同友会三つの目的

「よい会社、よい経営者、よい経営環境をめざす」

②同友会は、中小企業家が自主的な努力によって、相互に資質を高め、知識を吸収し、これからの経営者に要求される総合的な能力を身につけることをめざします。

おきなわ同友会しんぶん

ニライ みらい

2015年（平成27年）11月号

No. 332

発行：沖縄県中小企業家同友会
編集：広報委員会

〒901-0152
沖縄県那覇市字小禄1831番地1　沖縄県産業支援センター603号
☎.098-859-6205㈹　FAX.098-859-6208
http://www.okinawa.doyu.jp
E-mail:doyu@okinawa.doyu.jp

21世紀に輝く No.147

接客とは、お客様をファンにすること

ミニクラブ水華・カーサフロール　代表者　町田（まちだ）浩美（ひろみ）氏

九月八日、中部のイオンモールで行われた新会員歓迎オリエンテーション。新会員として参加された町田さん。「名護から来ました。十年前から同友会に入りたかったのですがやっと今年、金城北部支部長に誘われて、晴れて同友会に参加することができました～」。明るい元気な声で参加者の爆笑と注目を一気に惹きつけるスピーチで拍手喝采を浴びていました。以下取材記事です。

夢は北部中をスペインタイルに

北部にはまだないスペインタイル専門のショールームをつくらないかと知人に請われて、とんとん拍子に、今年、名護市宮里のバイパス沿いに開設。スペインから直輸入されたタイルを県内のスペインタイル専門の卸から仕入れて展示。店は娘と二人で経営しています。主なターゲットは北部地区の設計事務所。一般住宅、アパート、店舗などでの利用を提案しています。

スペインタイルはアラビアの影響をうけた繊細な文様と、太陽の国スペインの情熱的な色彩が特徴です。千度を超す高温の窯で焼き上げ、耐久性も高く、スペインでは陶器といえばタイルを意味するほど、街のいたるところで使われています。県内ではブセナテラスがスペインタイルをふんだんに取り入れ、上品で高級感あふれる造りとなっています。

目を魅くカラフルさ

最近は住宅やアパートなどの玄関やインテリアとして比較的手軽に利用できるようになりました。夢は北部中をスペインタイルで覆い尽くすこと（笑）。

人を使うことの難しさ

実は、本業は別です。十九年間、名護市中心市街地の飲食街で水華（すいか）のママとして現役続行中です。水華は友達と一緒に立ち上げました。やってみると人を使うことの難しさに何度も投げ出そうと思いながらも、負けず嫌いと借金を返すまでとの思いで切り盛りしてきました。一千万円近い前夫の借金と店の借り入れを六年間で頑張って返しました。子供は男二人女一人の三人です。一人は障がいがあります。娘は嫁いで、孫もでき、今はスペインタイルの「カーサフロール」で営業をしています。一番下の息子は未成年なので、まだまだ引退はできません。

水華をやっていてJCに誘われ入会。その中でいろいろと学ばせていただきました。小学校のPTA会長もやりました。

店の子達は大学生も多く、彼女達には、「新聞はちゃんと読みなさい」、「お客様の話をよく聞くためには、ニュースや情報は常に取っておきなさい」、と言い聞かせています。「私達のお給料は、お客様から頂いているのよ」と。ちょっと変な言い方ですが、それとなくお客様は選ぶようにしています。いろいろと教えて頂けるお客様、お互いに良い関係を築けるお客様との継続を心がけています。そうすると自然と、そうしたお客様が集まってきます。

同友会は勉強熱心

同友会に最初に誘って頂いたのは、比嘉ゑみ子さん（現沖縄同友会相談役）です。当時はJCにも入会していたので、さすがに参加できないと思い同友会はあきらめました。十年以上前の話です（笑）。JCも卒業して、今春の新年会にゲスト参加し、それからすぐに入会しました。現在は北部支部の例会委員会に所属しています。月一回程度のペースで企画会議があり四、五名で、わいわいやっています。

同友会はJCや商工会議所、ロータリークラブと同様、様々な勉強会が多く活動熱心な会だと思います。北部支部は若い人も多く、老中青のまとまりも良いですよ（笑）。

お客さまを好きになり好かれること

同友会に一つ注文があるとすると、入会したての会員には、もっと積極的なフォローをお願いしたいということです。私は、仲間もできて、もう大丈夫なのですが、同友会の良さを知らないままに退会される会員もいます。入会したけど知り合いもいなくて居場所が見つからない会員はそのうち辞めていくことになります。経営者だから自立しなさいと言うのはその通りですが、入会したばかりの会員は、いわばお客様です。お客様をリピーターにして、やがてファンにしていくのは先輩方の務めです。

接客の基本は、お客様を好きになり、お客様から好かれることです。誠意をもって接していると徐々にお客様は育っていきます。飲み屋の知恵も経営に役立つことが多いですよ（笑）。

