がある時は笑ってやり過ごせますが、自負することについてからかわれたり、否定されたりすると我慢ができません。他人にとっては意外なポイントで不機嫌になる印象を持たれているかもしれません。



傷つきやすい

ハプロ D は傷つきやすいため、一度でも無視されたり否定されたりすると、その相手に対して心の壁を作ってしまう傾向があります。思い込みの場合もあるので、相手にとっては理由なく、急に心を閉ざしたように見えてしまいます。

何か心に引っかかることがあったときは、一方的に心を閉ざす前に、一度相手と話してみるといいでしょう。ただの勘違いや誤解なのかもしれません。



空気を読みすぎる

ハプロ D は人とコミュニケーションを取る時、相手の顔色を見ます。自分の発言に対して相手はどんな表情をしているかなど、相手の発言よりも表情を重視する傾向があります。

空気を読むことで、言葉にできない相手の気持ちを察してあげられて功を奏することもあります。特に意図のない表情や言葉の意味を勝手に考えすぎて、右往左往することもあります。



人を傷つけやすい

プライドの高さと傷つきやすい性質から、ハプロ D は先に相手を傷つけてしまいがちです。普段は平和主義者で温厚なハプロ D ですが、相手の対応に敵意を感じたり、自分が軽んじられていると思うと、途端に攻撃的になることがあります。

相手に取り返しがつかないほどぞんざいな態度を取ってしまうこともあるので、一旦冷静になってからコミュニケーションをとることをお勧めします。



忘れっぽい

観たはずの映画のストーリーを覚えていない、料理の手順を何度見ても覚えられないなど、ハプロ D は記憶するのが苦手です。また、プレッシャーに弱いので、忘れてはいけない大事なもののほど忘れてしまう傾向もあります。

ハプロ D は自分の忘れっぽさを受け入れて、携帯電話のリマインダー機能を使ったり、周りの人にも声をかけてもらうように協力をお願いしたりするといいでしょう。

しかし、大好きな人と訪れた地や大切な人と一緒に体験したことなど、自分の感情が動いた出来事に関してはよく覚えている傾向があります。



情報収集が苦手

ハプロ D は情報を精査するのが苦手です。最初に目に入った情報を信じたり、信頼がおける人からの情報を鵜呑みにする傾向があります。後からより良い情報に出会って後悔しないようにするために、採用する情報が決まったら、それ以上は情報収集をしないようにする傾向もあります。



突然キレたようにみえる

ハプロ D は我慢強いために、我慢の限界を迎えた時には突然キレるという状態に陥ってしまいがちです。今までは「しょうがないか」「自分が我慢すれば」と許容してきたことも、信頼を裏切られたと感じたり、相手があまりにも自分勝手だと思ふことがきっかけになって、一挙に受け入れられなくなります。

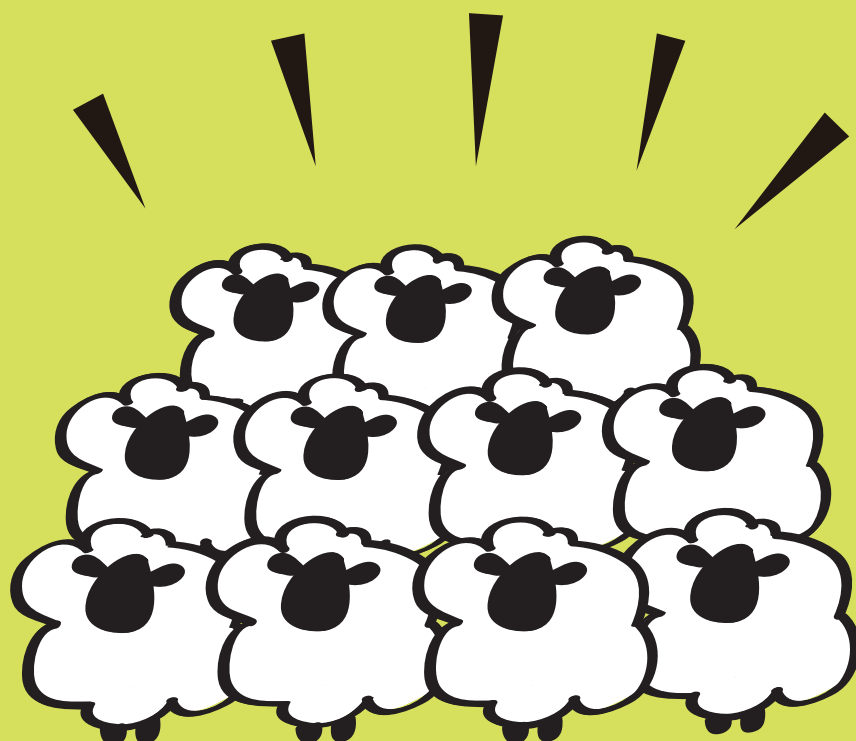
相手は、さっきまで友好的でニコニコしていた人が、突然キレ始めたように見えて何が起きているか分からない場合があります。そういうときでも、ハプロ D が自分の気持ちのメカニズムを知っておけば、後から冷静に自分の気持ちに何が起きたのかを相手に説明することができ、相互理解を深めやすくなるでしょう。

