

あすのたね

3-5

特集

睡眠の面から考える体調管理
「今こそ見直そう 免疫力の高め方」

9 『伴走支援で乗り越える BtoCに向けて 販路拡大の裏側』

株式会社エー・シーケミカル
× 中島中小企業相談所長

10-12 『従業員、の健やかさが 企業、の健やかさ』

アクサ生命保険株式会社
日下英樹氏

14 「幸福赤飯」「幸福ぜんざい」 でまちの活性化 幸津川農業振興組合・ 農業6次化プロジェクト

New
コーナー



▲会議室で料亭魚和の「ほたる弁当」を食べるもーりー

コロナ禍でも、お店の美味しい お料理を食いたい！ そんな時は、 オフィス DE デリ弁♪

オフィスのランチに利用できるテイクアウト
取扱飲食店を随時ご紹介！
詳細は 8 ページをご確認ください。

各種相談案内

●相談無料
●予約制

<法律相談>

日時 10月27日(水) 10:00 ~ (30分単位)

相談員 平柿法律事務所

<事業承継等相談>

日時 10月27日(水)
10:00・11:30・13:00・14:30

相談員 滋賀県事業承継・引継ぎ支援センター

<労務相談>

日時 10月12日(火) 13:30・14:30・15:30

相談員 滋賀県働き方改革推進センター

<知的財産等相談>

日時 10月13日(水) 13:30・14:30・15:30

相談員 INPIT滋賀県知財総合支援窓口



Q

実用新案について教えてください

A

実用新案は、小発明を早期に保護するために設けられた制度です。このために特許よりも保護対象が狭く、方法(製造方法

相談事例紹介
(知的財産等相談)

を含む)や形状に特徴のない科学物質などは除かれます。実用新案登録は、形式的な事項を調べるのみで登録要件を審査することなく、出願後約6ヶ月以内で登録されます。実用新案の権利期間は出願から10年と、特許の20年の半分です。

すぐに真似されやすい流行品、ライフサイクルの短い製品等では早期に登録される点から、特許に比較して実用新案を取得した方が有利な場合があります。該当しそうな案件があれば、気軽にご相談下さい。

120分で分かる事業計画策定セミナー

～自社の「経営」を振り返り、自社の「勝ち方」を見つけませんか?～

ぜひご参加
ください!!

- 今まで「経験と勘」、どんぶり勘定で進めてきた成り行き経営から脱却したい方
- 新たな事業を立ち上げて軌道に乗せ、更なる発展を目指したい方
- 補助金や助成金、融資を有効活用することで、経営改善したい方



大永コンサルティング
代表 永井 俊二 氏

■ 講 師 大永コンサルティング 代表 永井俊二 氏
 ■ 日 時 10月25日(月) 15:00～17:00
 ■ 場 所 守山商工会議所 201号室
 ■ 定 員 15名

受講料
無料

- お申込方法 本誌折込チラシにご記入の上、FAXにてお申込みください。
- 受講メリット
- ①事業計画策定に必要な知識を取得できます
 - ②策定した計画をもとに各種補助金、助成金につながります
 - ③実現可能性が高い事業計画を策定し、持続的な発展への道を切り開きます
- 注 意 事 項
- ・マスクを着用いただき、会場に設置する消毒液等をご利用の上、ご受講ください。
 - ・当日に発熱や体調不良の場合は、ご来場をお控えください。

お問い合わせ先 守山商工会議所 中小企業相談所 TEL077-582-2425

人生100年時代、やりたいことをやる。

68歳男性
15年前のバイク事故で歩行が不安定に。

右足の後遺症

①バイクと同じく趣味だった写真を再開したい
②杖を使わず歩きたい
③孫と遊びに行きたい

20年来のお身体の悩みも、一度ご相談下さい!

今なら!! リハビリ体験 特別3回コース ¥11,000 (税込)

リハビリは受けてみたいけど、通い続けられるか心配...そんな時はぜひ3回体験プランをお試し下さい! (お一人様一回のみ)

マンツーマンで徹底サポート!

60日間改善プラン

1回120分の施設リハビリと、自宅でのリハビリサポート等

週2回 全16回 275,000円 (税込み 302,500円)

週1回 全8回 137,500円 (税込み 151,250円)

「本当はしたい」ことを諦めないための、マンツーマンリハビリ

脳梗塞リハビリステーション滋賀 あいむ

「見守り」Webサイト・Twitter・Facebookもご覧ください!

077-514-2255

滋賀県守山市守山西丁目6番11号

滋賀県事業継続支援金 (第2期) のご案内

【支給対象者】

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受ける県内中小企業等・個人事業主のみなさまのうち、下記の要件のいずれかにあてはまる方。

- (1)国の「月次支援金」を2021年の7月または8月のいずれかの月で受給した方
- (2)2021年7月または8月のいずれかの月の売上が2020年または2019年の同月に比べて50%以上減少した方
- (3)2021年7月と8月の売上の合計が2020年または2019年の7月と8月の売上の合計に比べて30%以上減少した方

※ただし2021年6月までに開業していること。

【締め切り】
10月29日(金)

【支給額】

中小企業等：20万円
 個人事業主：10万円 ※1事業者につき1回の申請まで(第2期)
 第1期と第2期は重複受給が可能です。

【ホームページ】

<https://www.pref.shiga.lg.jp/kensei/koho/e-shinbun/oshirase/320366.html>



〈お問い合わせ先〉

事業継続支援金コールセンター
 電話番号：0570-200-575 開設期間：平日9:00～17:00

特集

睡眠の面から考える体調管理 「今こそ見直そう免疫力の高め方」

～ビジネスパーソンに必要な体調管理の基礎知識～

スリープ・パフォーマンスカンパニー 代表 小林 瑞穂



これからの時代、睡眠管理はビジネスパーソンの基本

コロナ禍で私たちの生活は大きな変化がありました。改めて「健康」について考える機会にもなりました。Withコロナ時代の経済を支え、発展させるために今まで以上にビジネスパーソンにとって健康管理は重要になります。