（取材・3Dプリンタの夢づくり沖縄・新井良直）

タイルの見本を手に

《会社概要》

ミニクラブ水華・カーサフロール

代表者　町田 浩美 氏

所在地／名護市宮里 1-23-7
TEL／0980-53-1944
事業内容／飲食店、スペインタイル

茶論

今年のプロ野球は、福岡ソフトバンクホークスが圧倒的な強さを誇示し幕を閉じた。筆者の贔屓チームは、二年連続最下位に沈む無残な結果である▼その怒りや、やるせなさを抑え、ホークス勝利の源泉をみつめてみた。なにせ、シーズン勝率・６４７。一四四試合制になって過去最高の九〇勝でパ・リーグをブッチギリ制覇。日本シリーズでは、相手チームに一敗はしたが、あぶなげなく有終の美を飾った▼ホークスは、知られるように潤沢な資金力で大物選手を獲得し、球団所有のドーム球場や二軍も含めての施設は、他球団をしのぐ充実ぶりである。また、歴代監督の采配と選手指導。それ以上にホークスの圧倒的強さを支えているのが「三軍」である。そこに選手が自然と育つ仕組みがあると思う▼一軍は結果。二軍は調整と一軍選手への刺激。そして三軍は育成に徹している。三軍監督は言う「誰でも長所がある。出番を多くして長所を伸ばす」▼少子化時代は、一人の若者がより大切な時代。〝今どきの若者は〟と言うよりも、若い可能性を信じ励まし育てなければならないと、経営者である筆者も痛感している▼「若者が育つ魅力ある企業と地域づくり」のテーマで、今月二十六日に経営研究集会がある「〝出番〟こそが若者に必要であり〝出番〟は意欲と創造性と責任感を育てる」との基調講演が楽しみである。

第10回 雇用・就労支援フォーラムを開催

障がいのある方が地域で働き、地域で暮らすために

「障がいの有無に関らず、共に暮らす」運動を

実行委員長　翁長　克（トータルサポート商会・代表）

第10回雇用フォーラム基調講演の様子　講師の村木厚子氏（写真左上枠内）

主催者挨拶する翁長克氏

第十回雇用就労支援フォーラムが「障がいのある方が地域で働き、地域で暮らすために」をメインテーマに、宜野湾市コンベンションセンターで十月三日に開催されました。人間尊重の経営の理念のもと、会内外から五六〇名を超える参加になりました。

第Ⅰ部「基調講演」に、前厚生労働省事務次官の村木厚子氏を迎え、「誰もが働ける社会の実現をめざして」と題し講演をいただきました。お話の中で支援者・企業に対して「出来ない事に目を奪われるのではなく、出来る事を活かす」事が大切であると、我々経営者の社員を育てる目線についても参考になる内容でした。また当事者からの発表もあり、働いて自立を目指す意欲が感じられ、それに応えるべく支援の輪を広げる必要があると痛感させられました。

第二部「分科会」では「特別支援学校の就職に向けての取り組み」を新たに加えました。障がいを持つ生徒は卒業後社会自立・職業自立を目指している。ただ、受け入れる企業が少なく仕事に就けない実態も明らかになり、今後の課題であるとの報告でした。また今回から「就労困難者」の分科会も追加し、五つの分科会で学びを深める事が出来ました。どの分科会でも「障害差別の禁止」「合理的配慮」も議論になり、ますます共に働くためにはどうするのかを考え、学ぶ機会になったと思います。

第Ⅲ部「懇親会」では「沖縄ダルク」のエイサーがあり、場を盛り上げました。

健障者委員会の一瀬委員長は「記念のフォーラムに多くの参加を頂き、我々の運動の広がりを感じる。人を生かす経営の実践をしていきましょう」と挨拶。今回のフォーラムを通じ、より理解を深める事ができ「障がいの有無に関わらず共に暮らす」ための運動を進めていきたいと思います。（二〇〇六年の開催から十年目を迎え、年表示から回数表示になりました。）

第１分科会　―雇用している企業の報告

個性を尊重し、特性を見極めると「能力」が見えてくる

すこやか薬局グループ

第一分科会は、薬の調剤販売や卸業、リラクゼーションサロン、介護付き高齢者住宅など幅広く事業を展開している㈱薬正堂からの報告でした。報告者は、平良総務副主任と、介護付き高齢者住宅すこやかの森ヴィラ北谷の新屋施設長の二名でした。

㈱薬正堂では現在、身体障がい者一名、精神障がい者一名、発達障がい者一名、知的障がい者三名の計六名の障がい者の雇用をしています。雇用当初は、どのような仕事が出来るのだろうかと不安だったなか、彼らの「特性」に応じたコミュニケーションをとることにより「能力」に気づいた経験をしました。この経験より「一人一人を職に当てるのでは無く個性を見極め能力を引き出す」といった組織作りを心がけている内容の報告でした。

