

さとう地区だより



広島医療生協
佐東地区

No. 5

佐東地区 (川内・梅林・八木・緑井)

川内 (小倉) 梅林 (風越)

八木 (山下) 緑井 (坂川)

健康まちづくりセンター

(川手 082-879-8124)



川内 そよ風班

クリスマスリースづくり♪

日時: 11月20日 (水) 13:30~

場所: 川内集会所

材料費: 100円

申し込み: 11月13日 (水) まで

お問い合わせ: 健康まちづくりセンター

☎879-8124 ※いきいきポイント対象

多数のご参加、お待ちしております♪



ピンポンの発祥は 中国でしよう!? どう?



10月17日佐東だよりでピンポンやる人募集したところ、新しく4人こられた。卓球したい人の多さに驚いたところだ。

さて、卓球の発祥はどこかと依然疑問がわいたが、たぶんオリンピックではいつも中国が金メダルを取ることが多いので、当然中国だと思い込んでいた。本当はどうなのかと「はて?」と思い調べるとなんとイギリスではないか。19世紀、上流階級の貴族たちが外でテニスができない雨天の日に室内テーブルを使って楽しんだのが始まりだといわれていて、長い歴史を誇っている。その後、1900年ごろ、羊の革を張ったバトルドア (バトミントンの前身) のラケットと、セルロイドのボールが使われるようになり、ボールをラケットで打つと「ピン」、相手の台に落ちると「ポン」と音がするところからその音をなぞられてピンポンと呼ばれ、上流階級の貴族たちが社交の場として“ピンポンパーティ”を日常的に開くようになったそうだ。その後、イギリスで大流行。後に、テーブルテニス (卓球) という名前が正式な競技名となり、今に至る。

日本へは1902年 (明治35年) にヨーロッパから坪井玄道氏がネット、ラケット、ボールなどを持って帰った。その後国内に広まり、近年は日本代表選手の活躍もあり人気スポーツとなっている。広島近くの山口の石川佳純氏が有名である。

緑井支部長 ピンポンやってる人



梅林

おしゃべり会



お茶を飲みながら、ワイワイと色々な話題でおしゃべりしています! どなたでもお気軽にお越しください!!

日時: 毎月第2、4木曜日 10~12時

11月は 14日 (木)、28日 (木)

場所: 梅林集会所 (八木3丁目2)

※申し込み不要 ※いきいきポイント対象



けん 体操



しました!

八木支部



10月11日、医療生協の理学療法士坂本さんによる転倒予防の学習会を行いました。

最初にテントウ虫 (転倒無視) のイラストのついた資料から、高齢になると前かがみになることや、身体機能の低下などで転びやすくなるということで、転倒の原因や場所、骨折・怪我による後遺症などについての説明があり、その後予防のためのいろいろな実技指導を受けました。

まず足の裏のケアが大切ということでマッサージや足指じゃんけんなどで足が温まることを実感し、次は椅子を使っての足腰の基礎運動で無理なく筋肉をほぐしました。最後は「365歩のマーチ」に合わせてバランス運動を行い、手足が逆になったりしながら楽しく終わりました。参加者からはこれを班会でやりたいとか、習ったことを続けていきたいなど非常に反応のいい学習会でした。

サッカーの野望! サンフレッチェをヨーロッパで通じるビッグチームにするつもりでは? サンフレッチェ広島監督ミヒヤエル・スカリツベさんは、就任以来若くて有望な選手を次々とヨーロッパや東南アジアのチームに転出させた。貴重な経験のプレゼントで、一段と遅くなつて帰って来る。同時に、ヨーロッパや南米から補強のために実績豊富で活躍中の選手を獲得している。その結果戦術面の課題が見事に解決されている。例えサンフレッチェは攻撃的なサッカーでゴールの数が多いが、なかなかゴールに結びつかない。

しかし名手トールガイ・アルスラン選手が、自らゴール前でも落ち着いて力まず正確に、時にはフェイントを加えてのシュートを見本として見せてくられて以来、チームの得点力が格段に上がっている。スカリツベ監督はヨーロッパの強豪チームやトルコ代表などの監督としての豊富なキャリアを誇ることも、有力な選手の獲得が今後も可能になる。サンフレッチェの練習中には英語やドイツ語やスペイン語が飛び交っている。究極の共通語は「サッカー」だ。

梅林支部

のましげる

サッカー 世界の共通語

④