PART 4

人付き合い

ハプロごとに、人と付き合う時の距離感や心地いと感じる関係性まで違います。PART4 では、ハプロDの人との付き合い方を見ていきます。

1. 傾向
2. 注意点
3. 解決法



1. 傾向

ハプロ D は初対面で柔和で明るい印象を与えるので、友人作りには困りません。しかし、良い印象を与えたいと頑張り過ぎて、初対面の相手との交流は疲れてしまう傾向もあります。

ハプロ D は気心が知れるにつれて少しずつ素の自分を出せるようになりますが、最初の印象とのギャップに相手が戸惑うこともあります。

2. 注意点

「いつも知り合いはじめは良いのに、時間と共に人間関係が難しくなる」と思っているなら、あなた自身に原因があるのかも知れません。

ハプロ D は内弁慶な性質があるので、関係性が遠い相手にほど気を遣う傾向があります。遠い人に気を遣って、そのために近い人に無理や犠牲を強いてしまうことにさほど抵抗がありません。

付き合いが長くなれば気が置けない関係になるのは当然ですが、「親しき仲にも礼儀あり」という言葉は常に心に留めておきましょう。

3. 解決法

近い関係だから、大事な相手だからこそ、丁寧に対応することを心がけましょう。実際にいつもあなたを支えてくれているのは近くにいる人たちです。

しかし、この性質は良い面も持っています。ハプロ D は日本の最大マジョリティです。知らない人にも優しく親切に対応する日本人の印象はハプロ D の性質そのものと言って良いでしょう。

世界的にも評価される「親切な日本人」の性質は大事にしながら、身近な人にも感謝と丁寧な対応を心がければ、ハプロ D は益々魅力的になるでしょう。

PART 5

結婚と育児



人生のパートナーとは、誰もがいい関係を築きたいと思うもの。PART5では、ハプロDの結婚観や、4つのハプロとの相性、家庭でのあり方を見ていきます。あなたの夫婦生活、家庭生活が幸せ溢れるものになりますように。

1. ハプロDと結婚
2. パートナーとの相性
 - *ハプロDとハプロD
 - *ハプロDとハプロN
 - *ハプロDとハプロM
 - *ハプロDとハプロR
3. 親としてのハプロD
4. ハプロDの子供

1. ハプロ D と結婚

ハプロ D の女性は男性に守られることで安定します。一見か弱く見えるかもしれませんが、縁の下の力持ち的存在で家族をサポートします。

ハプロ D は、お出かけが好きで、家事はあまり好きではありません。

ハプロ D の女性は「永遠の女子」でいたいと思っています。いくつになっても夫に愛されたいし、女性らしくいたいのです。

家計や家の中の管理は苦手ですが、家族の趣向性を把握するのが得意で、子供の教育にも熱心な傾向があります。

ハプロ D の男性も受け身的性質は強いので、家庭を引っ張っていくというよりは配偶者や子供の希望・要望に合わせる方が性に合っています。

2. パートナーとの相性

DMR では自分にはないものを補完し合える存在として DNA マトリクス[®] 上で対極に位置するハプロを“相性の良いハプロ”としています。また、対極に位置していなくても、お互いのトレイツを知り、補完し合えればどのハプロ同士でも“良きパートナー”になれます。