報告する新谷和子氏（右）と平良彰吾氏（左）

次に、すこやかの森ヴィラ北谷では、当初の計画より入居希望者が増え、早々に人手が必要となった時期に、沖縄高等支援学校やコーディネーターの方から、「障がい者雇用をして頂けませんか」との要望が有り、渋々始めたのがきっかけでした。しかし、雇用を通し彼らの特性を理解していくにつれ、本人達の活躍の場も増えるとともに職場内の雰囲気も明るく変わり、今では雇用して良かった、と思えるように変化した内容の報告でした。

報告後のグループ討論では「障がい者雇用をどう考えますか？ 社員の特性を見極めてますか？」をテーマに意義のある討論を行いました。グループ発表では、全グループとも、障がい者雇用は必要であることを再認識した内容を軸に、「これからの少子高齢化に向けて新たな人材として活用したい」「障がい者雇用に対する色々な制度をもっと周知する必要があるのでは」など活発な発表となり、参加者全員が障がい者雇用に向けての意識が高まった分科会となりました。

（㈱ビガロ・宜保　剛）

第１分科会

第２分科会で報告する手登根雄次氏

第２分科会　―支援する側からの報告

スポーツを通じて見えてくるワークライフバランス

一般社団法人　琉球スポーツサポート
代表理事　手登根雄次 氏

第二分科会では支援する側から、一般社団法人琉球スポーツサポート（ＲＳＳ）代表理事の手登根雄次氏による報告が行われました。

企業で働く障がい者が増える一方で、彼らの余暇を支える社会資源が乏しいことが現状で、就労定着支援の現場でも仕事以外の時間の過ごし方というのは大きな課題です。

琉球スポーツサポート（ＲＳＳ）は、知的障がい者である二名の競技選手の遠征や練習環境のサポート、誰でも参加できるジョギング・陸上クラブ、イベントの運営を通してスポーツ余暇を提供している事業所です。

障がいを抱えている人たちが生活の心配や、人間関係の困難などによって仕事以外の時間を有意義に過ごすことがなかなかできない事実や、就職後に目まぐるしく変わっていくシフトや生活リズムによって、本人の不安定が家族の生活バランスにも影響していくなど事例を交えて話されました。

その後、自分たちの職場などでワークライフバランスをどのように考え、取り組んでいるかということをテーマにグループ討論が行われました。

企業、福祉事業所、当事者家族といったそれぞれの立場である参加者からの意見は様々で、自分の地域でもスポーツサークルやイベントの開催を希望する声や、何気ない息抜きの大切さに改めて気付いたという声が聞かれました。

知的障がい者スポーツの普及・発展に力を入れていき、世界に通用する選手の育成を視野に入れている琉球スポーツサポート（ＲＳＳ）手登根氏、パラリンピックで複数の県出身選手を私たちが応援する日も遠くないかもしれません。

（社）沖縄県精神保健福祉連合会・島田路沙）

第２分科会の和やかなグループ討論

第３分科会 ―連携づくり
すべての人の「働きたい」に応える

第三分科会では、「すべての人の『働きたい』に応える」というテーマで、連携づくりについてのパネルディスカッションがありました。

パネリストには行政側から、沖縄県商工労働部雇用政策課雇用対策班主査の金城智子氏、宜野湾市の福祉推進部障がい福祉課自立支援係長の金城広郁氏、支援機関から中部地区障害者就業・生活支援センターの幸地睦子センター長、企業側から㈲仲松ミートの仲松和美総務・経理統括マネージャーが、コーディネーターは照屋守道氏（ハウス産業㈱社長）がつとめ、それぞれの持つ、現状・課題の報告が行われました。

第３分科会

企業が障がい者雇用を行うまでには、段階に応じてさまざまな機関が関わっているが、連携の難しさがあり、地域ごとに就労支援部会を立ち上げ、情報共有を行い、当事者の段階に応じた的確なフォローを行っていく必要があることを感じました。

その上で大切なことは、フットワーク、ネットワーク、チームワークというつながりの部分であることや、仕事上で何かを伝えるときに「相手が理解しているか」まで考えることなど、人材育成として向き合うことで、会社全体の人間関係作りにつながったケースも学びました。

グループ討論では「共に生きる社会を目指して、何をしますか？」というテーマで話し合いましたが、各グループ、一般企業の方、学校関係者、事業所の方など、さまざまな人が参加されており、障がい者福祉の世界では当たり前の知識や状況も普段、障がい者問題と接点のない人には初めて聞くことも多くこの「フォーラム」で、共に学びを深められるということは、大きな意味があると感じた時間でした。

㈱アイランドプロジェクト・新井章仁）

第４分科会 ―学校の取組み
社会自立・職業自立を目指して

第４分科会でパネリストをつとめた皆さん

第四分科会は、「学校の取組～パネルディスカッション～」を実施しました。テーマは、「社会自立・職業自立を目指して～企業への橋渡しにおける課題～」でした。パネリストは、学校側から、沖縄高等特別支援学校の島田時彦氏、沖縄ろう学校の佐辺尚之氏、森川特別支援学校の仲間貴志氏、企業側として、㈲ラパンの福本和代社長、社員の大平嵩騎氏にご担当いただきました。トータルサポート商会の翁長代表がコーディネーターをつとめ、パネリストの皆様のお話を引き出しながら、活発なディスカッションを運営していただきました。

