



とっぱずれ



銚子東ロータリー・クラブ Weekly Bulletin NO. 1993



SL (C62-20)「快速SLおいでよ銚子号」
提供：宮川 雅夫 会員 (1)

第1993回 例会 平成25年2月19日

点 鐘 … 石上 明宏 会長
ロータリーソング … それでこそロータリー
来訪ロータリアン紹介

… 親睦活動・家族委員会

会 長 挨拶 … 石上 明宏 会長
御 祝 披 露 … 石上 明宏 会長
誕 生 祝 … なし
結婚記念日 … 佐野 幸雄 会員(2月15日)
齋藤 稔 会員(2月19日)
入会記念日 … 木樽 定雄 会員(2月15日)

幹 事 報 告 … 藤崎 一成 幹事

ニコニコBOX … 親睦活動・家族委員会

卓 話
「食と健康」 佐野 幸雄 会員

出 席 報 告 … 出席・プログラム委員会

第8回定例理事役員会 (例会終了後)

来週のプログラム (平成25年2月26日)

卓 話
「未定」 銚子税務署 署長 荒川 政明 氏

お食事「膳」



Peace through Service 奉仕を通じて平和を

2012~2013年度 RI会長 田中作次



四つのテスト

言行はこれに照らしてから

- 1) 真実かどうか
- 2) みんなに公平か
- 3) 好意と友情を深めるか
- 4) みんなのためになるかどうか

第 1992 回例会(平成 25 年 2 月 12 日)

会長挨拶

石上 明宏

初めに、次の日曜日は、インターシティ・ミーティング I M です。旭の黄鶴にて 13 時から行われますので、多数の出席をお願い致します。

今日の会長挨拶はサウナについてお話しします。スパ等に行くと、私は必ずサウナに入ります。全身から汗が噴き出して、少しですが痩せるようにも思え気持ちいいです。そんなとき、ふと室内の温度計を見ると、摂氏 100 度！もしもお湯であればふれた瞬間にヤケドをする温度だけど、なんでサウナだと平気なのでしょう？まるで学校で理科の授業の質問のようですが、皆さんもご存じのように、同じ温度でも、気体と液体によって熱の伝わり方が全く違うからです。液体は熱が伝わりやすいので、100 度のお湯であればすぐにヤケドをしますが、気体では熱が伝わりにくいからです。また、90~100 度というサウナの室内は湿度が 10~15% と低く、乾燥しています。体からは 1 分間に 20~40g にも及ぶ大量の汗が噴き出して水分の薄い膜をつくり、皮膚を乾燥から守っています。この汗が乾燥した空気のなかに蒸発するとき、1ml の汗につき約 0.58kcal の熱を奪うため、皮膚が冷やされてヤケドを防いでいることも一因です。

ではもうひとつギモン。あんなに暑い環境にいて、本当に体にいいものか？

長くサウナにすぎなければ、健康にとってプラスの効果があります。その要因の 1 つは、全身から流れ出る汗。体内の老廃物を分泌して、体や皮膚を清潔にする働きで、尿と同じように過剰な塩分や有害な重金属を体外に排出できます。同時に、呼吸や脈が速くなる、血圧が上がるなどの反応が起こり、新陳代謝が活発になるため、汗から老廃物が流れやすくなるそうです。体に良さそうな気はしていましたが、間違いありませんでした。

最後にサウナを出た後、冷水を浴びる行為は健康にいいのか？

人が活動しているときや、ストレスを感じる時に働く交感神経を刺激して、自律神経系の働きを高める効果などがあるそうです。サウナにいと次第に皮膚の下の血

管が広がってきます、この状態で冷水を浴びると、皮膚の下の血管は急激に縮みます。そして、血管が元の太さに戻ろうとするとときに血行を促進させるため、体がぼかぼかと温まってきます。ただ、サウナ後の冷水浴は血管の収縮反応を強く引き起こすので、血圧が一時的に上昇します。動脈硬化症、高血圧症、心臓病の人などは避けた方が無難だそうです。