ハプロ D とハプロ D



同じ性質を有するため、気は合うでしょう。共感もしやすく、子供の躾や教育方針などでは概ね意見が一致するため、比較的スムーズに物事が決められます。一方で同じハプロであるということは、得意なこと苦手なことも似ているので注意が必要です。

ハプロ D は自分の要望や気持ちをはっきりと言葉にするのが好きではありません。一方で、相手には言葉にしなくても自分の気持ちを汲み取ってほしいとも思っています。ハプロ D 同士の家庭においては、相手が自分の気持ちを察しないことにヤキモキしたり、はっきりと思っていることを伝え合わないので、誤解が生じたまま物事が進んでしまうことがあるでしょう。

ハプロ D はちょっとしたきっかけで大事なことも話せなくなる傾向にあります。「今忙しいから」と断われた場合や、相手の面倒くさそうな表情一つで心が閉じてしまいます。お互いにそういう性質を持っていることを認識し、大事な局面ではできるだけ言葉にすることを心掛け、お互いに話しやすい場作りができればコミュニケーション・トラブルも減るでしょう。

同じハプロを持つパートナーは、得意なことも苦手なことも同じです。苦手なことを押し付け合うのではなく、協力して行うように心掛ければ、お互いへの気遣いと協力体制が生まれて家庭運営は円滑に回ります。

また、家族の常識が世間の常識だと思わないように気を付けましょう。夫婦間のハプロが同じであれば、当然子供のハプロも、更には夫婦それぞれの両親のハプロも同じです。三世代が単一のハプロで構成されていることになります。単一のハプロの物差しを社会にも適応しようとする、トラブルの原因にもなりかねません。自分の家庭の常識で物事を見ていないかを一度立ち止まって考えると、社会的なお付き合いも益々上手くいくでしょう。



ハプロ D とハプロ N



DMR がオススメするハプロ D と相性の良いハプログループは「ハプロ N」です。

DNA マトリクス[®] 上でハプロ D の対極線上に存在するハプロ N は情報収集能力が高く、未来志向でリスク回避能力に長けています。情報収集と未来の想定が苦手なハプロ D にとって、ハプロ N はまさに弱点を補完してくれるパートナーです。しかしハプロ N にはリスクを考えすぎて行動力を欠く側面もあります。ハプロ D はそんな慎重すぎるハプロ N の姿を歯痒く思うかも知れませんが、威圧的にハプロ N のお尻を叩こうとするとハプロ N はどんどん気持ちを閉ざしてしまいます。ハプロ N は認められ、受け入れられていると感じる時に最も力を発揮します。歯痒く感じたときにはむしろ距離を持ち、待つ姿勢でしばらく見守ってあげましょう。

また、ハプロ N は弱き者に寄り添おうとする慈悲・慈愛の精神を持っているので、キャパ・オーバーを起こしやすいハプロ D が大変な時には精神的に支えてくれるでしょう。

自分にはない性質を持っている相手と組むことでお互いの弱みを補完し合い、立体的でバランスが取れた家庭が築けるはずですよ。





ハプロ D とハプロ M



ハプロ D はハプロ M から派生したため、視覚情報優位、感覚的、空気感でコミュニケーションをとるところなど、似ている性質も多々あります。しかし、物事の進め方や言語の使い方、人間関係の持ち方などにおいては大きく違いがあります。ハプロ M は未来志向で行動力があるため、先々の計画を立てるのが得意です。未来を想像するのが苦手で、受動的性質の強いハプロ D をグングン引っ張っていってくれます。

ハプロ M はざっくりとした言語と感覚で物事を進める性質があります。人類史においてハプロ M と長い時間を過ごしてきたハプロ D には、ハプロ M のざっくりとした言語を読み解き、言いたいことを空気感で読む能力が備わっています。感性と勢いで物事を推し進める M の隣でハプロ D は冷静沈着にせっせとその穴を埋めてフォローすることに努めると、物事が驚くほどにスピーディーに、かつミスなく進むでしょう。

