



仕事を楽しみながら人生は楽園だ... この人生訓を実践してきた毎日。 そして今、地域を、楽園にすべく奮闘中!

サラリーマン生活のかたわら、税理士を目指して勉学中の中嶋忠男さん(当時28歳)のもとに情報が入った。社会保険労務士という資格が創設され、その第1回目の試験が間もなく行われるというものだった。全く新しい資格と活動分野に関心を抱いた中嶋さんは受験を即断し、見事合格!第一期生となった。資格取得後、10年間は勤務を続け経験と知識を積み、38歳にして独立。業務は拡大し、グループとなった今も、代表として最前線を突っ走っている。そのキーワードは「健康」だ。

■家族の反対を押し切って

中嶋事務所グループ創立30周年記念誌でグループ副会長でもある中嶋圭子夫人は当時をこう振り返っている。:彼は38歳の時に突然「脱サラして事業をやる」と言い出しました。猛反対の私たち家族を押し切ったの。開業でした。サラリーマンとして不自由のない生活から一転して0からの出発。(中略)しかし、彼の信念は固くとにかく仕事熱心で夜昼なくただ一途に取り組んでい

ました。そんな彼の姿勢と熱意に私も『彼なら必ず私たちが幸せにしてくれる』という思いを秘かに抱き始めました。と。開業当時、中嶋さん夫婦にはすでに二人の男児がいた。生活の安定を考えれば迷って当然である。しかし、中嶋さんには成功させる自信と確信があった。それをもたらしたのは中嶋さんがいつも胸に抱いている次の言葉だ。

「人生は運と努力!」
社会保険労務士の第一期生になれるという巡り合わせは幸運そのものだ。税理士として企業をサポートする仕事を目指していた中嶋さんを待っていたかのよう。この資格は創設された。これからも企業活動はますます複雑になっていく。その時にきつと有用な資格...そう確信した中嶋さんに迷いはなかった。

運を味方につければ残るは努力だ!奥さまの言葉を借りれば「夜昼なくただ一途に」働き、工夫した。そのひとつが社会保険労務士な

らではの情報提供サービスだった。常にお得意様である契約企業を念頭に置く中嶋さんは、新聞、雑誌、マスコミは

もとより経営講演会やセミナーにも頻繁に足を運び、有用な情報を入手した。そして、それらをニュースレターにまとめてお得意様にお届けしたのである。その代表格「月刊元氣つうしん」は今年6月で1778(創刊通算420)号を数え、その他に「社労士ニュース」「税務ジャーナル」「人事・労務HOT情報」や「中嶋事務所ニュース」を発行し、さらに中嶋さんが滋賀総局長を務める「マンスリー」"日本一"のユニークな、頑張っている企業の活動を紹介して好評を博している。お得意様の役に立ちたい...それを唯一絶対の方針に掲げ、努力を惜しまぬ姿勢はお得意さまを拡大し、事業を安定させ、同じ道を選んだ子息たちの協力を得て、現在、従業員35名を数える中嶋事務所グループとなり、グループは間もなく創立40周年を迎える。

■原因不明の頭痛に

しかし事業は常に順風満帆であった訳ではない。リーマンショックの際は苦労を強いられたし、走り続ける中嶋さんの健康が蝕まれようとしたこともあった。原因不明の頭痛で倒れたのは41歳の時だった。また、肝臓系の数値が悪化し、体調不良を覚えた時期もあった。そんな時、ある勉強会で出逢ったのが本誌の昨年5月号に登場しているフジモト運輸株式会社小野光治社長だった。体調がすぐれないと話す小野社長は自分自身と経営する企業の健康への取り組みを話してくれた。「社業が順調に行くためには社員の健康が欠かせません!」という言葉に感動した中嶋さんは食生活を変え、運動を始めた。その内容を見てみよう。食事は雑穀米と「まごほやさいいこ」を中心とした献立。運動は週に4、5回、ラジオ体操と緩急歩行、ダンベル運動を欠かさない。これに興味のゴルフが加わり、「勧められてハイ・ゲンキも食べています。外食が続いたときなどは欠かせません」と年齢を感じさせない元氣な笑顔で語ってくれた。

■123歳まで生きる!

さて、人生は100年の時代と言われるが、中嶋さんは「私は123歳まで生きる」と宣言している。根拠を尋ねるのは無意味だろう。素晴らしいのは目標を定め、そこに到達するプログラムをどう作り、諦めずに実践する気力をどう維持するかだ。だから中嶋さんの究極の目標はもう決定している。それは、安定した企業経営に加え、ふるさと草津市の元氣づくり、健康づくりに貢献することだ。

■健幸都市の実現に一役!

