

東朋会ミニ通信

発行者 香川 修司
 連絡先 事務局 加藤 光義
 0467-73-0515
 小倉進・三井所信夫
 編集者 島津 晃

第66回

東朋会理事会報告

9月4日(木)

【議事】

- (1) 第18回評議員会議案の確認及び担当者与时程
- (2) 第6回総会議案内容与时程及び提案担当者
- (3) 総会・懇親会 及び会員加入拡大運動計画の件
- (4) ミニ通信発行計画
- (5) 第11回芸趣百選展開催計画
- (6) 新規事業検討メンバーの選出

【報告事項】

- (1) 会員情報確認
- (2) 第18回評議員会(9/18)開催の件
- (3) 地域OB会行事計画及び報告
- ☆京浜OB会 第10回総会(9/12)
- ☆寒川OB会第12回「健康講座」(9/6)
- ☆寒川OB会「バーベキューの集い」(10/25)



会員情報

8月30日現在 442名
 宇山 庄治氏(11/17)

訃報

道上 兼一郎氏 83歳
 (8/10没)
 吉田 敏行氏 81歳
 (8/11没)

(以上詳細は第2面・3面)
 (4) 総会・懇親会の申込状況
 (5) セイコーエプソン湘南事業所閉所式(9/5)
 (詳細は第2面)

【「トーホーライフ」福祉事業】
 ☆慶弔見舞対象者確認

☆2013年度事業報告及び決算

☆新規プロジェクトメンバー確定

第18回

評議員会開催報告

9月18日(木)

湘南クラブハウス

【議事】

- ・2013年度一般財団法人東朋会事業報告
- ・2013年度決算と資金運用結果報告及び監査報告
- ・「トーホーライフ」事業報告・決算報告及び監査報告

【報告事項】

- ・第6回総会と懇親会の運営及び参加状況
- ・2014年芸趣百選展の開催計画
- ・セイコーエプソン湘南事業所の閉鎖
- ・旧東洋通信機のタイムカプセルの開封

季節雑感

人間性豊かな組織を目指して！

理事長 香川 修司

「天高く馬肥ゆる秋」と言われ、幸せな季節も、妻は家計の節約宣言を発令した。

今、アベノミクスがおかしい。超金融緩和策で円安となり、輸出企業の業績が改善し、雇用が改善、賃金が上がり、消費が活発となり、景気が良くなる。それが又、企業業績の改善につながる。この金融緩和策を先進各国も先を争うように実施した。その筋書がおかしくなっている。比較的競争力のある日本もドイツもマイナス成長に陥っている。円安で潤った輸出企業の利益が雨だれのように働く人達に落ちてこないのだ。結果として、消費増税もあり、物価高騰だけが実現した。消費者物価指数(CPI)は総務省で、家計で主要な588品目を調査して出すが、7月は3.3%上昇した。エネルギー・食料を中心にして14カ月連続の上昇。私達年金生活者は対策として節約以外にない事は確かだ。

先日、相模事業所の閉所式に出席したが、最後までこの事業所で働いている後輩たちの中に懐かしい顔も多く、残念な結果になったけど「頑張って」と声をかけた。「事業所閉鎖の結果に申し訳ない」との会社代表のあいさつに、この事業所を活用する約束が果たされなかった事にやり場のない怒りが残った。

労組の新しい委員長のあいさつに、6年前に東洋通信機労組の仲間を受け入れた時の印象として、「セイコーエプソン労組がいつの間にか人間性よりも経済性を優先する組織になってしまっている事に気付かされた。」「OB会の東朋会の取り組みも先進的で見習いたい」との評価を受けた。評価を受けて相模事業所がなくなる今、これからは「企業の枠を超えた人間性豊かなシニア事業」を目指して行く事に挑戦したいと考えます。

健康寿命を延ばすには

荒井副理事長

①健康寿命とは何か？

「健康寿命」とは、文字通り「健康で生きられる寿命」を指します。高齢になっても寝たきりになったり、介護を必要とする状態になるのではなく、自立して健康に生活が出来る年齢を「健康寿命」と言っています。