ハプロ M には「やりたい事だけやる」という性質もあります。家事や子育てにおいても彼らがモチベーションの湧かないものをしてくれることはありません。しかし、ハプロ M のパートナーが好きそうなこと、得意そうなことを見極めて分担すれば自発的に、工夫をしながらこなしてくれるはずです。

細やかな気遣いの得意なハプロ D と行動力のあるハプロ M が協力すれば、堅実かつ活気がある魅力的な家庭を築く事ができます。



♡ ハプロ D とハプロ R

ハプロ D もハプロ R も同じ弥生タイプのハプロであるため、人との交流が好きな傾向にあります。自宅に誰かを招いたり、友人家庭と出かけたり、ハプロ D とハプロ R が構成する家庭は他人との交流の多い家庭でしょう。

夫婦間においては、ハプロ D が情報収集や記憶が苦手なのに対してハプロ R はデータ・ベース型です。どこかに出かける際も、ハプロ D が要望を伝えれば、情報サイトのレビューを見比べてベスト・プランを立ててくれます。一方でハプロ R は視覚情報をキャッチしづらい性質があるので、視覚情報優位のハプロ D が補ってあげられます。

ハプロ R は干渉を嫌うので、束縛のない自由な関係は築きやすいはずですが。逆に言えば、ハプロ R の人たちは個人主義で自由主義であるために、依存的で受け身な性質を持つハプロ D には少しつれなく感じることもあるかもしれません。

また、ハプロ D 同様、能動的な性格ではないため、家事や子育てなどの分担は予め話し合っておく方が良いでしょう。“言われていないから”という理由で一切やってくれないケースもあります。しかし、一旦自分の責任となれば真面目にこなしてくれるハプロ R です。細かいことまでルール化、明言化することがハプロ R と生活を一緒にする上では大切なことです。

また、ハプロ D が苦手とする、予約のキャンセルや企業へのクレームなど、社会的な対応はハプロ R には朝飯前です。内弁慶なハプロ D と外弁慶なハプロ R が協力することで、社会のパーツとしてバランスが取れた家庭を築くことができるでしょう。



3. 親としてのハプロ D

ハプロ D は、いくつになっても青春を生きているようなところがあります。子供とも、親子というよりは友人のような関係を築く傾向があります。子供とはお互いに束縛しないライトな関係を保つ傾向があります。

ハプロ D には家事が好きでない人が多く、子供に対しても世話を焼き過ぎることはありません。その分、子供も親の老後の面倒などに対する責任意識が薄く、親の扶養から外れた後は比較的自由に人生設計をします。特に長子は小さい頃から弟や妹の面倒を任せられるので、面倒見がよく一定の生活力が備わります。

ハプロ D は教育熱心ですが、勉強は学校や塾に任せる傾向があります。

ハプロ D は学校生活や社会のルールに対して、自分で必要かどうかを見極めたいと思う傾向があります。子供にもルールを守らせること自体よりも、そのルールを守る理由を理解させることに重きを置きます。物事のコンテクスト（理由や動機、物事の背景）を重視するハプロ D らしい教育方針と言えるでしょう。

4. ハプロ D の子供



ハプロ D の子供たちは家庭外では内気ですが、家庭内では活発で強気な部分も見せる内弁慶タイプです。家庭の内と外とで違う顔を持つため、「外面だけは良い」などと言われがちですが、どちらも本当の彼らです。

ハプロ D の子供は他人に対して自分の意見をはっきりと表現することに抵抗があり、家の外では大人のハプロ D と同様に、周りに気を遣って過ごしています。特に思春期には、その反動で家では反抗的な態度を取る事があります。家庭の外ではモジモジしがちですが、自分の意見を持っていないわけではありません。

基本的に温和で平和主義で争いを好まないのも、他人を押し除けてまで自己主張をすることや、他人を蹴落としてまでの成功を望みませんが、競争心が乏しく勝負に弱いように見えるかもしれませんが、大事な局面では自分をしっかり持って決断ができるので心配は要りません。

ハプロ D はシングルタスク派なので、たくさんのタスクを同意に処理するよりも、一つずつ、着実に終わらせることを好みます。勉強や習い事においても、一度に多くのことを詰め込むよりも、決まったりズムで持続的に向き合う方が得意です。親が子供を焦らせず、自分自身で学びや成長のペースを作らせる事が大事です。