中嶋さんの住む草津市は「めざせ、健幸都市くさつ」を掲げ、市民が生きがいをもち、健やかで幸せに暮らせる新しい都市モデルとして『健幸都市』づくりに取り組んでいる。中嶋さんはこの運動に深く参画しようと考えているのだ。中嶋さんには十分な知識と経験があり、何より、健康の大切さを熟知している。草津市が健やかで幸せな町になる日を目指して、中嶋さんの挑戦は続く!



とても77歳には見えない中嶋忠男代表



中嶋代表の名刺 元氣に溢れている

健康つうしん 食生活の改善で真の健康を!!

健康に勝るものはなし

5月4日21日産科の特約店(産科検査の指定)主催のセミナーが開催されたので、その講師として参加させていただきました。午前10時~12時までの2時間でしたが、参加者は10名余りでした。でも、皆さん熱心に聞いていたので、とてもわかりやすく、かつ楽しく、意義のある研修会であったように思います。

内容は、「最近、健康が特に気になっているのは何故か?」というテーマでした。その概要をお話し致します。

1. 医療費の爆発的な増え方
2. 食生活の変化(特に食品添加物の増加)
3. 健康に対する意識の向上
4. サプリメントの増え方

1. 医療費の爆発的な増え方
今年度の国の予算は約100兆円です。一方医療費は42兆円です。日本国民はこれだけの医療費を一年間で使っているのです。人口1億2千万人として計算すると1年1人当たり35万円使っていることになります。社会保険費として介護・育児・年金・医療保険をいれれば50万円以上になるといえます。これだけの医療費が毎年使われていると思うと恐ろしい感じがします。

2. 食生活の変化(特に食品添加物の増加)
40年前以上の食品添加物が増えているといわれています。特に最近では外食や中食が多くなり家庭での料理が減少している状況からすれば、添加物が多くなるので我々も充分注意する必要があります。食の原材料に次のような食品添加物が入っているのに注意しましょう。

①輸入品における残留農薬
チアベンゾチオール・イマザリル・オルトフェニルフェノールの3種類は輸入される柑橘系の果物に使用されている防カビ剤で人体への悪影響がある(日本では農薬としての使用は許可されていない)

②食品添加物...・着色料 亜硝酸ナトリウム
<含まれる食品>ウインナー・ソーセージ・ハム・ベーコン・いくら・菓子・明太子など
③食品添加物...・人工甘味料 アセスルフェムK アセスルフェムNa(カラメル)
<含まれる食品>清涼飲料水・ガムなどのお菓子など
④食品添加物...・合成着色料 赤色2号・3号・102号・104号・105号・106号 黄色4号・5号 緑色3号 青色102号
<含まれる食品>清涼飲料水・かきまのロップ・ジャムなど

裏面へ続く

健康に的を絞ったニュースレターは中嶋代表が自ら作成している 大好評の情報誌「元氣つうしん」A4・8ページ仕立て

元氣つうしん 6月号

でんでんむし?かたつむり?

かたつむりのことをでんでんむしともいいます。♪でんでんむし♪(かたつむり)の歌謡が有名です。でんでんむしの起源は、「早く動からずに出ていけ!」と出た虫「出虫」(出虫)と言ったことと関係していると言われていて、昔からの生活になじみのある生き物だったことが分かります。

Contents

- 夏の整理
- 健康に関する 株式会社 代表取締役 村上 肇 氏
- 研修ニュース
- 6月という年で「6」に注目しました
- 健康つうしん
- サービス一覧表

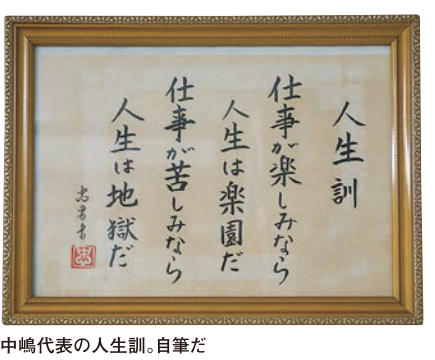
4社 中嶋事務所グループは、おかげさまで40周年を迎えました!

● 社会保険労務士法人中嶋事務所 本社 090-1919-5833 滋賀県草津市下笠町 4209-1 TEL: 077-568-0714 / FAX: 077-568-0706

● 有限会社人しん 本社 090-1919-5833 滋賀県草津市下笠町 4209-1 TEL: 077-568-0714 / FAX: 077-568-0706

● 有限会社人しん 本社 090-1919-5833 滋賀県草津市下笠町 4209-1 TEL: 077-568-0714 / FAX: 077-568-0706

● 有限会社人しん 本社 090-1919-5833 滋賀県草津市下笠町 4209-1 TEL: 077-568-0714 / FAX: 077-568-0706



中嶋代表の人生訓。自筆だ