

元気いっぱい ボウリング



ストライクを狙う・・・

ボウリング大会に参加して

岩村公民館主催の部落対抗ボウリング大会に参加してきました。優勝者には豪華景品と副賞として、優勝のコメント、感想文が書ける権利まで用意されています。優勝だけは絶対しない様なのに決めて投げていたのに、知り合いの後輩にだけは負けたくないと思集中したのが運のつき・・・終わってみれば前回に続きやっではないけない優勝で

した。

優勝を狙っていた方々には本当に申し訳ない気持ちで一杯です。優勝の喜びよりも感想文の事で頭がいっぱいの今日この頃です。参加者及び世話人の方々本当に疲れ様でした。

西野洋一さん寄稿（堀之内）



優勝者の西野洋一さん

地域の皆様へ協力を

日章小学校より岩村公民館に次のような手紙が届きました。

「僕はプルタブ、アルミ缶集めをしています。五年生の時、星野さんという方の勉強をしたのがきっかけです。星野さんのように身体が不自由な方やお年寄りの為に、少しでも身体を動かせるようになってもらいたいと思います。プルタブ、アルミ缶を八〇〇キログラム集めると一台の車椅子と換えてもらえます。昨年の六年生は三年間で

車椅子一台と換えてもらいました。現在地域の皆様のお蔭で三二五キログラム集まっています。そこで、岩村地区の皆様さんにもこの運動に協力してもらいたくしてお手紙を差し上げました。」

そこで、地域の皆様にご協力して頂き一年でも早く八〇〇キログラムに到達するように応援したいと思います。岩村公民館の玄関を入った所にプルタブ、アルミ缶入れを置いてありますのでよろしくお願い申し上げます。

朝食の習慣について

あなたの子供さんは朝食をしっかりと摂っていますか。最近、朝食を摂らない子供が増えています。ある調査によれば、三歳児二十五%、小学四年生の七%、中学一年生の十三%は朝食を食べていないそうです。朝食を食べない子供は食べている子供に比べると、小学校低学年までは、身長が低く体重も少なくなります。

ところが、学年が進むにつれて徐々に体重が増えて、小学校

四年になると、むしろ肥満傾向になることが最近の研究で明らかになっていきます。この子供達の生活習慣を詳しく調べますと、夜遅くまでテレビを見たり、夜食を食べたりして、就寝時間が遅いため、結局は朝起きられなくなり、朝食を摂る事が出来なくなっています。どこの家庭でもありそうなことですね。ところが、その子供達の親も夜更かしで、朝食を抜いていることが多い、ということも分かっています。しかも、一年生以降になりますと長時間テレビを見たり、ゲームをしたり、結局外で遊ぶ時間が少なくなり肥満児になる条件が整ってくる、というわけです。つまり、朝食を欠食する習慣は三歳頃からみられ、その他の様々な生活習慣と連鎖し、小学生四年以降の肥満を引き起こす事が分かってきたのです。親の習慣が知らず知らずのうちの子供の習慣になっていく、これは結構恐ろしいことです。

あけぼの小児・内科

クリニック院長

石本浩一氏寄稿