ちなみにサウナに入る時間は、1 回あたり 8~12 分程度がよいそうです。それ以上だと体に負担がかかりすぎるとの事です。うまくサウナと付き合い、健康管理に役立ててみてはいかがでしょうか。

幹事報告

- 1・ガバナー事務所より
 - ・R財団ニュースレター
 - ・ロータリー・クラブの平和活動をご紹介ください
 - ・「第 14 回ロータリー国際囲碁大会」のご案内
 - ・リコネクションズ 2013 年 2 月：ベルリンで開催されたロータリー世界平和フォーラム
 - ・ロータリー財団：パッケージ・グラントの機会について
 - ・2012-13 年度意義ある業績賞に関するお知らせ
 - ・地区 HP クラブ活動の記事投稿のお願い (再)受領
 - 2・ガバナーエレクト事務所より
会長エレクト研修セミナー開催のご案内 受領
 - 3・例会変更のお知らせ
佐原 RC より
- 2/21(木)→2/17(日) 点鐘 14:00 「多古町商工会館」
I M の為 受領

卓話

「改正高齢者法の実務対応について」

多部田社労士事務所 社会保険労務士
多部田 剛 氏

1. 平成 25 年 4 月 1 日から高年齢者雇用安定法が改正されます。改正のポイントは以下の通りです。
 - (1) 継続雇用制度の対象者を限定できる仕組みの廃止
 - (2) 義務違反の企業に対する公表規程の導入
 - (3) (1) に対する指針による除外と経過措置のあり
 - (4) 指針による除外



・「就業規則の解雇事由に該当する場合には、継続雇用しなくても良い。」

(5) 経過措置

- ・平成 25 年 3 月 31 日までに例外を採用していた会社は、下記の引き上げスケジュールの通り、基準を少しずつ引き上げて良いことになっています。
- ・つまり、基準日までは希望者全員を雇用し、基準日以降は、例外（労使協定による継続雇用者の限定）を行い、継続雇用者を絞り込みます。

期間	基準の適用年齢
平成 25 年 4 月 1 日から 平成 28 年 3 月 31 日まで	61 歳
平成 28 年 4 月 1 日から 平成 31 年 3 月 31 日まで	62 歳
平成 31 年 4 月 1 日から 平成 34 年 3 月 31 日まで	63 歳
平成 34 年 4 月 1 日から 平成 37 年 3 月 31 日まで	64 歳

2. 平成 25 年 3 月までの高齢者法の内容は、以下の通りです。

- (1) 定年の引き上げ (14.7%)
- (2) 定年の廃止 (2.7%)
- (3) 継続雇用制度の導入 (82.5%)
 - a 希望者全員を再雇用 (42.8%)
 - b 例外（労使協定による継続雇用対象者の限定） (57.2%)

例外とは、例えば、「過去 3 年間の勤務成績が B 以上のもののみを継続雇用する」という労使協定を結んでいる会社のことを言います。そして、この例外が廃止されます。継続雇用制度を導入している会社の割合は 82.5% ですが、その内、例外を使っている会社 57.2% が法改正の影響を受けることになります。

3. 平成 25 年 3 月末までに何をすべきか？

- (1) 労使協定の見直し
- (2) 就業規則の改定

例外を使っている会社は、60 歳時点で、継続雇用者の限定を行う協定書を作っているはずですが、法改正により違法となりますので、協定書の改定が必要になります。また、「退職に関する事項」は就業規則の絶対的記載事項のため、就業規則の改定も必要になります。

4. 全ての会社が影響を受ける「賃金と仕事の見直し」

昭和 28 年 4 月 2 日生まれ（男性）は、特別支給の老齢厚生年金の支給開始年齢が 61 歳となります。平成 25

年 3 月までは、定年退職した従業員を再雇用する場合、退職した従業員には以下の 3 つが支給されました。その為、再雇用後給料を減額しても、本人の手取り額はあまり減少しないという賃金設計ができました。