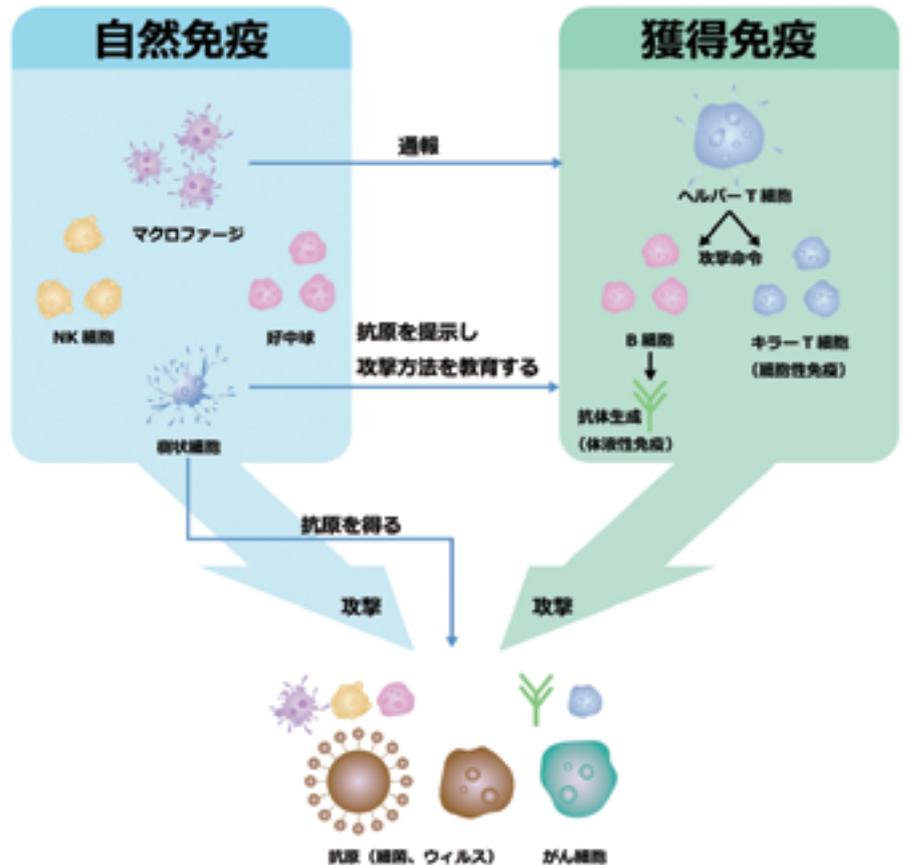
睡眠は、心と体の健康維持と能力発揮にとって必要不可欠なもので、様々な役割を担っています。今回は、感染症と戦う免疫と睡眠の関係に注目してみます。

免疫とは？

免疫は簡単に言うと、生体防御の一つです。「生物が非自己を認識・排除する仕組みを生体防御と言い、生体防御には、物理的・化学的防御と、体内に侵入・発生した異物を排除する仕組み（免疫）がある。」となります。

免疫の役割は、感染症と戦うだけでなく、例えば花粉症の様なアレルギーや、リウマチの様な自己免疫性疾患なども免疫反応です。単に、免疫は高ければ良い・強ければ良いわけではありません。「適正に働くこと」が大切です。

ただし、一般的に言われる免疫力という言葉は主に感染症と戦う力を指している場合が多いこと、また寝不足や食生活の偏りなどにより十分にその力を発揮できていない状態の人が多いため、高めようと表現しています。



免疫力と睡眠の関係

<その1 寝て治す！>

子供の頃、母に言われた「風邪ひいているのだから早く寝なさい。」実はこれはとても正しい指導です。免疫細胞が出すサイトカイン（生理活性物質）の中には、細菌やウイルスに感染すると、発熱と共に、ノンレム睡眠（深い休息のための睡眠）を引き起こすものがあります。自分の免疫細胞がしっかり働くためのエネルギーを確保するために、眠気を引き起こし休ませようとしているとも言えます。

「自分の体調（=体の声）に耳を傾け休むことを選択する」これも自己管理です。



<その2 ワクチン打ったら徹夜はダメ！>

幾つかの論文で、A型肝炎他のワクチン接種後の抗体産生量を比較したデータがあります。予防接種した夜、しっかり睡眠を取った群Aと徹夜した群Bで比較したところ、4週間後の抗体量は、2～4倍差が出たという結果が出ています。

予防接種の効果を十分に得たいならば、しっかり睡眠を取ることが必要であるとわかります。繁忙期ならばシフト調整など検討して欲しい所です。



<その3 寝不足・ストレスは免疫力低下します！>

他にも、5時間未満の睡眠では風邪の罹患率は約4.5倍高くなります。

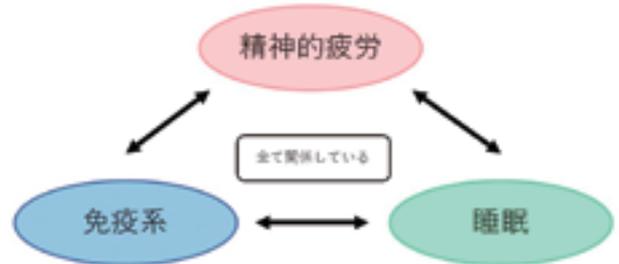
大学生のデータで、6時間以下10時間以上の睡眠の群は、年間に5回以上の軽い風邪をひく率が高かった。0回の回答はなかった。というものもあります。

短すぎる睡眠は免疫力低下に直結します。と同時に適度を越えた長すぎる睡眠もリズムを崩し悪影響が出る様です。

また、精神的ストレスの度合いと免疫力の低下と睡眠不足傾向には相関関係があることが分かっています。

ます。

心あたりのある人は、先ず睡眠負債を解消すること。そしてストレスの原因に対処すること。免疫力向上の食品摂取だけでなく、睡眠管理とメンタルケアの2段階構えが必要です。



免疫力を発揮するための睡眠法基本のキ

☆寝不足・睡眠負債は早めに解消しよう！

睡眠負債簡易チェック：1つ以上チェックで睡眠負債の疑いあり

睡眠負債簡易チェック

- 1.ここ最近目覚めが悪い。
- 2.ここ最近寝つきが悪い。
- 3.昼間に強い眠気を感じるが増えた。仕事に響く。
- 4.夜中に何度も起きる。目つ、起きたら再度眠れない。
- 5.最近ちょっとしたことでイライラする事が増えた。
- 6.休日は普段より2時間以上長く寝る。

詳しく知りたい：
<https://www.nhk.or.jp/special/sleep/>
 (NHKスペシャルのHPをご参照ください)



☆朝日を浴びる！

2500lx以上の強い光（日光は曇りの日でも強い照度）には、体内時計のリセット効果と、メンタルバランス調節と入眠ホルモンの原料となるセロトニン放出効果などがあります。

真夏なら5分・冬なら20分、目覚めてから会社に行くまでの時間にしっかり日光を浴びるのが最高の睡眠の基本です。



☆寝る前はリラックスタイムを設ける♪

筋肉も脳もゆるめる必要があります。これは、自律神経の働きを整えるもの。自律神経の働きにメリハリが優位になって初めて質の良い睡眠が得られます。交換神経の興奮冷めやらぬままや、交感副交感のメリハリがない状態ではダメなのです。意識して行動を変えることで睡眠の質を改善できます。