各パネリストからは、学校の現状と就業体験の取組、企業は就業体験への参加と就労への経緯についてお話しいただきました。

それぞれの学校によって特色があり、課題も異なりますが、共通して就業体験への取組の意義についてお話しされたことは、印象に残りました。就業体験への取組から就労につながった、ラパンの大平君の体験談は、自信にあふれた表情から、仕事に対する喜びを感じることができました。又、福本社長が、大平君をどう成長させるか？という視点を意識されているというお話がありました。

翁長コーディネーターより、沖縄県の障がい者雇用の実績数は伸びているが、特別支援学校の卒業生の就職率は、下がっているという指摘がありました。

特別支援学校での「就業体験」は、企業の理解と協力がなければ生徒の希望を叶えることができないという切実な声が学校側からあり、この分科会が、理解を深めるための契機となることを期待します。

（オフィスＪキャリア・平良純子）

第５分科会 ―就労困難者支援
増えつつある就労困難者のサポート

第５分科会　グループ討論

今年、新しく設けられた第五分科会（就労困難者支援）では、（公財）沖縄県労働者福祉基金協会就職・生活支援パーソナル・サポートセンターの岡野みゆき次長、（社）みらいの稲嶺積専務理事のお二人が報告されました。

うつ病など、心の病で就労できない人が増えてきている現代、社会的弱者の定義が変わってきています。身体障がい、精神障がいだけでなく、身近な問題であることから、関心のある方が多く、有意義な討議が取り行なわれました。そういった心の病を抱えている方が、自立を求めて働く意欲があるということ。「自立」を支援する施設は、企業への働きかけの具体例などを分かりやすく報告していただきました。

討論参加者は、企業側、施設側、支援学校側、また施設の利用者さんもいて、それぞれの立場での課題や要望などが出ました。

心のコンプレックスを抱えている方に大切なのは、自己肯定感です。企業側に大切なことは、その方の現状を理解し受け入れ、その方が自己肯定感を感じられる役割、環境を整える工夫をするということです。

また、障がい者の方が一緒に働いて得られるメリットもあります。一緒に働く方は、ビジネスという観念だけでなく、「人として」どう接し、指導すればいいのか、人間力を高める効果もあります。

これからもフォーラムを通してそういった事例をもっと周りに伝え、障がい者雇用の普及につとめたいと感じました。

（トマトプリント・知念由紀）

グループ討論の様子

第１部で行われた体験発表

第５分科会は「就労困難者支援」をテーマに

参加者の感想 ―アンケートより

・介護職に障害者雇用を！
・スポーツで継続できるための仕組みつくりという観点に共感できました。もっと広く周知をお願いします。
・学校・企業・サポート側、家族等、色々な立場や役割を担う人が集まって討論する時間が持てたことがとても良かったです。様々な角度や視点から学ぶことができました。
・グループ討論は支援側・企業側で意見、情報交換が出来てとても良い時間が持てました。
・支援者は障害者の方を雇用してもらうことにあたり、ジョブコーチなどのいろんな制度がある事を伝えアプローチしていくことが大事。障害があるないでなく、共生を目指すのが大事。
・企業の方が障害者雇用を行うにあたっての懸念点について生の声を聴くことが出来た。ネットワーク情報を共有し連携の可能性を感じました。
・スポーツをとおしての余暇を実際に活かしていきたいと思った。
・特別扱いにならないよう、会社とも調整しながら社会人としてのルールを守る約束、支援を考えていきたいです。
・自立に関して色々な立場の方々と初めて関わることが出来て、とても勉強になりました。
・全ての分野の方がいてとても勉強になった。発表の資料が手に届いた方がもっと良かった。
・グループメンバーが当事者家族、企業、障がい者支援センター、Ａ型事業所、相談支援事業所だったこともあり、一つの事柄を題材に何かできるかをそれぞれの視点から話し合うことが出来て良かったです。
・テーマがざっくり過ぎていて少し活かしにくかったです。もう少し具体的なテーマにしてほしい。
・色々な職種の方々と意見、発言をすることでいろんな考え方があることを学びました。
・異業種の方とお話が出来て良かった。
・様々な立場とつながれる有益な場だった。
・孫の為に参加しました。あまり分からない中で地域の優しい心、本当に感謝で聞かせて頂ました。
・雇用側の意見が聞けて良かった。やはり雇用したい気持ちはあるが、トラブルなどでリスクが大きいのでなかなか採用出来ないということがある。
・多様な事業所の職員の方々と討論し、コミュニケーションが図れたことは有意義でした、このような和が広がっていくことを望みます。
・福祉分野だけでなく、多分野にわたり参加者がいらっしゃって、とても刺激になりました、福祉の頭に偏りすぎず、もっと視野を広げたいと感じた。
・生活困窮者の現状や、課題を知ることが出来た、支援者、社会がどのように取り組むべきか、社会全体への周知が必要だと感じた。
・支援の中で就職したけど離職率のたかい人とかもいるので、討論の内容を今後に活かしたい。
・今の課題への取り組み方のヒントが得られた。
・企業・事業所・関連機関の連携していくこと重要であると強く感じた。

