



新春インタビュー

一般財団法人 沖縄県社会保険協会
会長 金城棟啓

■新年のあいさつ

千葉…本日は年恒例となりました「新春インタビュー」のため、沖縄県社会保険協会の金城会長にお話を伺います。インタビュアーは、今年「社会保険おきなわ」にコラムを掲載頂き、社会保険協会主催セミナー等で講師を務めさせて頂きました保健師の千葉が行います。保健師の立場から沖縄県の健康課題についても伺いできればと思います、よろしく願いします。では、新春にふさわしい挨拶で始めてまいります。明けましておめでとございませう。

■会長…明けましておめでとございませう。

協会員の皆様、読者の皆様には誌面を通してですが、共に新しい年を祝いたいと思います。昨年はコロナ禍で大変な一年でしたが、今年はコロナ禍も収束し皆様にとって、素晴らしい年になりますようお願いいたします。また、千葉さんにおかれては講師頂いたセミナー受講者の皆様から「内容が分かり易くとてもよかったです」「また受講したい」など高い評価を頂いております。今後も協会事業へのご協力をよろしく願います。

■2021年を振り返り

千葉…昨年も色々なことがあった一年でしたが、金城会長にとってどのような年でしたでしょうか。



■金城棟啓氏 1954年生まれ
1977年4月 琉球銀行入行
2012年4月 頭取就任
2017年4月 会長就任（現職）
2013年3月 沖縄県社会保険協会 会長就任
他数多くの団体役員兼任

会長…やはり、新型コロナウイルスの影響が大きい一年でした。度重なる緊急事態宣言の発令などで経済活動がかなり疲弊しました。特に沖縄県は、観光関連事業を中心としたサービス業が多くを占めるため、その影響は甚大なものでしたが、倒産の多発など大きな社会的混乱に至っていないのは、政府による助成金等の施策や金融機関等の緊急融資などの効果があったと思います。

当協会事業でもセミナーなど実開催がなかなか出来ない中、ホームページの充実を図り、健康づくり事業の講師派遣やDVD貸出しの推進、冊子の配布などコロナ禍でできることは何かと様々な取組を模索しました。十分とは言えず会員の皆様には物足りない部分があったかと思えます。

一方でワクチン接種が進んだこともあり、新規感染者が年末にかけて急速に減少したことで人の流れや経済活動も徐々に回復しつつあります。一時の閉塞感からは抜け出し明るい兆しが見えてきました。

■沖縄県の健康課題について

千葉…私は保健師として職場の健康づくりのサポートに携わっています。

沖縄県はかつて健康長寿県でしたが、現在働き盛り世代の死亡率が高く、職場の定期健診の有所見率も10年連続全国ワースト1と働き盛り世代の健康課題が深刻です。健康長寿県沖縄を復活させるために、県民は何に取組むことが必要だと思いますか？

会長…専門家ではないので一般的なことしか言えませんが、ファクトとして日本は世界の中でトップの長寿国であることは認識しておく必要があります。ただ、寿命が長いというだけではだめで、健康で長生きが重要という風に変わってきました。そういう意味で仰るとおり健康長寿県を目指すことはとても大切なことです。沖縄の格言で「口からる しーらー いんどー（病

気は口から入る）」という言葉がありますから、まずは食事だと思います。医食同源と似た意味ですが、食べ物に対し注意を払うことで病気になるににくいということです。最近では貧困が肥満を生むとも言われています。飽食の時代にあつて、ジャンクフードではなく、体にとって良い食事を取り、身も心も適切な生活習慣を身につけることが大事ではないでしょうか。

千葉…沖縄はもとも独自の野菜や野草に恵まれ、栄養価が高い物が多いと海外からも注目されています。当たり前でありつつも海外からも注目されています。島野菜や野草などを積極的に食生活に取り入れることも大切だと思います。

会長…その通りですね。地元の食材をしっかりと摂ることは基本です。最近では、食べ物だけでなく、心の在り方も重要と言われています。心と身体はリンクしている訳です。コロナ禍でストレスが高まることで、メンタルに影響しそれが身体の変調につながっていく。コロナ禍で免疫力の重要性が話題になりました。免疫力を高めるには、おらかな気持ちを持ち、穏やかに暮らせるよう生き方や心の持ち方を変えていく必要があります。聖路加国際病院の日野原先生の言葉を借りれば、「鳥は飛び方を変えることはできない。馬は走り方を変えることはできない。でも人間は生き方を変えることができる。」ということですね。加えて私は、人間は笑うことが出来ると言っています。笑う門には福来る、これは本当だと。