日本人にオススメなのは入浴。体をほぐすだけでなく、心もホッとでき、更に体温調整や免疫力アップにも効果的です。



夜のお風呂は
温めの長め。
39℃～41℃
5～15分

☆適度な運動を！

コロナ禍で運動不足で眠れなくなっている人もいます。質の良い睡眠には適度な疲労も必要です。ただし、一般の方の場合は、寝る直前の激しい運動は興奮してしまうので逆効果。夜は軽いストレッチ程度に。夕方の運動が一番おすすめです。

また、激しい運動後は、免疫が低下し感染症にかかりやすくなるのが分かっています。

スポーツの試合など激しい運動をした日は、しっかり睡眠を取り回復をはかることをお勧めします。



☆十分な栄養を！

食糧難の地域の人や偏った食事などで低栄養の状態になると、感染症による死亡が増加します。

また、低栄養だとワクチン接種時の抗体生産量が低下します。バランスの取れた食事を心がけることが大切です。腸管免疫という言葉聞いたことがあるかもしれません。最近では、腸内細菌が免疫細胞(T細胞)の分化や成熟、維持機能を発揮することもわかってきました。腸内細菌を整える食品も取り入れてみましょう。ただし、胃腸の働きを整えるため・細胞の修復と再生を促すためには、睡眠が必要不可欠です。

質の良い睡眠をとらなければ、食事の効果も十分に活用することができません。



終わりに

感染症と戦う抵抗力や免疫力を維持する・しっかり発揮するためには、睡眠は重要なカギである！ということがわかっています。

あなたの替わりはほかにいません。元気で長く活躍するために。

『健康管理も仕事のうち』その第一歩として、睡眠改善に取り組んでみてはいかがでしょうか？

読者の皆様のご健康と、さらなる会社のご発展をお祈り申し上げます。

小林 瑞穂(こばやし みずほ) スリープ・パフォーマンスカンパニー 代表

薬科大学卒業後、医療系営業職に従事。ビジネスパーソンにとって睡眠の重要性に気づき、メンタル専門薬剤師として延べ5万人以上の「眠りの悩み」に関わる。日本にわずか10名ほどしか存在しない『睡眠改善シニア指導員資格』を取得(H29年3月現在)。『生産性向上のための睡眠法』他をメインテーマに、全国の企業や団体、学校等で、年間約90本の講演やセミナーを実施。体感型ワークを多く取り入れた講座は、「すぐに実践できる」「仕事の効率化が図れた」「働き方改革に繋がった」など、好評を博している。著書：『できる大人の9割がやっている 得する睡眠法』(宝島社)

10月のスケジュール



お知らせ

MORIYAMA

1 金	持続化補助金(一般型)第6回締切	📌
2 土	もりやま創業塾2021「私の、未来計画」	📌
3 日		
4 月		
5 火	正副会頭会議	📌
6 水		📌
7 木		📌
8 金	補助金活用セミナー	📌
9 土		📌
10 日	もりやま創業塾2021「私の、未来計画」	
11 月		
12 火	第5回常議員会 働き方改革相談	📌
13 水	知的財産等相談	📌
14 木		📌
15 金		📌
16 土		📌
17 日	チャレンジマルシェ (いいな守山めぐり)	
18 月		
19 火		
20 水	湖南四市まちゼミ2021参加申込開始	
21 木	ECサイトネットショップ導入活用セミナー	
22 金		📌
23 土		
24 日	第223回珠算能力検定試験 もりやま創業塾2021「私の、未来計画」	
25 月	事業計画策定セミナー	
26 火		
27 水	法律相談 事業承継等相談	
28 木		
29 金	人権啓発担当者研修会	
30 土		
31 日		

※ 📌...ワクチン職域接種日

「もりやまこども未来商品券」 取扱い店舗募集中!

当所では守山市から委託を受けて、～子育て世帯応援～もりやまこども未来商品券発行事業を実施するにあたり、市内全域で取扱事業所を募集いたします。

販売促進、店舗・商品のPRの機会としてご応募いただきますようご案内申し上げます。

詳しい内容については、当所の専用サイトをご覧ください。



対象事業所

守山市内で小売業、飲食業、サービス業など、直接消費者に販売またはサービスを提供する事業所

事業所負担金

無料(取扱い登録店の負担金はございません)

申込方法

当所専用サイトよりお申し込みください

お問い合わせ
守山商工会議所
TEL077-582-2425



駅前イベント情報

駅前総合案内所
TEL(514)3765



“お知らせ”

やまもりいちを開催

毎週水曜・土曜の朝8時からやまもりいちを開催しています!!

守山産の新鮮野菜を中心に守山名産の鮎、湖魚佃煮、季節の果物、パンやお弁当、和洋菓子、その他手作り加工品など多数揃えてお待ちしております。

■ “ニューボーンフォト”

かけがえない新生児期を残す、家族の愛の写真展

10月4日(月)～10月10日(日) 最終日午後4時まで

生後3週間以内に撮影する“ニューボーンフォト”やお宮参り、七五三など家族の大切な節目を撮影した写真・パネル約70点を展示。

■ 編み物作品展

10月11日(月)～10月17日(日) 最終日午後3時まで

手編みの作品(モチーフつながぎのブランケット、セータースーツ、カーディガンスーツ、ベスト、お花シュシュなど)約20点を展示。

■ 吉身公民館短歌教室作品展

10月18日(月)～10月24日(日) 初日10時から 最終日午後3時まで

色紙や短冊に書いた各自の作歌3首、18点を展示。
1年間に作歌した中から各自10首を選んで作成した作品集は自由にお持ち帰り頂けます。

■ 折り紙で切り絵

“展示販売あり”

10月25日(月)～10月31日(日) 最終日午後3時まで

どなたでも、簡単にはじめられる折り紙をハサミで切る切り絵作品約30点を展示。



会議・イベント 開催 報告

役 役員会・総会 部 部会 青 青年部 女 女性会 他 その他(セミナー等)

部 建設部会 行政懇談会 8/24 (火)

場所：守山商工会議所

1. 国庫補助金(インフラ整備等)における近隣市との比較について
2. 市内業者への優先発注(市外業者へのゼロ発注)について
3. 今後の建設事業(予定)の情報提供について

部 建設部会 集中豪雨水害防止奉仕作業 8/25 (水)



▲土砂の除去作業に参加された部会員の皆さん ▲汗を流しながら真剣に取り組まれる参加者

場所：吉身小学校

集中豪雨水害防止のため、グラウンドの排水用側溝に溜まった土砂の撤去作業を行いました。学校やPTAの奉仕作業では困難であるため、建設部会では、今後も市内の小中学校の要請を受け、順次実施していきます。

他 クラウド会計セミナー実践編(個別相談) 9/9 (木)

