

「健康で心豊かに長生きをしましょう。」

平成 31 年 4 月 25 日
村山 章

今年のゴールデンウィークは未曾有の 10 連休となりました。私たちが営むこの貸タオル業は、人様が休みのゴールデンウィーク、うら盆、年末年始が忙しく、今回も休むことができませんが宜しく願いいたします。欧米では個人の事情に合わせて有給で休みを取ることが一般的のようですが、日本は元々製造業がメインだったので、工場を閉めて一斉に休んできたようです。医療機関や介護施設、保育施設などは緊急対応も求められますが、10 連休のサービス体制が課題とされているようです。また、連休の前後は物流が相当、混雑しそうです。皆さんには、そうした事情も踏まえ段取りをお願いしたいと思います。

この仕事、この会社が、少しでも健康寿命を延ばすためのお役に立てればと思っています。仕事を通じて体を動かし、指先を使うことは認知症の予防になります。アメリカのある研究所のデータによると、握力の強い人の方が弱い人より認知症の割合が少ないということです。したがって袋の紐をしっかり結ぶ作業は、自分自身にもよい結果をもたらします。現在、80 歳代の方が 3 名担当してくださっていますが、60 歳以上の方を見ると全体の約 29%にも上ります。そのほとんどの方がフリーランスで、弊社の従業員ではありません。作業の基本である、いかに早く、キレイにタオルをたたむかを考えることが自己調節機能を高め、免疫力を高め、さらに健康寿命を延ばすことにつながると私は考えます。そして大切なのは、感謝の気持ちですね。

時代がドンドン変化し、将来は車が空を飛ぶ時代が来るかもしれません。しかし現実を目を向けると、後進国では幼い子供が地雷で足を失い、先進国では悪化した糖尿病で高齢者が足を切断しています。そんな現状に対し少しでも罪滅ぼしになるようにと、私は十数年前から毎月ユニセフに、3000 円を小遣いのなかから寄付しています。これからも一日一日を大切に精進して生きて行きたいと思います。