



# 脇町ロータリークラブ

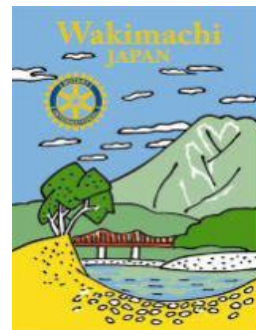
第2670地区

徳島第2分区 脇町ロータリークラブ

2021年 3月 4日 木曜日

第32回例会 No.2746

会員総数: 39名 出席率: 74.3 %



## ◎会長挨拶

白川会長 皆さんこんにちは。三寒四温と申しまして温かい日と寒い日が交互にやってまいります。2, 3カ月もしましたら、暑い暑いという日がきますので寒さを楽しんでおきたいこの頃でございます。昨日は3月3日、ひな祭りそして耳の日でもあります。今年は令和3年3月3日、3が3つ続きゴロがいい日になっています。今日は3月4日、密峰（みつほう）の日です。ロータリーの名札ケースはいつも34番に入れますし、ロトセブンも34は外せません。

先日テレビのBS4K放送で、大峰山千日回峰行を満行した仙台の慈眼寺住職・塩沼亮潤大阿闍梨の放送がありました。比叡山の千日回峰行は有名で戦後何人もの方が達成されていますが、大峰山は奈良県吉野にありまして1300年の歴史の中でたった2人しか達成していません。往復48キロ、高低差1300m以上の山道を1日15時間かけて、1000日歩き続ける修行です。ただの山道ではなく、くさり場や獣道のような道なき道を午前0時半に出て午後3時半に帰ってくる、それを毎日繰り返します。この塩沼住職に修行してどうなりましたかとアナウンサーが質問すると、「修行は自分との戦いで見えないところで自分を律する、見えないところで善良を尽くすこれが唯一の心掛けたところです。そしてこんな山の修行よりやはり現実社会の人間関係とかが大変で辛い修行ですよ。」と言われてました。なるほどなと思いました。

私も平成9年、36歳の時に真言宗では大難行の八千枚護摩供を行いました。これは1000日間、毎日護摩を焚き続けて、最後の三週間で五穀断ち、最後の一週間は断食をして8000枚の護摩を一座で焚く修行です。その時は10年間、お酒、肉、魚を断ちましてずっとお堂にこもって護摩を焚き続けました。それは自分の判断でやることを決めてそれをやり遂げるだけの話で、だれも監督はいませんし手抜きをせずに行うのは非常に辛いことでした。これを元気にやり遂げた時の、達成感や喜びは何事にも代え難い経験となりました。この時のことと照らし合わせながら、塩沼住職のお話なるほど修業は皆さん同じなんだと思い、自分自身を律して自分自身を高めてゆく事が大切なんだと改めて思いました。本日も宜しくお願い致します。

## ◎幹事報告

- 古田幹事 到着書類
- 国際ロータリー日本事務局より在宅勤務延長のお知らせ
  - 新型コロナウイルス感染症に関する友事務所対応のお知らせ
  - ガバナー月信 3月号 ライト&ライフ 3月号
  - RID2670財団委員会より財団NEWS 3月号
  - ガバナー事務所より地区大会記念ゴルフ大会登録申込集計表（再送）
  - ロータリー財団地区補助金とグローバル補助金授与と受諾の条件2021-22度の案内
  - 洲本ロータリークラブより3月月例等のお知らせ
  - 阿波池田ロータリークラブより合同花見例会来年度に延期のお願い

## ◎卓話

大塚製薬（株）  
桑原拓都様

皆さんこんにちは。本日は「健康経営」についてお話させていただきます。健康経営というのは従業員の健康を企業として管理していくという取り組みです。昨年から新型コロナの影響で世間的にも健康意識が高まっています。マスク、手洗い、うがい等7割以上の方が健康意識が上昇したと答えています。半面、自粛生活の中、運動不足等で体重が増えている方が5割弱いるということで健康課題が浮き彫りになってきてます。個人的にどんな健康課題があるのか聞いてみますと、肩こり、メ