場所：守山商工会議所

講師：大黒将則氏(税理士)

8月6日(金)の基礎編に続き、実践編を実施しました。freeeのソフトの基本設定が難しいことから、今回は個別で対応をしました。参加者は、講師からのアドバイスを熱心に聞かれています。

他 第4回常議員会 9/14 (火)

議 題

1. 新入会員の承認について(詳細は下記参照)
2. 令和3年度子育て世帯応援もりやまこども未来商品券発行事業の受託並びに特別会計の設置について
3. 令和3年度子育て世帯応援もりやまこども未来商品券発行事業の受託並びに特別会計の設置議案の常議員会議決について
4. 令和3年度守山商工会議所一般会計補正予算について

報告事項

・第13期1号議員補欠選挙結果について

	氏名	事業所名	役職名
選任	杉江尋幸	Auto-ID フロンティア株式会社	代表取締役

任期：令和3年8月26日～令和4年10月31日まで

他 同一労働同一賃金対策セミナー(基礎編) 9/14 (火)

場所：守山商工会議所

講師：石部大郎氏(特定社会保険労務士)

同一労働同一賃金の背景と基本的な考え方、不当な格差となるガイドラインについて社労士の石部大郎氏にお話しいただきました。当日は、コロナ禍で緊急事態宣言の発出中でもありZoomによる視聴が中心となりました。



新入会員紹介コーナー

新しい会員さんです。共に、がんばりましょう!(敬称略)



事業所名	代表者名	所在地	営業内容
若菜電設株式会社	若菜 康年	今浜町2410	電気設備工事全般、設計、施工、管理
株式会社由来工業	林 由紀夫	荒見町217-11	道路河川、宅地造成
リビングサポート滋賀有限会社 高級食パン専門店「さずがにオアゲ」	中島 智宏	勝部五丁目6-23	高級食パン店
株式会社 nadeshico 炉端と日本酒 魚丸	細川 雄也	梅田町14-2	飲食店
プロペラキッズ英語教室	管 育子	守山一丁目5-10守山銀座ポレスター104	子供向けの英会話教室等
株式会社 s.create	三尾 直文	草津市大路3-1-19-2F	WEB&フリーペーパーおでかけmoaの運営等
株式会社合澤組	合澤 恭一	下之郷二丁目4-57	土木
然	吉田 幸史	吉身三丁目4-22プチフルール502	整体
with b	柏木真由美	今浜町2407	ネイル、エステ、脱毛、足ツボ、マルシェ主催
ROCK-et	金田 用起	下之郷一丁目8-21	トイガン、モデルガン等のネット販売
株式会社エムテック	宮本猪佐朗	横江町321-1	半導体製造装置の部品、省力化機械等の製作加工、機械加工

オフィスDEデリ弁

たまには飲食店のお弁当を注文して、職場でおいしいランチを食べる時間を作りませんか？
 当所では、コロナ禍で苦しい状況下にある飲食店への企業・団体の皆さまが日常生活にできる大きな支援として、テイクアウト取扱店を「あすのたね」にてご紹介していきます。グルメタクシーを上手く活用して「デリバリー弁当(デリ弁)」としても利用できます。みんなで地域の飲食店を応援しましょう！

和・ダイニング しゅん

MENU

近江牛会席	3,024円
こはる	1,566円
なでしこ	1,296円



所 守山市淨気町341-2 **☎** 077-582-3195 **📧** @syun_obentou
営 ランチ11:30 ~ 14:00(LO13:15)土日祝は要予約
 ディナー 18:00 ~ 24:00(LO23:00) **休** 不定休
事前予約要 配達可(11,000円以上のご注文から) 配達時間11:00 ~ 18:00



料亭 魚和

MENU

①ひつまぶし弁当 ②寿司弁 ③料理屋の海苔弁 各1,296円

彩(いろどり)弁当	3,240円
和(なごみ)弁当	2,160円
ほたる弁当	1,620円
ローストビーフ弁当	1,620円
松花堂弁当	4,320円



所 守山市守山1丁目14-11 **☎** 077-582-2242
 11:30 ~ 22:00(入館は20:00) **休** 不定休 **📧** @uowa1907
事前予約要 不定休につき要予約(営業日は当日でも承ります) 配達可(お問合せください)



料亭 魚末

MENU

ランチ弁当	2,200円
特製幕の内弁当	3,300円~

※季節ごとに料理の内容が変わります。



所 守山市守山1丁目11-14 **☎** 077-582-2023
営 11:00 ~ 20:00 **休** 水曜日
事前予約要 (前日12:00まで) 配達可能(5個以上注文で配達します)



平兵衛庵

MENU 会席弁当 3,000円

お弁当 始めました。
 コロナウイルスで、店内飲食を控えているお客様
 皆様のお弁当の注文をお受けいたします。お弁当の注文は、
 電話・メール・LINE・ホームページからご予約・ご注文いただけます。



所 守山市守山1丁目12-25 **☎** 077-582-2949
営 12:00 ~ 22:00 **休** 不定休 **事前予約要**

魚末寿司

MENU

盛合せ寿司	1,200円~
にぎり寿司	2,400円~
上にぎり寿司	3,500円~
幕の内弁当	3,300円
ミニ会席	2,800円



所 守山市守山1丁目14-3 **☎** 077-582-2061
営 9:00 ~ 19:00 **休** 水曜日 **予約不要** 配達可能



うを伊

MENU

お弁当 1,620円~



所 守山市矢島町978-3 **☎** 077-585-2691
休 不定休
事前予約要 (5個以上のご注文からお願い致します) 配達可能



グルメタクシー

グルメタクシー事業に登録している市内飲食店のお料理を1回の注文で3,000円以上ご注文いただくことにより、タクシーによるご自宅や職場までの送料の一部または全額を助成します。
 ※事前に各店舗にご確認下さい。

10,000円以上 お料理なら 宅配料無料!!
 【配達範囲】守山市内

守山市内のテイクアウトをおトクに活用しましょう

詳しくはこちら! 



3密を避けた市内飲食店 利用推進事業

守山市内の飲食登録店でテイクアウト商品を購入すると割引が受けられます。

- 3,000円以上購入の場合 15%割引/上限10,000円
- 10,000円以上購入の場合 25%割引/上限30,000円 (100円未満は切り捨て)

詳しくはこちら! 