PART 6

仕事

ハプロの特性を生かして仕事を進めれば、きっと高いパフォーマンスを発揮できます。PART6では、仕事モードのハプロDについて見ていきます。

1. ハプロDと仕事
2. ハプロDが上司の場合
3. ハプロDが部下の場合
4. ハプロDに向いている職業
5. ハプロDの有名人
6. ハプロDの歴史上の人物



1. ハプロ D と仕事

ハプロ D は、手先が器用でタスクを丁寧にこなすのが得意です。長時間の単純作業にも集中して取り組みます。

また、タスクを自分のペースでこなすことは得意ですが、プレッシャーに弱いため焦らされると失敗します。

学習が好きなので、自分の能力や知識を高められる仕事が好きで、何歳になっても新しい資格を目指すこともあります。拘束時間が長く、人と触れ合うことの多い看護や医療の分野にも向いています。

周囲と協働する能力も高く、江戸時代の大奥が多数のハプロ D の女性で構成されていたことは有名です。自己の欲求を優先しない性質から、社会のパーツとして機能することは得意ですが、周囲に同調圧力もかけやすいので、注意が必要です。

また、ハプロ D は物事の繋がりを見るのが得意なため、一つのタスクに付随した様々なことに気が付く能力があります。一方でマルチタスクや情報処理、時間内に仕事を終わらせることが苦手な傾向があります。作業をしながら芋づる式に色々

な事に気がついてしまい、あちこち手をつけている内に期日がきて、どのタスクも間に合っていないという事態に陥ることも。

また、ハプロ D は想定外の事が起きると頭が真っ白になります。特に素早い判断を要する場合、間違った行動を取ってしまう傾向があります。

ハプロ D は褒められることは好きですが、褒められると気持ちが高まってしまい、また次も上手くやらなければとプレッシャーに感じて、結果、パフォーマンスが落ちることがあります。

また、断れない性格のため、できないと分かっているながらも、頼まれた仕事はとりあえず請け負ってしまいます。

結局、周囲の迷惑になることもあるので、時には「できません」と断る勇気も必要でしょう。



2. ハプロ D が上司の場合

自分の上司がハプロ D の場合、その上司は TPO を重んじるタイプであることを覚えておきましょう。

もしその人があなたと仲が良く、二人きりの時には何を言っても許してくれる相手だったとしても、仕事上や他人の目がある場所では話が違います。同じような接し方をすればいつも許されていることでも、ハプロ D の上司を不快にさせてしまう可能性があります。

また、ハプロ D は他人に指摘したり、注意をするのが苦手です。伝えるときには意を決して伝えるため、言い方が必要以上にきつくなることもあります。

アジアタイプのハプロであるため、仕事はトップダウンで指示を出すものだと思っているので、部下から予想外の質問や反発を感じても、「こういうものだから」や「上の命令だから」とはっきりとした説明をしないまま、押し切ろうとする傾向もあります。



I'd like you to meet my boss.



3. ハプロ D が部下の場合

部下がハプロ D の場合、その人の能力とキャパ的に遂行可能な案件かを吟味して仕事を振りましょう。

” No.” と言えないハプロ D はとりあえず上司に命じられたことを請け負ってしまいます。自分で無理だと分かっているでもとりあえず「分かりました」「やってみます」と言ってしまうのがハプロ D です。蓋を開けてみたら、全く仕事が進んでいないということも。

また、ハプロ D が中間管理者である場合、その人に無理な仕事を任せると、さらにその部下に「上からの命令だから」と仕事を振って、知らないうちに現場に無理を強いてしまっている場合があります。気付いたら、現場の不満は中間管理者ではなく、最上部の責任者に向いているなんていうことも起こり得るので、注意が必要です。



I'd like to introduce you to our staff.