1. 給料
2. 特別支給の老齢厚生年金
3. 高年齢雇用継続給付金

5. しかし、この仕組みは使えなくなります。その為、「再雇用者の給料を幾らにするのか。」という問題が起こります。例を示すと以下の通りです。

	Xさん (昭和 28 年 4 月 1 日)	Yさん (昭和 28 年 4 月 2 日)
再雇用後の給料	16 万円 (時給 1,000 円)	16 万円
特別支給の老齢厚生年金	10 万円	0 円
高年齢雇用継続給付金	2.4 万円	2.4 万円
総支給額	28.4 万円	18.4 万円

6. Yさんの総支給額が少ないからと言って、Yさんの給料を 26 万円にすると、同じ仕事をしているXさんとバランスが取れなくなります。また、会社の人件費も増加します。そこで、給料をもっと貰いたいYさんには、現役並みに活躍してもらう必要があります。会社は現役並みに活躍してもらう「嘱託従業員」とパートタイマー的な仕事をしてもらう「嘱託従業員」をうまく使い分けなければならないのです。仕事と労働時間と賃金のバランスを取る仕組みが必要なのです。

インターシティー・ミーティング

日時：平成 25 年 2 月 17 日（日） 点鐘 13：30

会場：黄鶴



基調講演：「私のロータリー感」

関口徳雄ガバナーエレクト



意見発表：「職業奉仕について語る」

狩野 勉会員



挨拶
栗田壯一G補佐

御礼の言葉

平野恭男直前G補佐



次年度役員紹介



———— ニコニコ ————

宮内勝利君

2月11日、銚子市市制80周年式典において自治功労賞をいただきました。長年町内会長をしていたおかげです。

表紙コメント

銚子市制施行 80周年記念銚子SLまつりで、SL (C62-20号機) が、2月9~11日佐原~銚子間で運行された。成



田線ではC61-20号機が運転されるのは初めてで、銚子行きは「快速SLおいでよ銚子号」、佐原行きは「快速DLおいでよ佐原号」が運行された。

*SL「C61-20号機」は引退後、群馬県伊勢崎市の華蔵寺公園遊園地で展示保存されていたが、復元工事により38年ぶりに2011年6月に上越線(高崎~水上間)で復活運転された。千葉県内では、2012年2月に千葉みなと~木更津間を運行した。

— 前回の例会(2/12)報告 —

点 鐘 石上 明宏 会長

出席報告

会員総数	39名	出席規定除外数	7名
出席者	26名	出席率	70.27%
1月29日		確定出席率	75.68%

来訪ロータリアン なし

欠席者 11名

メイクアップ

平野君	(2/13銚子RC)
IM登録者(全会員)	(2/17I. M)

スモールコインBOX 小計 ¥ 2,500-

累計 ¥ 59,946-

ニコニコBOX 小計 ¥ 11,000-

累計 ¥ 337,300-

銚子東ロータリー・クラブ

銚子市三軒町19番地の4 銚子商工会館内 TEL0479(23)0750 FAX0479(25)8789
メール c-higashirc@tcs-net.ne.jp URL <http://www.tcs-net.ne.jp/~rc>

例会日時及会場 毎週火曜日 12時30分点鐘 銚子商工会館5階大会議室
会長 石上 明宏 副会長 宮内 博 幹事 藤崎 一成
クラブ広報・会報委員会 川津 光雄・福田 昭浩・平野 恭男・杉浦 武
表紙題字 網中喜一郎初代会長

R. I 第2790地区

ほととぎす 銚子は国の とっばずれ

古帳庵

江戸小網町の豪商鈴木金兵衛夫婦(古帳庵 古帳女)が銚子に遊んだときに詠んだもので、この碑は圓福(円福)寺に現存する。