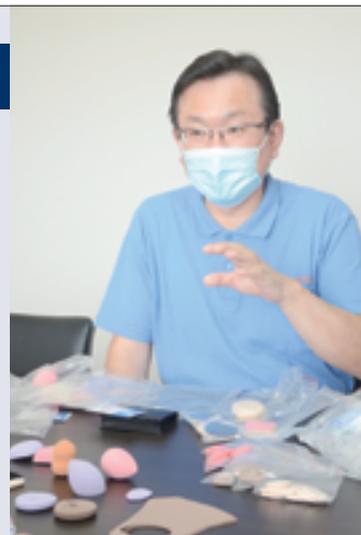



TAKE OUT



伴走支援で乗り越える B to C に向けて 販路拡大の戦略

工業・医療分野を中心に吸水や脱水に優れた高機能性スポンジの開発や販売を手掛ける株式会社エー・シーケミカル。代表取締役の竹内篤志さんは独自のスポンジ技術を取得し2006年に野洲市で起業、守山市播磨田町に移転して6年目となる。近年、美容分野にも着手し化粧品用の高級パフや3Dスポンジを製造・販売しているが、昨年コロナ禍でその技術を生かし肌感覚に近いマスクを商品化した。昨夏、守山商工会議所に入会し、販路拡大の手立てを模索中。「B to C (企業対消費者取引) に向けて商工会議所に力添えをいただき、とてもありがたいです」と話す。



▲「ベースの樹脂を作ることができるのが自社の強みです」と竹内さん

プレスリリースから学ぶ宣伝効果

しっとり、肌に優しい“触ると分かる良さ”をどう伝えるか、どこで売るか。きっかけは「駅前総合案内所にマスクを置いてもらえますか？」という竹内さんの一言。守山商工会議所の伴走支援の中で中島剛中小企業相談所長は商品を多くの人に見てもらえる機会を増やそうと、販路拡大に向け親身に寄り添う。

販路拡大に情報発信は欠かせない。商工会議所は『プレスリリース事業』として会員事業所の広報活動を支援している。竹内さんは昨年12月、商工会議所のオープンセミナー「プレスリリースセミナー」に参加し、効果的な広告宣伝について学んだ。講師とともにプレゼンの仕方をブラッシュアップし、今年2月に行われた8社合同記者発表会に臨んだ。「商品名は重要」というアドバイスで、マスクを“天使のほっぺ”と命名し商標登録した。後日、日刊工業新聞や工業用雑誌に掲載され、宣伝効果に結びついた。



▲“天使のほっぺ”は全7色、抗菌・防カビの機能も。駅前総合案内所とネットショップBASEで販売中

支援事業を活用した展示会のススメ

また中島所長は商品の“触感”を重視し、「見て、触ってもらえる」展示会への出展を勧めた。さっそく3月に開催された「京都インターナショナル・ギフトショー」に出展。反響は大きかったが、商品を広く知ってもらおうという目的で参加したため、価格設定など販売体制が整わず契約には至らなかった。「京都ギフトショーはB to Cに進むための良い経験でした」と竹内さん。

京都での学びを生かし、再び展示会にチャレンジ。9月16、17日に開催の「大阪インターナショナル・ギフトショー」に出展した。出展料は国の補助金制度「伴走型小規模事業者支援推進事業」を得て、守山商工会議所が行う『商談会等出展支援事業』の予算を活用した。コロナ禍でも多くの人を訪れ、会場では商品のPRだけでなく企業間のつながりもできた。「大きくはばたくチャンスに！」と期待が膨らむ。

商品への愛着が活気に

昨年10月は市立図書館で展示、12月には「もりやまいち」に出店するなど、地元でのPRも怠らない。手に取ると、“とろけるような触感”に驚きの声上がる。竹内さんは「販売専門会社を立ち上げることも視野に、B to C に向けて階段を上っています」と将来を展望する。「白色のスポンジマスクは唯一無二」。開発者としての竹内さんの熱い思いが込められている。

制作協力 / 守山市民新聞編集室(ライター 寺田・フォト 太田)



▲大阪ギフトショーに出展する竹内さん(中)と同行する中島所長(左) / 提供写真



株式会社エー・シーケミカル

住 所：滋賀県守山市播磨田町38-2
TEL：077-598-5580
FAX：077-598-5540
E-mail：info@ac-chemical.co.jp
URL：http://www.ac-chemical.co.jp/

【お問い合わせ】守山商工会議所
中小企業相談所 指導課まで
TEL 582-2425 FAX 582-1551



Business ビジネス コンパス COMPASS

専門家による情報配信事業
by 観光理財部会



アクサ生命保険株式会社
ヘルス&プロダクティビティ・
マネジメント推進部
部長 (健康経営エキスパートアドバイザー)

日下 英樹 氏

【ご相談・お問い合わせ】
アクサ生命保険株式会社
京滋支社京都営業所 守山分室
〒524-0021 守山市吉身3丁目11-43-1F
TEL 077-582-9077
FAX 077-582-9077

“従業員、の健やかさが”企業、の健やかさ

企業の発展を支える健康経営

健康経営とは、企業が経営理念に基づき、従業員の健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践する取り組みです。従業員の健康保持・増進に取り組むことが、従業員の活力向上を促し、生産性の向上等の組織の活性化をもたらします。

健康経営は2015年より官民一体となって本格的な取り組みがスタートしましたが、その背景の大きな理由の一つとして、働き手：いわゆる生産年齢人口が今後大きく減少していくことが挙げられます。統計的には今後約50年で半減すると予測されています。

このように15歳から64歳までの生産年齢人口が大きく減少していく日本においては、今後人材確保も難しくなり、女性や高齢者など多様な人材の活躍や柔軟な働き方、そして国内需要の減少も加速することから新しい需要の創出やイノベーションがより強く求められる世の中になっていくものと考えられます。企業の人材マネジメントにおいても、求職者に選ばれる企業となること、そして従業員が心身ともに健康で生き生きと働くことが出来る環境を整備することがより一層重要となります。

このような背景から健康経営はこれからの日本においては必要不可欠な施策として経済産業省が積極的に推奨している「経営課題の解決」に繋がる国策と位置付けられております。そして従来自己責任と考えられてきた従業員の健康づくりに企業が積極的に関与することで生産性の向上を目指し、企業の持続的な発展に繋げることを目的とした取り組みです。

健康経営は、企業だけではなく従業員にとっても重要な取り組みとなります。会社と一緒に健康経営に取り組むことで、自身の健康に関心を持ち行動を変えることが何故重要かを理解するとともに、自身や家族の夢や目標を実現することの大切さを再認識し、将来にわたって明るい未来を描くことが可能となります。

この健康経営の取り組みで最も重要なことは、経営者が従業員に対し、「従業員の健康は会社の大切な財産である。その大切な財産である従業員の健康を、我が社はしっかり守っていく」というメッセージを明確に伝え、従業員にとって重要な施策であることを認識させ、従業員を巻き込んで実践することです。これが健康経営取り組みの成功の鍵となります。