4. ハプロ D に向いている職業

ハプロ D に向いているのは、仕事に就きながらその分野の勉強や研究を続けられる学芸員や研究者、細やかな気遣いが要求される介護士や看護師です。また、情報をまとめて、誰もがわかりやすい形にコンテンツ化をすることも得意です。新しい技術の導入、商品開発などの分野でも才能を発揮します。

さらに、芸能界にもハプロ D の方がたくさんいる事が、最近のテレビ番組などの企画の DNA 検査の結果で分かってきています。

介護士



看護師



医者



教員



事務員



学芸員



歌手



タレント



芸人（ツッコミ）



コンテンツ作り



技術・商品の
アップグレード



5. ハプロ D の有名人



富野由悠季（機動戦士ガンダムシリーズの生みの親、アニメ監督）
知花くらら（ファッションモデル、元ミス日本）



忍足亜希子（女優）
日高光啓（AAA のメンバー）
熊倉悟（元 NHK アナウンサー）
井上聡（お笑いコンビ・次長課長：ツッコミ担当）



田中裕二（お笑い芸人・爆笑問題：ツッコミ担当）
高田延彦（タレント、元プロレスラー）
ベッキー（タレント）
藤森慎吾（お笑いコンビ・オリエンタルラジオ：ツッコミ担当）
大宮エリー（大宮恵里子）（映画監督、脚本家）
木曾さんちゅう（林賢一）（お笑い芸人・元 W コロン：ツッコミ担当）
タモリ（森田一義）（お笑いタレント）
山田優（ファッションモデル、女優）
山田親太郎（俳優、歌手、山田優の弟）
クリス松村（タレント、フィットネス・インストラクター）
壇蜜（タレント、女優、グラビアモデル）



浦田直也（歌手、元 AAA のメインボーカル・リーダー）
堺正章（タレント）
白洲信哉（文筆家、白洲次郎の孫）
上地雄輔（俳優）
中山エミリ（女優、タレント）
天野ひろゆき（お笑いコンビ・キャイ〜ン：ツッコミ担当）
阿部祐二（俳優、テレビリポーター）
森公美子（オペラ歌手）



※D4c1a1

茂木健一郎（脳科学者）



4 代目市川猿之助（歌舞伎俳優）



虻川美穂子（お笑いコンビ・北陽：ボケ担当）
服部文祥（登山家）

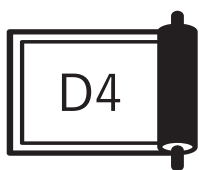


西島隆弘（AAA のメインボーカル）
濱田龍臣（俳優）
上田晋也（お笑いコンビ・くりーむしちゅー：ツッコミ担当）



糸井重里（コピーライター）

6. ハプロ D の歴史上の人物



法心院（第 6 代将軍・徳川家宣の側室）
浄観院（第 12 代将軍・徳川家慶の正室）
貞明院（第 12 代将軍・徳川家慶の六女、
貞明院の生母は家慶の側室・於波奈の方）
浄円院（第 2 代紀伊藩主徳川光貞の側室）
徳川吉宗（第 8 代将軍）
増子女王（第 9 代将軍・徳川家重の正室）
蓮光院（第 10 代将軍・徳川家治の側室）



※D4a3b1

本寿院（第 12 代将軍・徳川家慶の側室）
徳川家定（第 13 代将軍）

おわりに

ハプロ D は平和と平等を愛し、格差を嫌うため、誰かが極度に得をしていたり、損をしている状況を好みません。ハプロ D のそのような性質は平等で安定的な日本の社会を作っている要因だと言えるでしょう。

一方で過度な平等性の押し付けは、ユニークさや個人の自由を奪うことにも繋がります。日本人の持つハプログループは多様ですが、見た目だけでは認識ができません。日本のマジョリティであるハプロ D は、日本人のハプロの多様性を認識し、自分と違う感性を持つ人たちがいるということを受け入れることで、より柔軟な社会性を身につけることができるでしょう。

それぞれのハプロに、それぞれの得手不得手があります。自分のハプロのトレイツ（性質・特性）を知ることで、その分野の能力を効率的に伸ばすこともできるようになります。

また、自分のハプロの弱点を知り、他のハプロのトレイツも認めることで、互いにリスペクトが生まれ、弱みも謙虚さという強みに変えることができます。

最新の科学が与えてくれた DNA トレイツを最大限に活用して、あなたの人生がより豊かになることを心より願っております！