ンタルヘルス、ストレス、睡眠、生活習慣病等の問題があります。企業としての健康課題はメンタルヘルス、運動不足、体調不良等が顕著に出てきています。横浜市のデータですが、健康リスクによる経済損失額は年間76万円だそうです。内訳は体調不良などで会社を欠勤する損失が3万円、出勤時の効率低下が73万円となっています。これらの事から元気に仕事ができる環境をつくる事が重要です。高齢化の現状も避けては通れません。2015年は26%が高齢者ですが2060年には38%になるそうです。健康寿命を長くできるかがポイントになります。

健康経営は従業員の健康保持・増進の取り組みが、将来的に収益性等を高める投資であるとの考えの下、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することで、健康投資とは健康経営に基づいた具体的な取り組みです。企業が経営理念に基づき、従業員の健康保持・増進に取り組むことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に業績向上や組織としての価値向上へ繋がることが期待されます。

健康経営におけるメディア露出数も2015年から増えはじめ近年は顕著に増加、安定していることから、メディアにおける関心の高まりやキーワードの定着もうかがわれます。特に健康経営銘柄の選定、健康経営優良法人の認定の直後に露出が増えていることがわかります。

健康経営による実績ですが、売上高営業利益率の向上、特定検診実施率の向上、離職率の低下、年間医療費のなく減など多くのメリットが報告されています。

大塚製薬は、ヘルスケアの活動サポートとして、食生活改善に向けた取り組みでは、都道府県栄養士の協力を得て、生活習慣の中での食生活改善について気付きを持っていただける内容で行動変容の促進を行っています。またトレーの協力を得て、「運動機会の増進に向けた取り組み、肩こり腰痛とおさらば、凝り固まった身体を開放して体調を整えるフィットネス」など普段の運動不足を解消し、社員同士コミュニケーションを高めたり、女性の健康保持・増進に向けた取り組みとして都道府県薬剤師会の協力で、女性のライフステージと特有の身体の変化について気付きを持っていただける内容でサポートしたり、従業員の感染症予防に向けた取り組みで日常生活での免疫力の低下と体調管理に関する気付きを持ってもらい欠勤率の減少に繋げるセミナーなど全て無料で提供させていただいています。これから従業員の健康について取り組まれる方や、健康意識の高い方がいらっしゃいましたら、私の方まで連絡していただけたらと思います。

現在はコロナウイルスで大変なことになっていて、ワクチンが今日本中で注目を集めています。しかしワクチンを打ったからといってコロナウイルスに感染しなくなるわけではありません。感染するリスクは十分あります。これからも長いスパンでマスクの着用や、手洗い、うがいなど励行して体調管理が必要です。これからも皆様と一緒に健康に対する取り組みを勧めていきたい思います。

大塚製薬のソーシャルヘルス・リレーション担当・桑原様の卓話でした。さすが徳島ナンバーワン企業の素晴らしい健康に対する取り組みや考え方でした。今日のお話を参考にさせていただき、我々の会社でも健康経営を取り入れて、健康な会社づくりをしていきたいと思いました。

ひとりごと

## ◎ニコニコボックス

白川会長、古田幹事、遠藤会員、豊島会員、河合会員、鉄野会員、岡本会員、笠井会員、千葉会員

次回例会	2021年 3月11日(木) 12:30より 四季料理 森友(お弁当) WEB会議 併用開催
卓話	鉄野会員

☆次の会員は例会欠席でした。メイクアップして下さい。

川原会員、木下会員、郷司会員、須藤会員、高田会員、友成会員、秦会員、藤村会員、南善幸会員、吉野会員

☆次回例会の出欠を鉄野出席委員長まで連絡してください。