健康経営のメリット

一般的に「生産性の向上」、「リクルート効果」、「従業員のエンゲイジメントやモチベーションの向上」、そして「医療費削減」や「各種インセンティブの適用」等が挙げられます。

例えば人の採用に関しては、就活生やそのご両親の「就職したい会社」の条件として、「従業員の健康や働き方に配慮している会社」、「福利厚生が充実している会社」が上位1位、2位となっています。今後は良い人材を確保するためにもホワイトな企業をアピールすることが重要となります。

このホワイトな企業をアピールする顕彰制度として、2016年より「健康経営優良法人認定制度」がスタートしています。健康経営優良法人の認定を取得することで、HPや会社案内による社外へのPRやハローワークへの求人広告の掲載を通じ、多くの企業の悩みである「優秀な人材の確保」という経営課題を解決することに繋がります。また、

健康経営優良法人の認定要件には「適切な働き方の実現」や「長時間労働者への対応」という労務管理面の項目も含まれており、ノー残業デーの設置や残業時間抑制、計画的に有給休暇を取得させるなど、企業が取組むべき「ワークライフバランスの推進」や「過重労働対策」の実行にも繋がります。

この「健康経営優良法人認定制度」は業種、資本金、従業員人数により大規模法人部門と中小規模法人部門とに区別されていますが、年々応募企業数、認定企業数ともに大幅に増えております。こちらは「中小規模法人部門」のここ数年の推移ですが、直近では全国で7,934社が認定を取得され、滋賀県は102社の認定取得数となっています。

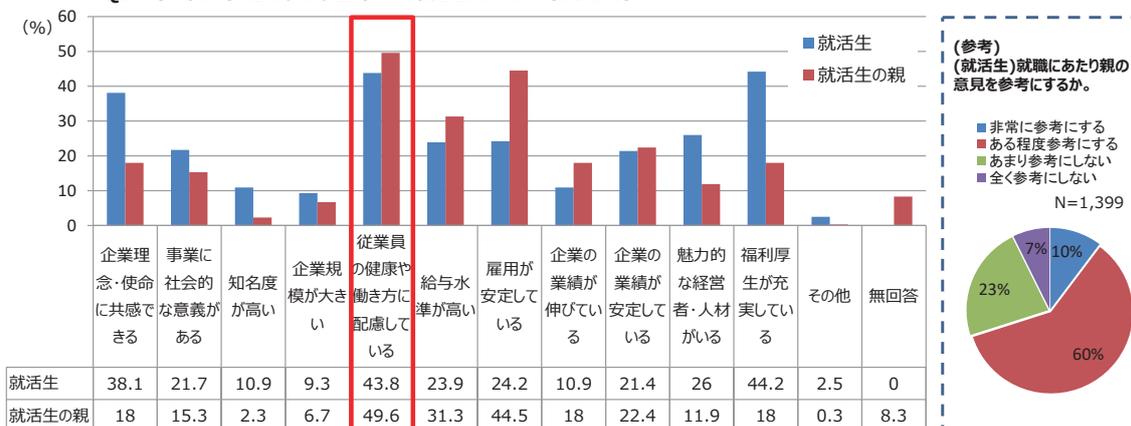
さらに「健康経営優良法人認定」に対しては、公共事業の入札加点の評価を行ったり、優遇金利での融資実行といったインセンティブ措置を講じる自治体・金融機関も増加している背景もあり、今後も健康経営優良法人認定を取得される企業数は確実に増えていくものと思われます。

健康経営と労働市場の関係性（平成28年度調査の結果）



- 就活生及び就職を控えた学生を持つ親に対して、健康経営の認知度及び就職先に望む勤務条件等についてアンケートを実施。就活生は「福利厚生の充実度」・「従業員の健康や働き方への配慮」との回答が4割を超え、親では「従業員の健康や働き方への配慮」・「雇用の安定」が4割以上を占める結果となった。
- 「従業員の健康や働き方への配慮」は就活生・親双方で特に高い回答率であった。
- 併せて、就活生が親の意見を参考するか否かが調査したところ、7割が考慮すると答え、就職先を検討する上で親が持つ企業イメージ・情報が重要な要素を占めることが分かった。

Q.（就活生）将来、どのような企業に就職したいか。（3つまで）
Q.（親）どのような企業に就職させたいか。（3つまで）



50

健康経営の導入効果

健康経営は、従業員の健康課題を洗い出し、その改善に向けた取り組みを実行することが重要です。

ある企業では、従業員の病気による長期入院や体調不良を訴える従業員の長期休職などをきっかけに健康経営の取り組みをスタートし、協会けんぽの生活習慣病予防健診の費用を企業が全額負担したことで定期健診受診率100%を達成、また自治体の補助制度を活用して禁煙外来を集団受診し、参加者の9割以上が禁煙に成功しました。従業員の健康意識が向上しただけではなく、会社の取り組みがメディアに取り上げられたことでイメージアップに繋がり、求人説明会の参加者も増加し、優秀な人材確保にも繋がりました。

「健康経営優良法人認定」を取得された企業の多くでは、「自社内での意識の高まり」、「企業イメージの向上」「コミュニケーションやモチベーションの向上」、そして「労働時間適正化や有給取得率の向上」などを、その効果として挙げています。

コロナ禍におけるメンタルヘルスの重要性

コロナウイルス感染症の拡大に伴い、長く続く自粛生活や、感染の不安からくるストレス増により、メンタル不調を訴える人が急増しています。企業には「安全配慮義務」があり、従業員が安全に働ける職場の整備とともに、従業員の健康にも配慮する義務が課せられていますが、からだの健康はもちろんのこと、こころの健康にも配慮する必要があります。企業の大小にかかわらずメンタルヘルス対策が求められています。メンタル不調は発症すると治療期間が長く長期離脱となってしまうため、常に人手不足が悩みの種である中小企業にとっては、大きなリスクとなります。

未然に防ぐためにはメンタル不調者を早く察知し、適切な対応を講じることが重要ですが、これに役立つのが「ストレスチェック制度」です。「ス

トレスチェック制度」の実施は、50人以上の従業員がいる事業場で必ず実施しなければならないと、労働安全衛生法で定められており、50人未満の事業場では努力義務として任意となっています。しかし、コロナウイルス感染症の影響でメンタル不調者が急増している昨今、50人未満の事業場においても、新たにストレスチェック制度を実施する企業は増加傾向にあります。このようなメンタルヘルスへの対応も健康経営の一つの要素となってきます。

21世紀に入り、約20年近く生活習慣の改善が叫ばれていますが、統計的には運動習慣のある人はわずか30%に留まっております。(2018年国民健康栄養調査より)人の健康行動を変えることは容易ではありません。しかし、コロナウイルス感染症を機に多くの人々がマスクをし、密を避け、手洗い、うがいを励行するなど、明らかに健康行動が変わりました。これを機に国民の健康感が一段階上がったと言えるかもしれません。

