



第2回 新津支部 中島 秀明 支部長

先日受診した人間ドックの結果が届いた。

今もなお、成長中である。もちろん身長ではなく、体重と立派なお腹のことである。靴下を履くのに前かがみになると苦しい。制服のスポンも何度か交換してもらったが、あてにまつくなってきた。スーツのスポンはパリパリ、スーツに体を合わせるのか、新調するのか思案中である。標準体重まで数十キロ落とさなければならぬ。我が家の食卓に海藻と納豆が登場してきた。

私の体のことを思い、何にいいのかわからないまま、とにかく食べさせられる。運動も三日坊主、お酒の後のメのラーメンの誘惑など、結果を出すにはハードルはかなり高い。皆さんからの励ましが重要だ。

会社は健康経営に取り組んでいる。健康保持・増進の取組が、将来的に企業の収益性等を高める投資であるとの考えから、経営的な視点で戦略的に取り組むとされる。人生100年時代、皆さんと健康に気を付けながら過ごしていきたい。