■健康経営について

千葉…従業員の健康づくりには従業員の活力や生産性の向上に繋がります。結果的に企業の業績向上などに繋がるといって「健康経営」が近年注目されています。会長が所属されている琉球銀行ではどのような取組みをしていますか？



左から千葉千尋氏、金城棟啓会長、米弘明常務理事

会長…まずは男性、夫の考え方を根本から変える必要がありますね。昔は、男性は外で仕事、女性は家事というのが一般的な考えでした。しかし近年は違います。子供を産むこ

とができるのは女性ですが、それ以外は平等に生きることができるとい風に変わりました。特に、子育ては家庭では夫の意識改革が必要です。日本では女性に子育てしながら仕事もさせようとしています。家事育児は男女平等に行うものです。お父さんもしっかり子育てに関わることです。ここは、日本は

会長…ウェルビーイングという言葉があります。ただ長生きするのではなく、身体的、精神的、社会的に良好な状態にあるという意味ですが、幸福感とも関係します。個人だけでなく企業にとつてもこの考えはより重要になっていきます。最近、企業は株主のためだけでなく、取引先や社員、地域社会など様々なステークホルダーに囲まれて存在しています。そういうことを考えて経営する必要があるという風に変わってきました。健康経営もその一つです。一番身近な社員を大事にし、健康で楽しく笑顔で仕事をすれば企業の利益は後からついてきます。

琉球銀行では、健康経営戦略マップを策定し、人間ドックの結果など社員の健康状態を把握しケアしています。一人のパフォーマンスが落ちるとその影響がチームにかり、ひいては企業のパフォーマンスにも影響が出ます。企業が単に儲ければ良い時代ではなく、アフターコロナ、ポストコロナも見据え、社員の健康を大事にしていきたいと思っています。

■女性活躍推進■

千葉…私は女性が活躍できる社会が当たり前になるためには、女性の健康課題への理解とサポートが必要だと思っています。女性活躍推進法もコラムを書かせて頂きました。

かなり遅れています。男社会の中で女性は様々なハンディを抱えています。企業経営者は女性特有の体の問題などもしっかり理解して「衡平」な職場環境づくりに取り組む必要があります。

■ストレス解消について■

千葉…コロナによる様々な変化は「心の健康」にも多く影響を及ぼしました。「心の健康づくり」がストレス社会でますます大切となっていますが、会長ご自身ストレス解消のためどの様なことを心がけていますか？



会長…日本は感染者数も減少していますが、世界に目を

■2022年の展望■

千葉…では2022年の展望をお聞かせください。

会長…コロナ禍の影響で夜の宴会や会食が蒸発したので、夫婦での会話が増えました。これは、とても重要な変化です。結婚以来こんなに会話をしたことはありませんでしたから（笑）。新しいことにもチャレンジしました。例えば子犬を飼いました。メスのマルチーズですが、既に家族の一員になっていて癒されています。コーヒード豆の自家焙煎や孫達と一緒にサイクリングも始めました。何か新しいことを始めることは精神的にとっても良い効果があると実感しています。

向けるとコロナ禍の収束はまだまだ厳しい状況にあります。また、コロナ時代を前提として、どのようにに経済活動を復活させるか人類の英知が試されるということだと思えます。

個人的には、現在はエクスポネンシャル的なイノベーションの真っ只中であって、大きなビジネスチャンスの時代だと明るく考えています。AIとか3Dプリンターやブロックチェーン、ライフサイエンス、自動運転など様々な破壊的イノベーションが融合して「加速が加速」する時代。そう聞くと、わくわくしますね。若い人にとってはチャンスです。大いにチャレンジしてほしいです。

私も協会としても、コロナ禍であっても会員の皆様方が会員になって良かったと思えるよう事業内容の充実はもちろん新しい取組にもチャレンジして参りたいと考えています。

■終わりに■

会長…コロナ禍で、会員の皆様は大変なご苦労をされていると思います。協会事業として、セミナー等実働ができない分、オンライン開催やHPのレベルアップなどをしつつ、皆様の社会保険業務や健康づくりのお役に立てるよう頑張っております。本年もよろしくお願いたします。

千葉…金城会長の健康経営などに対するお考えなど、色んなお話をお伺いでき、私も前向きな気持ちになれました。今年も社会保険協会の活動に期待したいと思います。本日はお忙しい中、ありがとうございました。



■ 千葉 千尋氏

岩手県出身 保健師
行政の保健師として地域住民の健康の保持増進・疾病予防に多世代を対象にした相談支援と地域のネットワークづくりに携わる。
2018年から現在は働き盛り世代の人たちの心と体の健康と職場環境改善を支援する機関で産業保健専門職として活動中。