コロナウイルス感染症は治療薬を含めてまだまだ不明な点が数多くありますが、唯一明らかになっていることは生活習慣病のような基礎疾患がある場合は重症化してしまうという事実です。万が一大切な従業員がコロナウイルスに感染となれば、業務運営も厳しくなり、場合によっては事業そのものが危険にさらされてしまう可能性すらあります。このような観点からも、コロナ禍の今を機に、そして健康感が上がっている今こそ、企業が従業員を巻き込んで健康経営を実践する意義があるのではないかと考えています。

健康感を一段階引き上げた数多くの従業員が、生活習慣病のような基礎疾患がある場合は重症化する事実と直面し、これまであまり関心を示さなかった自身の生活習慣の改善に、あらためて興味・関心を抱く効果が期待できるのではないかと思います。

コロナ禍の今だからこそ、是非この機会にもう一步踏み込んで健康経営の取組をしてみたいかがでしょうか。

※「健康経営」は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。

潮流を 読む

東京五輪開催に思う 『知情意』の大切さ



コロナ禍の東京オリンピック・パラリンピック2020の開催の是非において日本国民の意見が分断された。五輪開催という国際的な責任を果たすべきか、“ゼロリスク”と呼ばれる水準まで新型コロナウイルス感染症の抑制のために中止(延期)すべきかという二つの「公益」が相反した。両者の意見は尊重すべきではあるが、まずは開催中、その前後で感染患者に対応している医療関係者、開催の当事者であるボランティア、大会運営事務局などの人々の尽力には心から感謝することが重要であろう。

パラリンピックの閉会後は、今回のような感染症などが爆発的に発生する非常時での政治の在り方、十分な病床確保などができなかったという医療体制の構造的な問題、経済政策と私権の制限を含むコロナ抑制政策のバランスの取り方など、さまざまな問題を整理して議論すべきである。確かにさまざまな意見をくみ取ること重要であろう。しかし、上記のような意見の分断を生み出すような循環を断ち切り、建設的な解決方法を目指すという目的を共有して、議論を始めるべきであろう。

ここで思い出されるのが、夏目漱石の『草枕』という小説の冒頭に出てくる一節である。「智に働けば角が立つ。情に棹(さお)させば流される。意地を通せば窮屈だ。とかくに人の世は住みにくい」。今の社会に当てはめれば、あまりにも浅はかな知識を振りかざして、感情あるいは情緒をコントロールできずに、自己中心の価値観を押し付けようとするれば、世間は住みにくいということである。ネットを含めたあらゆるメディアにおいて「智」(知)の振りかざしのような「意」が多く見られる議論は、大体的場合、価値観の分断を生むだけで、漱石が言うように人の世を住みにくくするといえよう。

価値観が多様化し、それを大切にしていこうとする機運が高まり、SDGs(持続可能な開発目標)の考え方が昨今本格的に浸透しつつある。このため、違う価値観の間で尊敬の念が生まれている。その一方、上記の知情意のバランスが取れていない中で、自分の価値観を押し付けることも散見される。「智」が不足したままでの熟慮されない意見で価値観の否定のみをする傾向が続くと、必要のない価値観の分断を生み続けることとなる。このような価値観の分断は、トランプ前大統領が唱えた極端な「米国第一」により、それまでの国際協調重視の価値観が覆され、米国民の間で価値の分断が生まれている状況に類似していると考えられる。いったん分断した価値観を元に戻すのは難しい。今からでも国民一人一人が知情意のバランスを取ることの重要性を認識すべきではないだろうか。

他方、「あらゆる芸術の士は人の世を長閑(のどか)にし、人の心を豊かにするが故に尊い」と漱石は続ける。これを解釈すれば、オリンピックとこれを支えた人々はパフォーマンスを表現し人々を感動させることから「芸術の士」であると思う。それだけではなく、知情意のバランスも取れているはずだ。自分のパフォーマンスを最大限発揮するためには、過酷な練習で「智」を蓄積し、普段の生活と長期にわたる弛まない努力とのバランスを取ることで「情」を抑制し、「意」を表現し、感動を生む。多くの人々がオリンピックから学ぶのは知情意のバランスではなからうか。それがないと、「……人の世が住みにくいからとて、越す国はあるまい。あれば人でなしの国へ行くばかり」である。「人でなしの国は人の世よりもなお住みにくからう」。

あらゆる情報が手に入る利便性はメリットを生む半面、デメリットも生む。情報を仲介するメディアだけに頼らず、「意」を唱えるのであれば、あらゆる情報に触れ、その質を自分で考えて、「智」を高めた上で、情緒をコントロールし、判断することが重要であろう。それが「人でなしの国」にならない近道ではないか、という100年以上前の先人の知恵であろう。自分自身も知情意のバランスが十分に取れているか怪しいが、そのような人間になるように日々研鑽(けんさん)していくつもりである。



株式会社大和総研
金融調査部 主席研究員

内野 逸勢

うちの はやなり



1990年慶応義塾大学法学部卒業。大和総研入社。企業調査部、経営コンサルティング部、大蔵省財政金融研究所(1998～2000年) 出向などを経て現職(金融調査部 主席研究員)。専門は金融・資本市場、金融機関経営、地域経済、グローバルガバナンスなど。主な著書・論文に『地銀の次世代ビジネスモデル』2020年5月、共著(主著)、『FinTechと金融の未来～10年後に価値のある金融ビジネスとは何か?～』2018年4月、共著(主著)、『JAL再生 高収益企業への転換』日本経済新聞出版、2013年1月、共著。IAASB CAG(国際監査・保証基準審議会 諮問・助言グループ)委員(2005～2014年)。日本証券経済研究所「証券業界とフィンテックに関する研究会」(2017年)

モーリーの
気になる
事業所

会員事業所訪問




▲モーリーも赤飯作りのお手伝い

幸津川から福を呼ぶ
「幸福赤飯」「幸福ぜんざい」で
まちの活性化

幸津川農業振興組合・
農業6次化プロジェクト

幸津川町では、基幹産業である農業を取り巻く環境が厳しい中、生産、加工、販売をまるごと手掛ける6次化産業化を、自治会や住民を巻き込んで挑戦しました。

まず、遊休農地を活用して小豆の生産を試みました。加工については、時を同じくして、創業100年の歴史を持つ和菓子屋(野洲市)が廃業することになり、長年使ってきた餅つき機や、蒸し機等の機械も譲り受け、ノウハウも教えてもらえる運びとなりました。