2015年7－9月 景況調査の結果

前期から後退するも、全業種でプラス超を維持。先行きは少々改善し、引き続きプラス超の見通し。

①業況判断ＤＩは、前期から後退するも、引き続き全業種でプラス超を維持。
②売上高ＤＩは改善し、前期に続きプラス超。全業種で改善し、プラス超に。
③経常利益は改善し、前期からプラス超幅を広げる。製造業は前期と変わらず水面上だが、それ以外の業種は改善し、前期に続き全業種で水面上・プラス超。
④資金繰りＤＩは大幅な悪化でプラス超からマイナス超へ転化。情報以外の業種は大幅な悪化で前期のプラス超から水面上・マイナス超に転化。
⑤先行きは少々改善し、引き続きプラス超の見通し。

10月15日に発表された2015年７－９月期景況調査の結果を要約して掲載します（詳しくは沖縄同友会のホームページ ＵＲＬhttp://www.okinawa.doyu.jp/suggestion-search/keikyou/678-2015-7-9.htmlに掲載されています）。

回答企業の概要

回答企業	173 社　回答率　43.1%（401 社中）					
業種別	製造業	9.8%	建設業	12.7%	流通・商業	28.9%
	サービス業	40.5%	情報産業	8.1%	その他	0.0%
従業員数	＜正規＞平均　31 名　＜非正規＞平均　18 名					

全業種の「業況判断」は、「好転」（37.3%）、「不変」（45.2%）、「悪化」（17.5%）となっており、業況判断ＤＩ（「好転」－「悪化」割合）は、19.8。前期（25.2）から 5.4 ポイント後退するも、前期に続きプラス超。前期に比べて「好転」が 1.8 ポイントの増加に対し、「悪化」が 3.6 ポイント増加した結果、ＤＩの後退となった。業種別でみると、製造業と流通・商業以外は後退するも、前期に続き、全業種でプラス超。

全業種の「売上高」は、「増加」（42.3%）、「横ばい」（38.1%）、「減少」（19.6%）となっており、売上高ＤＩ（「増加」－「減少」割合）は 22.7。前期調査の全業種の売上高ＤＩ（10.3）から 12.4 ポイント改善し、前期に続きプラス超。

全業種の「経常利益」は、「好転」（41.6%）、「横ばい」（39.8%）、「悪化」（18.6%）となっており、経常利益ＤＩ（「好転」－「悪化」割合）は 23.0。前期調査の全業種の経常利益ＤＩ（16.6）から、6.4 ポイント改善し、前期からプラス超幅を広げる。前期に比べて、「好転」の増加と「悪化」の減少により、ＤＩの改善となっている。

全業種の「資金繰り」は、「余裕あり＋やや余裕あり」（29.3%）、「順調」（39.5%）、「やや窮屈＋窮屈」（31.2%）となっており、資金繰りＤＩ（「余裕あり＋やや余裕あり」－「やや窮屈＋窮屈」割合）は△1.9。前期調査の資金繰りＤＩ（18.4）から、20.3 ポイント大幅に悪化し、マイナス超へ転化。

全業種の次期（10－12 月）見通し（昨年同期 10－12 月と比べて）は、「好転」（33.1%）、「不変」（55.6%）、「悪化」（11.3%）となっており、ＤＩは 21.8。「好転」が少々増え、「悪化」が減少したことにより、今期の 19.7 から 2.1 ポイント少々改善する見通し。

社労士・コンサルタント
青山喜佐子の
知って得する シリーズ121

リフレッシュ休憩時間 楽しく過ごしていますか

労働時間の途中に入る休憩時間。どう過ごしていますか。

労働時間が六時間超で四五分間。八時間超で六〇分の休憩時間を義務づけていますから「休憩は仕事をしてはいけません」。労基法では休憩中に来客応対や仕事をすることを禁止しています。

