

談論

ち読みだが相当数の本を読んでいる。テレビの健康番組も暇があれば見ている。

一方、適度な運動で気をつける。

一ニンゲなど色々な

考えてみると、会社も人間と同じである。我社で言えば、研究は頭、製造は筋

とである。

昨年の秋には、高

校卒業50年の集まり

が体での「人体実験」

されるばかりではいけ

るものから自分に合つたものを組み合わ

た。今年もクラブス

会の案内が来た。住金時代の同期

いたって平

凡である。

しかし、栄養を入

り、大学のゼミの同

期の集まりなど昔の仲間に会うのは楽し

いものだ。このよう

な集まりで必ず話題

になるのは健康の話

である。

バランスの良い食事と

適度な運動

ということが

に尽きる。

会、大学のゼミの同

期の集まりなど昔の仲間に会うのは楽し

いものだ。このよう

な集まりで必ず話題

になるのは健康の話

である。

本屋に行けば健康

本が氾濫し、テレビ

では健康番組が花盛

りである。かく言う

康本は、もっぱら立

適量飲むべし。但し、

り」を觀察する。

会、大学のゼミの同

期の集まりなど昔の仲間に会うのは楽し

いものだ。このよう

な集まりで必ず話題

になるのは健康の話

である。

食事は楽

しく、おいしく食べ

ることが一番である。

野菜、納豆

本屋に行けば健康

本が氾濫し、テレビ

では健康番組が花盛

りである。かく言う

康本は、もっぱら立

適量飲むべし。但し、

り」を觀察する。

会、大学のゼミの同

期の集まりなど昔の仲間に会うのは楽し

いものだ。このよう

な集まりで必ず話題

になるのは健康の話

2016年(平成28年)8月23日

鉄鋼新聞

※掲載許可取得済



健康オタク

成瀬 正

せ、首や腰の筋肉を中心とした体幹の維持が主体である。この新報国製鉄

社の新陳代謝を行い、持続的成長を促進す

る。きれいなお腹が健

康の「要」の維持が主体である。

いう会社をより

「質の高い健康な会

社」にするために、私は楽しみながら

「健康オタク」を続けようと思つ。

(新報国製鉄社長)