

# くつろぎ タイム

仙台商工会議所青年部  
平成 28年度会長  
メットライフ生命保険株式会社  
シニアエグゼクティブコンサルタント

よしだ ひでき  
**吉田 英樹 氏**  
1974年3月30日生まれ  
仙台市出身  
血液型O型

東北学院中学校・高等学校から同大学経済学部経済学科へ進み、卒業後は仙台市内の総合商社に就職、保険事業部に配属となる。25歳のときに生命保険の世界で勝負してみようと転職、現在に至る。仙台商工会議所青年部に入会したのは10年前。「本年度は会長を拝命し、何かと忙しくなりますが、座右の銘である『失意泰然 得意淡然』という言葉の通りに、辛いときもへこたれることなく、うまくいっているときも奢らず、平然としていたいと思っています。疲れた表情をみせて、家族に心配をかけたくないですからね」と話す。



## YEGの仲間とスポーツで汗を流したり、 家族と一緒に過ごしたりする時間が 私にとってくつろぎのひとつときです。

5月に開催された「仙台国際  
ハーフマラソン大会」に  
出場されたそうですね。

私の趣味はマラソンでして、最初に大会に出場したのは6年ほど前になります。仙台商工会議所青年部(以下、YEG)の「CLUB DO M」という、持久的スポーツを楽しむ同好会に入っておりまして、今年もその仲間たち二十数名と参加しました。今年もおそろいのTシャツで、応援に駆けつけてくれたYEGのメンバーや家族、みんなを着て臨んだのですが、派手なピンク色で大変視認性が高く、走りながらでもすぐに沿道の家族を見つけることができ、励みになりましたね。

走るのは毎朝必ずということではないのですが、前日の夜に会合がなかった日など、朝6時から30分ほど、距離にしたらず5kmくらいでしょうか、ゆっくり走るようになっています。

お忙しい日々をお過ごしのこと  
と思いますが、余暇時間を確保  
する「ツ」を教えてください。

私の本業は生命保険会社の営業職で、「お客さまと私」という関係で仕事をしていきます。どの仕事もそうですけども、そこで求められるのは、「自己管理」なので、働く中でオンとオフの時間をバランス良く使えるようになりました。私の場合、まず、仕事やYEG活動などやらなければならぬことをスケジュールに入れてしまい、それ以外の時間を趣味や家族との時間に充て

自己管理をする中で、  
健康にいい気をつけている  
ことはありますか。

特に出る。特にコツと言えるようなものはないのかもしれないですが、一つ言えることがあるとすれば、目的を持つことではないでしょうか。目的があれば、おのずと今やるべきこと、優先すべきことが見えてくると思います。

もともとマラソンを始めたのは、健康維持が目的でした。年間5、6回、ハーフマラソンやフルマラソンに出ています。実は昨年トライアスロンにも挑戦しました。今は、同好会「CLUB DO M」の幹事なので、メンバーに「こんな大会があるよ」などと率先して声がけしています。この活動の成果なのかどうかは分かりませんが、健康診断の結果を見ても、今のところ悪い数値は出ていません。

睡眠に関しても、早く帰った日は10時に寝てしまうこともありますし、布団に入ったら考えごとはしないようにしているのと、寝つきは良い方だと思います。朝は5時半には起きるので、私自身は朝型の生活スタイルですね。

そう言えば、青年部のメンバーたちも朝型人間が多いはずなのですが、夜は夜でみんな元気なんです。あの人たちは一体どうなっているんでしょうか(笑)。

YEGでは「家族との時間も大切にしたいですね」。

YEGの活動というものは、家族の理解

があつて初めてできるものです。YEGにある8つの委員会のうちのひとつに「コミュニケーション委員会」というものがありまして、ここでは、メンバーはもちろん、ご家族を招いたイベントも開いています。お互いに顔の見える交流を図り、家族に理解してもらった上で活動するようにしているんです。

私自身も、家族とのコミュニケーションは、いかに忙しくとも大切にしたいと思っています。今年には会長ということでYEG活動を優先しなければいけないことも多いですが、娘のスイミングの大会や息子が所属するサッカー少年団の試合、運動会などの学校行事には足を運ぶようにしています。また、普段自分で料理することはありませんが、日曜日の夜は私が、焼き物担当。とって、焼き肉やたこ焼きなどを家族に振る舞っています。子どもたちが大人になったとき、こんな時間があつたことを思い出してくれるとうれしいですね。

最後に、青年部会長としての  
抱負をお聞かせください。

今年には仙台YEG発足15年目を迎え、より魅力的な会にしていこうと「仙台YEG魅力アップ宣言」創造・挑戦・ともに感激!というスローガンを掲げました。私の名前が「英樹」なので、歌手の西城秀樹さんがカレラのCMで放った名フレーズ「ヒデキ、感激!」にあやかっ、「感激」というワードを盛り込んでみました(私の名前の由来は桃太郎侍の方らしいんですけど・笑)。

本年度は、交流事業に注力していこうと、



今年5月8日の「仙台国際ハーフマラソン大会」に出場した青年部のメンバーたちと、この日のために買ったTシャツ姿で記念の1枚。

これまでの6委員会に新たに2つの委員会を増やし、8委員会です。その一つ、「国際交流委員会」では、東北大学のグローバルリーニングセンターと連携して、国際化に関するさまざまな事業を展開していく予定です。もうひとつは「スポーツ交流委員会」で、折角メンバーに4つのプロスポーツ団体がありますので、スポーツ教室の開催などを通して地域貢献を行っていきます。

## 生命の母、たったひとつの『海』。

地球上のありとあらゆる生命の源、『海』。この、『母なる海』を、美しいままで未来へと残していかなくてはなりません。21世紀の子供たちも、今と同じようにこうして海で夏を過ごせるように。そう私たちは考えています。私たちは青葉環境保全です。

—より良い環境をめざす—  
**AOBA 青葉環境保全**  
本社/仙台市若林区蒲町19-1 電話(022)286-3161(代)