休憩後の仕事に集中できるようリフレッシュする時間ですから大切です。

最近のビジネスマンの休憩時間の過ごし方は、①携帯・スマホを見る。②パソコンを触る。③人と話す。の順になっています。

食事も慌ただしく済ませて、すぐ仕事に戻っていると、良いアイデアは浮かびません。

休憩の有効活用法として「軽く昼寝をする」…軽い昼寝の効果は科学的に証明されていますが、熟睡してはいけませんね。

「瞑想・ヨガをする」…頭をクリアにできます。

「ちょっとした運動をする」…職場の階段を上る、近くの公園ウォーキングや散歩で。疲労が蓄積しない程度に。

「有効自分時間」…手紙や日記を書く、ノートの整理をする、音楽を聴く、美味しいランチの食べ歩きなど。休憩は、うまく活用すれば、すばらしい効果があります。

どのように過ごしたいですか。を聞くと「一人になりたい」「マッサージを受けたい」「人目を気にせず横になりたい」のが多数派、リラックス願望が感じられます。

休憩時間は自由に利用できますが、飲酒や遠出の外出や物品販売などは、就業規則で禁止しています。

生産性を上げられるように、正しい休憩を過ごしましょう。もちろん昼食もしっかりです。

〈プロフィール〉
社会保険労務士
日本産業カウンセラー
大学非常勤講師
市町村行政改革推進委員など
オフィスあるふぁ
TEL/098-870-6686

青山喜佐子（あおやまきさこ）
（オフィスあるふぁ代表）

マリの健康講座 その9

㈱BELLz 取締役　星　真理

知ってる？ 知らない？ 脂質のあれこれ

「飽和脂肪酸と心臓疾患の疑わしい相関」という記事がウォールストリートジャーナルに載ったのは昨年五月。「脂質についての争いの終わり」「脂質を非難するな」という記事がタイム誌に掲載されたのは昨年六月。しかし、コレステロールの上限撤廃を盛り込んだ米国人の栄養に関する新たな政府ガイドライン草案には、飽和脂肪酸の摂取基準は逆に厳しいものとなっています。

日本での脂質摂取の目安量は「日本人の食事摂取基準２０１０」のエネルギー比率20～25％から「同２０１５」は～30％へと上限が緩和され、コレステロールの目標値が撤廃されました。今年五月には、日本動脈硬化学会が「健常者でのコレステロール摂取制限は不要」との声明を出しました。

では、脂質とはどんなものの事を言うのでしょうか？ 簡単にご説明しましょう。

①飽和脂肪酸

バターやラード等、常温では個体、動物の肉や乳製品に多く含まれます。最近話題のココナツオイルには未精製の状態で飽和脂肪酸が約九割あります。

②不飽和脂肪酸

ω（オメガ）３多価不飽和脂肪酸を多く含む食品といえば魚（魚油）です。この油は酸化し易いのであまり熱を加えずに食べ、加熱調理には酸化し難い一価不飽和脂肪酸を多く含むオリーブオイルなどをお勧めします。

比較的多く魚を摂取する日本人でも、ω３の代表格ＥＰＡとＤＨＡの平均摂取量は目標量に届きませんが、コーン油の様なω６は摂り過ぎています。ω３を積極的に摂り、ω６は控えめに！

③トランス脂肪酸

天然にも少しは存在しますが、大半は人工的に合成されたマーガリンやショートニングなどを材料に作られたパンやケーキ、揚げ物などに含まれます。ＬＤＬコレステロールを増加させる、心臓疾患のリスクを高めるという報告があり、二〇〇三年以降、摂取量を規制する国々が増加。米国は二〇一三年から廃止方針を示し、米国食品医薬品局（ＦＤＡ）は、「食品での使用は安全とは認められない」と結論。二〇一八年六月以降は食品添加を原則禁止と決定していますが、現在の日本では無規制という怖さです。

④中性脂肪

内臓脂肪や皮下脂肪の脂は中性脂肪です。食事から摂取した脂肪からだけでなく、血中の糖からも作られます。体脂肪を減らしたい、中性脂肪の値が気になるという方は、食事中の脂肪より糖の摂取量を見直してみると良いでしょう。

⑤コレステロール

ホルモンや細胞膜の材料になる脂質で、約80％は体内で作られ、残りは食事から摂取します。卵や魚介類に多く含まれます。動脈硬化の原因として取り上げられる事が多い様ですが、近年コレステロールそのものではなく、酸化したコレステロールに問題があるという考えが提唱されています。

星 真理
1961年生まれ
神奈川県三浦郡葉山町出身
㈱BELLz 取締役
28歳の時に分子整合栄養医学と出会い、29歳で分子栄養学研究所(於東京)公認ヘルスインストラクターの資格を取得
大学での講義や県内外各地でのセミナー講師、沖縄県警察学校での講師などで活躍中

仲間づくり推進中!!
ぜひお知り合いの経営者をご紹介下さい

わが社のポリシー

第255回

掛軸の悠翠堂
代表　牧志 栄子 氏

掛軸の存在意義

「○○の掛軸ってありますか？」。○○に入る言葉は大抵、七福神、高砂、鶴亀、福禄寿（ふくろくじゅ）、といった沖縄で定番人気の掛軸たちです。

沖縄での掛軸の認識は大きく二つに分かれており、風情重視の趣き型か、拝（ウガ）ン重視のお守り型です。もちろん先の○○ありますか？と指名買いのお客様は後者の方。この場合掛け軸は拝む対象ですから、自分の好みは二の次ということになります。

福禄寿

「福禄寿はこちらです」。私の笑顔をヨソにお客様のお顔が曇る。若いお客様なら尚更そう。折角の新築の家に福禄寿は実に古臭い印象なのです。

本来の掛け軸はおもてなしの心として家に訪れるお客様のために掛けるものです。家の設えとして季節によって掛け替えたりするので家主の趣向を存分に発揮できるものなのですが、沖縄では結婚、新築、代がわり、病気など人生のターニングポイントで初めて掛け軸を意識するという方も多いのです。

