

みなさん、こんにちは！健保ヤマゾエです。わたしはこの7月にジェイティービー健康保険組合（正式名称は JTB ではなくカタカナなんです！なお以下健保と書きます。）に JOIN しました。これから毎月、健保のこと、徒然感じたこと、季節の俳句？！について、ゆる〜くつぶやこうと思います。是非お付き合いください。

## > その 1 : What's 健保？

みなさんは、健保というと、何をしているところだと思いますか？概念としては健保の組織（理事会、組合会）、適用事業所（各社のことです。）、被保険者、被扶養者を含む全体が健保ということのようです。ただ、いわゆるヤマゾエの所属する健保事務局がやっていることとすると、例えば健保加入手続き、保険証の発行、病院・薬局に行った際の健保負担分7割の精算といったイメージでしょうか？

健康保険法（以下法）第1条に、「この法律は、労働者又はその被扶養者の業務災害以外の疾病、負傷若しくは死亡又は出産に関して保険給付を行い、もって国民の生活の安定と福祉の向上に寄与することを目的とする。（一部略、下線はヤマゾエです。）」とありますので、まさにそこらへんが基本ということなんだと思います。

また最近では、法 150 条にある健康教育、健康相談、健康診査、健康管理、疾病予防を通じて、私たちが自ら健康の保持増進を行なうための保健事業にも重点が置かれるようになってきています。

健康診断費用の一部負担、特定保健指導、歯科検診モニタリング、禁煙プログラム、生活習慣病予防、PepUp を活用した健康情報のお届け、ウォークラリー実施等、当健保加入者の健康面での弱みの克服に焦点を当てた取り組みなんかも行っています。

健保の健康関連の取り組みは健保ホームページ（J-WEB⇒J スクエアまたは、各検索エンジンで JTB 健保と検索いただいても OK です。）に掲載していますので、ぜひ一度覗いてみてください。

## > その 2 : 秋は夕暮れ？

秋は夕暮れ。ファーストサマーウイカさんは、ではなかった、清少納言は枕草子にそう書いています。（NHK 大河ドラマ、光る君へより。）

いまでいうと、なんででしょうか？スポーツの秋。うーん、でも食欲の秋、芸術の秋、読書の秋、行楽の秋、紅葉の秋、etc. なんでもいいんじゃない！みなさんは何をしますか？何もしない秋、睡眠の秋という人もいるかもしれません。

野球の WBC での侍 JAPAN 優勝、パリ五輪、パラリンピックでの選手の活躍。日本選手のみならず、素晴らしい活躍をし、話題となった選手、結果は出ずとも印象に残る試合や選手。それと米大リーグ・ドジャースの大谷選手の活躍。

みなさんは、スポーツは自身でやるのと、見るのとどちらが好きですか？スポーツ観戦も、会場で見るのとテレビ、WEB での観戦、それぞれの良さがあります。

ヤマゾエは、どちらかというと家でテレビ派なのですが、今年度前半は頑張っ、ラグビーリーグワン決勝（リーチ!!という低音のコールが腹に響きました。すごかった。）、サッカーJ1の2試合を見に行きました。あとはスポーツではなく浅草演芸ホールと歌舞伎座…。パリ五輪、パリパラは夜中まで起きていられず、総集編主体ですが、ああいう一流選手のプレーを見ていると自分でもできそうな気がしてくるから不思議です。スケートボードストリートやスポーツクライミングとか？ひょいひょいといけそうな気がしませんか？でも、無理ですよ、やったら1週間くらい自宅療養のような気がしてきました。

そんなヤマゾエでも、まだまだ歩くことならできます。10～11月のPepUpのウォークラリーには約3千名のエントリーをいただいたようです。たくさんの皆さんのエントリーありがとうございます。ヤマゾエも健保チームの一員として足を引っ張らないように頑張ります。エントリーされてない方も、せっかくですので、この秋は少し意識して、いつもより歩くようにしてみませんか？電車1駅分を歩くようにしたり、天気良ければ休みの日に、散歩、ウォーキング、ジョギング。いつもと同じ道、違う道、それぞれ少し違った景色、気づかなかった木々や花、風景が見えてくるかもしれません。

ヤマゾエは去年もPepUpのウォークラリーにエントリーしたのですが、しょっぱな飛ばしすぎて、足首を痛めてしまいました。今年は無理をせず、最後まで完歩を目標にゆっくりまったり歩いて行こうと思います。また、去年はちょうどウォークラリーの時期に銀座和光の時計塔のデザインがミッキーマウスデザインに模様替えされていました！今年はどこで何が見つかるのか楽しみです。

なお、今年度の体育奨励費もまだまだ絶賛受付中です。（J-WEB⇒Jスクエア⇒Jスクエアホームページ⇒JTB健康保険組合⇒保険事業⇒体育奨励費をご覧ください。）

### >その3：10月の俳句

最後は季節の俳句のコーナーです。ここでは、季節の俳句を紹介します。なんで健保のニュースに俳句なんだ!?!とおっしゃるあなた。もっともなのですが、まあ、秋ですし、ゆったりまったりいきましょう。

「ある僧の月も待たずに帰りけり 正岡子規（定本現代俳句 山本健吉編より）」

俳句革新、短歌革新で知られる子規の俳句です。そういえば、先月からNHKで、「坂の上の雲」の再放送が始まりました。サラ・ブライトマンの主題歌…、いいなあ～、心に響きます。主要キャストの本木雅弘さん、阿部寛さん、香川照之さん、菅野美穂さん、松たか子さん等みなさん若いなあ～と思ったら、第1部は2009年11～12月の放送だったのですね。この年の主なニュースは、民主党政権誕生、新型インフルにWHOがパンデミック宣言、裁判員裁判始まる、それとイスラエル軍ガザ侵攻というものがありました。最近のニュース見出しと勘違いしそうなものもあります。

さて、この句のお坊さんはせっかちだったのか、それとも何か外せない用があったのか？今年の中秋の名月は9月17日(火)でしたが、10月17日(木)の月はスーパームーンで今年最も大きく見えるそうです。楽しみです。

「渡り鳥見えますとメニュー渡さるる 今井聖（現代の俳人 101 金子兜太編より）」

秋は旅にもいい季節ですね。旅の途中でふと入ったレストランの窓越しに渡り鳥が見えるのでしょうか？一杯やれるのであれば、生ビールかワインと軽食、喫茶であれば、ミルクティとモンブランのセット。急ぐたびでなければ、読みかけのミステリーを読みながら。みなさんの旅の予定はどのようなのでしょうか？あるいはどんな旅をしたいのでしょうか？

<最後に>

皆様、お読みいただき、ありがとうございました。来月以降芸風がコロッと変わるかもしれませんが、仕事の息抜きにでも、ぼーっとななめ読みしていただければ幸いです。

では、来月またお会いしましょう。さよなら、さよなら、さようなら。

ご意見、ご質問その他、お待ちしております。