▲ほっこり美味しい「幸福赤飯」

令和元年度に、守山市制施工50周年プレイベントで用意した「幸福赤飯」160食が1時間程で完売。その後、定例的に地域の住民他、近隣の施設・事業所等に受注販売し、新たに100個超えの注文を頂ける事業所も開拓しました。

しかし赤飯は、販売等の制限等もあるため、令和2年度に幸福ぜんざい(ぜんざいのレトルト)の製造販売に着手することになりました。現在、「幸福ぜんざい」は、J Aレイク滋賀「直売所3箇所」、道の駅(5箇所)、守山市駅前総合案内所等に販売ルートを広げています。この10月下旬には、東京日本橋の、滋賀の情報発信拠点「ここ滋賀」での取り扱い予定です。

これからも琵琶湖を臨む地域の田園風景を守りながら、新たな特産品開発、雇用創出にと意欲的に取り組んでいきます。



▲守山市のふるさと納税返礼品にも選ばれた「幸福ぜんざい」



▲琵琶湖を臨む小豆畑。地域の田園風景

幸津川農業振興組合

- 代 組合長 上畑 育 央(うえはたやすお)
- 所 守山市幸津川町3486
- ☎ 077(585)1705
- ✉ aguri.sadukawa@gmail.com



中小企業経営者の
みなさまへ

国が準備したセーフティネット

安心の材料をご提供します。

小規模企業共済制度

●制度の特長

- 1 経営者のための退職金制度**
小規模企業の個人事業主（共同経営者を含む）または会社等の役員の方が廃業や退職後の生活資金、事業再建資金をあらかじめ準備しておく共済制度です。

- 2 掛金は全額所得控除**
掛金は、全額が「小規模企業共済等掛金控除」として、課税対象所得から控除できます。

- 3 受取時も税制メリット**
共済金の受取は、一括の場合は「退職所得扱い」、分割の場合は「公的年金等の雑所得扱い」です。

＼他にもこんな特徴があります。／

契約者貸付けの
利用が可能

契約者（一定の資格者）の方は、緊急時や災害時などに事業資金等の貸付けが受けられます。

退職金の準備を
中小機構が
お手伝いします

共済金の受給権は
差押禁止

共済金・解約手当金の受給権は、国税等滞納の差押え以外は差押禁止債権として保護されます。



経営セーフティ共済

●中小企業倒産防止共済制度の特長

- 1 掛金の10倍の範囲内で最高8,000万円まで貸付け**
「回収困難となった売掛金債権等の額」と「掛金総額の10倍に相当する額（最高8,000万円）」のいずれか少ない額となります。償還期間は共済金の貸付金額に応じて5年～7年（据置期間6か月を含む）で毎月均等償還です。

- 2 貸付条件は無担保・無保証人**
共済金の貸付けは、「無担保・無保証人」「無利子」です。ただし、共済金の貸付けを受けると貸付額の10分の1に相当する額が積み立てた掛金総額から控除されます。

- 3 掛金は税法上損金（法人）または必要経費（個人事業）に**
掛金月額、5千円～20万円の範囲内（5千円単位）で自由に選べます。

取引先の倒産から
会社を守る制度です！



24時間・
365日
お問い合わせ
可能に
なりました

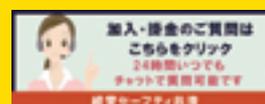
加入資格・手続きについてのご質問をチャットでご回答いたします。
詳しくは下記のQRコード又はホームページからご確認ください。



小規模共済



検索



経営セーフティ共済



検索

Be a Great Small.
中小機構



本のがんこ堂がオススメ！ビジネススキルアップ本
ビジネスに役立つ書籍を月替わりで紹介！



書名 **よけいなひと言を好かれるセリフに変える 言いかえ図鑑**
 著者：大野萌子
 定価：1,540円(税込) 判型：四六判 頁数：318頁
 ISBN：9784763138019
 出版社：サンマーク出版

書名 **よけいなひと言を好かれるセリフに変える 働く人のための言いかえ図鑑**
 著者：大野萌子
 定価：1,540円(税込) 判型：四六判 頁数：286頁
 ISBN：9784763139160
 出版社：サンマーク出版

内容紹介：「悪気はなかったのに、ちょっとしたひと言で相手を不機嫌にさせてしまった」「相手のためによかれと思って言ったのに、傷つけてしまった」というような、苦い経験はありませんか？本書では職場の上司部下、同僚、友達や家族などの会話の中でよく耳にする「よけいなひと言」をピックアップして、相手に「好かれるセリフ」に言い換えるケースを丁寧に解説します。同じことを伝える場合でも、「使う言葉」次第で、与える印象はがらっと変わるもの。仕事のやりがいも、トラブルも、とっさの「ひと言」がきっかけになります。「言い方」で損をしないよう、この本を読んで良好な人間関係を築きましょう。



発見はいつもここから
本のがんこ堂

上記書籍のお買い求めは、「本のがんこ堂」へ！



本のがんこ堂 守山店
 守山市古高町福田393-19
 営 9:00～22:00
 TEL 077-582-7560 FAX 077-581-2723

年中
無休

本のがんこ堂 守山駅前店
 守山市勝部一丁目1-21-101
 営 10:00～21:00 休 日曜・祝日
 TEL 077-584-5460 FAX 077-585-9855

本の森のちいさなカフェ Gankodo
 守山市守山五丁目3-17 守山市立図書館内
 営 10:00～18:00 休 図書館定休日に準ずる
 TEL 077-514-8225

企業内人権問題啓発ビデオ貸し出します

企業の経営者や従業員が人権問題に対する正しい理解と認識を深め、差別のない明るい職場づくりを目指し啓発推進に努めましょう。

※当所では企業内人権研修がより一層充実、強化されるよう啓発ビデオの無料貸し出しも行ってあります。ぜひ、ご利用ください。

※必要に応じてビデオデッキも貸し出し致します。

詳しくは、守山商工会議所 企業内人権
 担当者 大塚 ☎ (077) 582-2425



モリヤマスポーツ Group
 www.morispo.co.jp

スノーボード・スキー専門店 | スノーボード専門店 | サッカー・フットサル専門店 | スポーツ用品専門店



滋賀 本店 077-581-2000
 大阪 池田店 072-751-3000
 大阪 東大阪店 072-965-3000

京都 京都店 075-623-1000
 愛知 大高店 052-621-1200
 愛知 一宮店 0586-81-1900
 愛知 春日井店 0568-85-8700
 期間店 名古屋バルコ店 052-265-0200

京都 伏見店 075-604-3000
 大阪 吹田店 06-6193-3333
 大阪 高槻店 072-676-5555
 兵庫 西宮店 0798-42-1000

滋賀 近江八幡店 0748-32-3303

サッカー・野球・アウトドアウェア専門店



滋賀 大津店 077-547-5030