先ほどの福禄寿のお客様もきっとそうでしょう。しかし掛け軸屋としての存在意義は、そんなお客様から頂いていているのかも知れません。

「お客様、お気持ちは良く分かります。確かにこの福禄寿では最近のお家の雰囲気とは合わないかもしれません。ではなぜ今でもこの絵が掛け続けられていると思われますか？ 福禄寿の〝福〟は子孫繁栄、〝禄〟は金運良縁、〝寿〟は健康長寿です。〝禄〟と〝寿〟はそのままの意味が通ります。〝禄〟はその昔、武士の受ける給与のことでしたからね、ではなぜ〝福〟を子孫繁栄と解釈するのでしょうか。そうです、ウチナーンチュにとって〝福〟とは子供たちそのものなのです。物質的なことでもなく自分の長命でもなく、子供つまり未来を〝福〟と思う心って素敵だと思いませんか？ 今のお客様のお望みは何ですか？ 夢は何でしょうか？ それらはこの福禄寿の三つの想いと重なるのではないでしょうか？ 古いものにはそれなりの歴史があります。その歴史をお客様が今度はお子様にウチナーンチュの心として伝えてあげて下さい。どんな気持ちでこの掛け軸をご購入されたのかを。」

掛軸に囲まれた店内で
ー牧志氏

一歩先の水先案内人

ポリシーを意識したことはありませんが、お客様が掛け軸を通してご自身の幸せの意味に立ち返えられた時、寄り添いながらも一歩先の水先案内人となることが私達の役目だと思っています。とは言ってもこのご時世、ご先祖の想いに甘えてばかりもいられません。「温故知新」現代の感覚にマッチした、新しい掛け軸のアイデアを日々妄想中です（笑）。

掛軸の悠翠堂
代表 牧志 栄子 氏
所在地／北中城村字島袋331
ＴＥＬ／098-930-1628
事業内容／掛軸製作・販売業

フォトで見る10月の活動

社長・社員共育塾第４講で講師をつとめた山城定雄氏

おきなわ産業まつりの会場で開催した「エネルギーシフト学習会」ー丸円は講師の村上敦氏

社長・社員共育塾第４講の様子

碧の会視察・学習会
ー㈱近代美術の大城恵美氏が報告

おきなわ産業まつり「業種四部会見本市」を出展

eおきなわ学習会の様子

第１回マイナンバー制度学習会
講師は國場浩明氏

中部支部と沖縄公庫中部支店との懇談会

中部支部・浦西支部合同例会で松波氏の講演を聞く参加者

碧の会＆うりずん合同例会で報告する宮城初枝氏

新会員オリエンテーション
新会員さんと小渡玠代表理事（左）がっしり握手

中部支部・浦西支部合同例会で講演する松波正晃氏

北部支部やんばるじんぶん塾
報告する喜瀬朝夫氏

碧の会・うりずん合同例会の様子

役員研修講座第４講で講師をつとめた菊地進氏

経営サポート学習会
講師に西村眞一氏

健障者委員会学習会の様子

同友会大学第18講は平和祈念公園で開催

同友会大学第18講の様子

同友会大学第16講で講師をつとめた高良鉄美氏

同友会大学第17講で講師をつとめた池間哲郎氏

南城市長を講師に南部支部例会を開催

撮影のヒントを学んだ広報学習会
（前列中央が講師の丑番直子氏）

碧の会ではイオンモールライカムを視察
担当より説明を受けた

第3回合同企業説明会で参加学生に説明

浦西支部条例学習会
講師は宮城光秀副代表理事

沖縄の素材を生かした商品づくり

農業生産法人 ㈱仲善

南城市の美しい海を望む高台にある㈱仲善は、豊かな緑に包まれた癒しの空間。仲善と言えば、くみすくちんや、ウコンなど沖縄の素材を活かした健康茶などを先駆けて発売してきた企業として知られ、絶景と美味しいタイ料理が味わえる「カフェくるくま」も大人気です。

二年前に先代から事業承継した仲本さんにお話を伺うと、仲善の商品づくりのベースにあるのは「健康」と「人の幸せ」。だからこそ、素材選びには妥協を許さず、安心・安全な商品開発を貫いていると笑顔で語って下さいました。

おススメの商品を伺うと、定番のうっちん粒と、ノニをご推薦。うっちんは、種類がいろいろあるけど、どれを飲めばいいか迷ったことありませんか？ 仲本社長によると「春うっちん」は健康維持。「秋うっちん」はお酒を飲む機会が多い方。「紫うっちん」は胃腸にやさしく働きかける。体調や体質に合わせて飲むと良いそうです。さらに、仲善の記念すべき第一号商品であるくみすくちん茶については、創業者である先代が闘病時にくみすくちんと出会い、感動した経験から起業したというエピソードを持つメモリアルティー。筆者も頂きましたがマイルドで飲みやすかったです。