2012年に、厚生省が初めて健康寿命を発表した。それによると男性の健康寿命は70.42歳、女性が73.62歳という結果でした。

長寿大国日本の同年の平均寿命は男性79.55歳、女性が86.3歳でしたが、平均寿命と健康寿命の差は、男性は9.13歳、女性は12.68歳、となります。

男性は寿命を終えるまでの約9年間、女性は約13年間、健康でない期間があるということです。私たちが幸福に生きるためには「健康寿命」を如何に延ばすかが重要になってきます。

②健康寿命を延ばすには、健康寿命を延ばすには、

高齢者及びその家族の日々の心掛けにかかっていると、言っても過言ではありません。

・食生活を充実させる

栄養バランスのとれた食生活が、健康寿命を延ばす基本となります。体力と免疫力が落ちていけば、あらゆる病気にかかりにくくなり、またかかったとしても回復が早くなるからです。また、「仕方なく食べる」よりも「積極的に食べることを楽しむ」姿勢が、若々しさを保つ秘訣にもなります。時にはレストランで豪華な食事を楽しむのもお勧めです。

・身体を動かす

身体を動かすことにより、全身の血行が良くなり、身体の隅々まで新鮮な酸素と栄養を行き渡らせることになりその結果、血圧を安定させたり、血管の詰まりを予防したり、新陳代謝を活発にして老化を遅らせることになり、健康寿命を延ばすことにつながります。また、筋肉の衰えを防ぐことが出来るので、たとえ病気になるリスクを減らすことにもなります。

・楽しみを見つける

好きな趣味や娯楽など、楽しみを見つけておく事により、毎日張り合いがあり、精神的にも充実して健康寿命を延ばすことが出来ます。

・睡眠をたっぷり取る

人間の体は活動ばかりしているのは疲労が蓄積して、ついには倒れてしまいます。睡眠をたっぷり取って心身ともにリフレッシュすることが健康寿命を延ばすためにも重要です。

変動続く年金制度

厚生年金は解散ラッシュ

香川理事長

私達OBの多くが受給している企業年金はセイコーエプソン企業年金基金の確定給付型企業年金（この3年間の給付利率は2.2%）です。ネッツSI東洋俤とTRSの現役の人達は2006年にそれぞれ

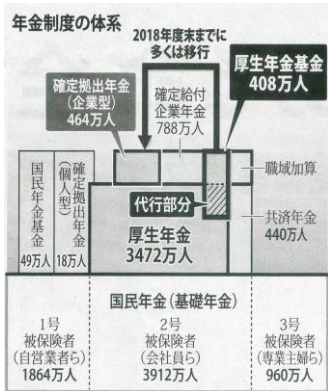
の会社で独自に立ち上げた企業年金に移行しています。東洋通信機厚生年金基金時代に厚生年金の代行部分を返上し、確定給付型企業年金制度へ移行しました。それ以降、この制度を引き継いでいるのです。

9月7日付け毎日新聞に今年4月に存続する526基金の大半を5年で廃止する改正厚生年金法がスタートしたために、厚生年金基金の解散ラッシュが始まったと、報じました。

ここ10年、デフレと低金利時代が続き、資金運用が厳しく、これから代行部分を返上し、企業年金へ移行できる基金がいくつあるのでしょうか。

受け皿の一つ、社員が掛金を自己責任で運用する確定拠出企業年金で会社退職後、積立金を放置している人が2013年度末で43万5677人になる事が明らかになっています。いわゆる401K難民と言われています。

モノづくりに優秀な日本人も、金融マンになれと言われても、難しい人も多いでしょう。



高齢者と車社会

「最新の道路交通法の改正」

改正道交法が9月1日施行され、円形の交差点「環状交差点」の新しい通行ルール運用が7都府県15カ所で行まりました。信号機がなく、事故防止や渋滞緩和などの効果があるとされます。地元自治体や住民は「ルールが加わり、より安全な交差点になる」と歓迎しているそうです。



▼新ルールは▽時計回りの一方通行▽進入時は徐行し、環道内の通行を優先▽環道外に出る際は左折ウインカーで合図・などとなっている。▼日本での設置は、32都道府県で140か所程度あり、宮城県と大阪府で20か所が多く、近畿地方で48か所、神奈川県では6か所あります。今後は住宅地や市街地で信号機設置がいらぬことから増える傾向です。(津)