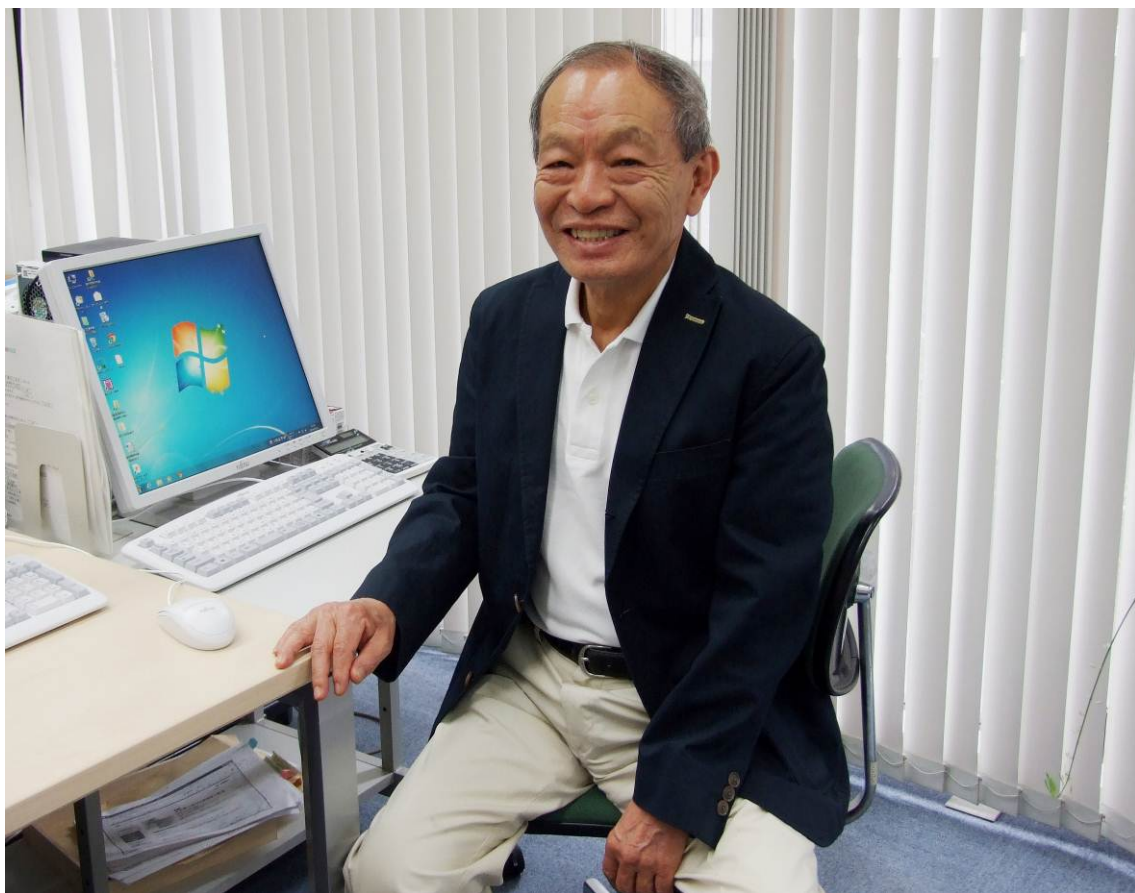




自転車は景色が見える



京都芸術家国民健康保険組合理事長

田村康浩氏

「芸国」として知られる組合は今年でちょうど 60 年になる。

京都府内を中心に芸術、芸能、美術、工芸、伝統工芸などに従事する人々の健康を守るために昭和 29 年に創設された。昭和 36 年にスタートした国民皆保険制度の 7 年前にできたというわけである。

初代理事長は、後に京都市長となる医師で尺八奏者でもあった富井清（舜山）氏だ。平成 11 年から運営にあたっているのが 4 代目理事長の田村氏である。

染匠ついで 50 年

「組合員（事業主）さんは約 1,700 人ですが、職種はあらゆる分野に及びます」。田村さん自身も、きものの代名詞ともいえる京友禅の染匠だ。京を代表する京友禅は多くの職人さんの技が積み重なってできあがる総合芸術とされる。染匠はその京友禅のすべての製作工程を指揮するプロデューサーといわれる。家業の染匠を継ぎ約 50 年になる。

「家内工業では家庭と仕事場が同じで、座り仕事が多いので、どうしても運動不足になりがちです」。組合の事業や催しをするにあたって運動不足解消への目配りや健康対策が欠かせないと話す。

町の変化に気付く

「北は今出川、南は五条、東は東大路、西は西大路」。この範囲の仕事は 10 年

前から自転車で動き回っている。「自転車だったら駐車場の心配もいりませんでしょ。それに車では見過ごしていた町のちょっとした変化にも気付きますし、何と言っても京都の『景色や表情』がよくみえます」。自転車による効用と健康法をアピールする。

「きょうはどこへ行こうか」。夕食後は、こう声をかけ、奥さんと自宅周辺を散歩しながらいろんな話をする。「歩くことは健康の基本」と話す。



顔色見て健康確認

今年に入り、お酒による「休肝日」は 1 日しかないというが、食事はきちんと取る。「われわれの仕事は、奥さんが作った食事を家（仕事場）で食べるケースが多い。顔を見ながら食事をするわけで、お互いの顔色で健康状態が分かるといういい面もあります」

来年 75 歳になる。「平均寿命だけでなく、これからは健康寿命も考えなあきません。そのためにも自分の体をよく知り、自分で気をつける。この視点から、みなさんの健康を守っていききたい」