イチオシ商品の「ノニ」は、特に原料にこだわっていて自生のノニ果実だけを厳選。仲本社長も愛飲されているそうで、就寝前はノニの錠剤で寝付き、朝はノニジュースを飲み体調を整えているそうです。「健康」がテーマと語るように、若いうちから自分の健康管理をすることが健康長寿につながると語る仲本社長。健康づくりを通して、沖縄に貢献したいという思いを強く感じました。商品の購買についてはネット通販もあります。また直営店がある、くるくまの森にドライブがてら出かけてみるのもおススメです。

（㈱カリタス・根橋理香）

仲本陽子社長

おすすめのうっちん粒（上）、ノニとくみすくちん茶

農業生産法人 ㈱仲善
代表取締役社長　**仲本 陽子** 氏
所在地／南城市知念1190
ＴＥＬ／098-949-1188
事業内容／製造業（健康食品製造業）
ＵＲＬ／www.nakazen.co.jp

だつからよ～
会員ホット情報
今おすすめだよ！

書籍ご紹介

去る７月９、10日に岩手県で開催された中同協第47回定時総会をまとめた「中同協№95」（頒価1500円）が完成しました。

地域づくり、人づくり、採用や事業承継など、16の分科会がまとめられています。

ぜひ一冊、お手元に !!

沖縄観光コンベンションビューロー主催 韓国応援ツアー・視察に参加して

去る十月二八日～三十一日に、沖縄観光コンベンションビューロー主催の韓国応援ツアー・視察に十三名の経済団体や観光関連業種の方と共に参加して参りました。

韓国は近年、MERS（中東呼吸器症候群）の患者が確認され、外国人観光客が激減しておりますが、一方で昨年来沖観光客数は十九万人とのこと。今回のツアー視察は、その応援と恩返しの意味を込めて開催されました。初日には、副知事や沖縄コンベンションビューロー会長含むトップセールスの方々と一緒に沖縄レセプションin韓国へ参加しました。翌日からは、気温七℃の雲一つない晴天の中、サムスン電子ショールームや、昌徳宮など二日間の観光・市場散策などを行い、旅の楽しみである食事も存分に満喫しました。このような機会をいただきましたことに、感謝いたします。

（事務局主任・大城夏美）

韓国応援ツアー参加者の皆さんと

読者の声

「ニライみらい」は毎回楽しく読んでいます。特に知人が写っているかを（読む事より見る？）探してしまう。（私自身も探すけど）。

大事なことは情報を集め、人との繋がりや経営面（財務・労使・政策など）の情報がとても役に立つという事です。インタビューで知人が掲載されている場合。こんな歴史が・・・こんな思いで経営している。意外な一面に驚きもあります。同時に聞き手の人もどんなふうにして引き出しているのかも気になり、聞き手の名前も見てしまうのは私だけではないと思う。

紙面には社員の幸せを考えている経営者が多く登場。みなさん勉強熱心！だからこそ学ぶ場が多い同友会に魅力があると、「しんぶん」からも伺い知ることができます。

（中部支部幹事長・沖縄エンジニヤ　松堂修）

編集後記

十一月に入り、日が暮れるのも早くなりました。日差しはまだ・・・。実りの秋、食欲の秋、学びの秋・・・ということで、十一月二十六・二十七日に、研究集会＆全国共同求人交流会が開催されます。全国からの参加者と共に学ぶ貴重な機会、ぜひご参加ください♪（長）

第26回 経営研究集会 ＆ 2015年全国共同求人交流会 in 沖縄

2015年11月26日（木）13：00 ～ 27日（金）12：30 開催

全国からの参加者と共に学び交流しよう♪

この枠 広告募集

県内初
新世代の高精細印刷技術
FMスクリーニング導入!!

平成19年３月16日、環境保護印刷推進協議会（E3PA）より、県内初となる環境保護印刷マーク（通称クリオネマーク 認証登録番号S07-0063）の認証を取得いたしました。

平成19年２月６日、個人情報保護のための仕組みである、JISQ15001:2006（プライバシーマーク 認定番号24000306(03)）を取得いたしました。

文進印刷株式会社
本　社／〒901-0306　沖縄県糸満市西崎町5丁目10－14
TEL (098) 994-5777(代) FAX (098) 852-3008
那覇営業所／〒902-0074　沖縄県那覇市字仲井真201番地18
TEL (098) 855-2323(代)　FAX (098) 852-3008
浦添営業所／〒901-2111　沖縄県浦添市経塚　811-14
TEL (098) 879-9303(代)　FAX (098) 852-3008
宜野湾営業所／〒901-2224　沖縄県宜野湾市真志喜2丁目4番16 コーポ下地203号
TEL (098) 898-1055(代)　FAX (098) 852-3008
うるま営業所／〒904-2212　沖縄県うるま市字赤野947-1
TEL (098) 974-6911(代)

＜南部支部会員＞

＜那覇支部会員＞