

三木病院のちよっぴり豆知識

Vol.12

三木病院の理学療法士でフルマラソン2時間35分以内で完走を27回連続で達成中。さらに別府大分毎日マラソンで2時間28分で67位の青野勇紀先生に、「肉離れ」についてお話を伺いました。第12回となる今回は、スポーツによって引き起こされる肉離れについて聞きました。



青野勇紀先生

青野先生(以下青) 今回はこちらの季節に多くなる肉離れについて話します。

マイタウン(以下マ) 肉離れというと、ふとももあたりの症状というイメージがありますが、青：肉離れは、筋肉の組織が切れている状態のことを言います。特にハムストリングというふとももの後ろの筋肉で起こることが多いです。軽度の肉離れの場合は運動に支障のないこともありませんが、中度になるとリハビリや固定が、症状が重度の場合は、松葉づえでの生活や長期の固定が必要になる場合もあります。

マ 普通に生活することも難しくなる場合があるんですね。何か予防する方法はあるんですか？

青 肉離れは筋力や柔軟性の差などにより、段階的にハムストリング

マ 自己判断で予防や対処することは危険ということですね。

青 そうですね。また、肉離れにはくせになりやすく、一度痛みが治まったとしても、再発してしまう危険性があります。故障の程度によって段階的に対処していく必要があるため、まずは専門医への相談をおすすめします。

医療法人 天楽会 三木病院

今治市泉川町1丁目3-45

看護師随時募集中!

☎0898-32-4680 <http://tenrakukai-hp.com/>

「緑内障を知ってほしい」今治市公会堂などが緑にライトアップグリーン運動



▲緑にライトアップする今治市公会堂

世界緑内障週間に合わせ、建物の光を緑色にする「ライトアップグリーン運動」に賛同し、今治市内でも3月15日から行われます。

同活動は緑内障の理解や早期発見のため、眼科検診の重要性を理

解してもらうことが目的です。今治国際ホテル(旭町2)で16日

今治市公会堂(別宮町1)で15日から17日の夜、緑色にライトアップされます。時間は17時~22時。

たくば眼科(南宝来町3)の田窪一徳院長は「この機会に緑内障という疾患に、少しでも市民の方に関心をもちいただけたら」と話しています。

台湾に聞く

近藤兵太郎が台湾野球殿堂入り(上)

題字は藤岡 抱玉さん

台湾の野球殿堂(棒球名人堂)入りに、1931年に嘉義農林学校を甲子園で準優勝に導いた近藤兵太郎が選ばれた。松山商業高校や新田高校で監督を務めた近藤の教え子で「近藤兵太郎をたたえる会」会長

林司朗さん(91)



経歴メモ はやし しろう
昭和8年2月1日生まれ、松山市出身。新田高校卒。昭和27年、愛媛県高野連審判員。同年、食糧省団城東配給所に入所。昭和46年、有限会社新栄食品設立。同社代表取締役就任。平成25年、近藤兵太郎をたたえる会会長。趣味はゴルフ、血液型はO型。

台湾野球殿堂入りは日本関係者では王貞治氏に続く2人目となる栄誉ですが、

関係者が満票で決めていただいたことに敬意を表した。この快挙を機に「たえる会」の悲願である近藤先生の日本の野球殿



台湾野球殿堂入り(故人)近藤兵太郎氏(故人) (ごんどう ひょうたろう)

機嫌の良いときにたまに話す程度でしたが、自分のことは語らずに、とにかく現地民族は足が速く、「三塁から本塁まで三歩半だった」と大げさに言われたのを覚えています。スパイクを履くの嫌がり困ったという話を聞かれました。また、甲子園に出場した時の投手で主将だった漢人の呉明捷(ごめいしょう)はすごい投手だったとか、漢人の打撃力は力強かったことなどを目を細めて話されていたことが記憶に蘇ります。(以下次号)

今後、台湾の嘉義市と野球を通じた交流も考えたという言葉を聞いた。さらに近藤先生の功績をたたえる声が高まることを期待しています。

近藤さんがもし、今回の表彰を聞いたら。

近藤先生は、自分の自慢話をするような人ではなく、写真を撮るのも嫌がるような人でした。「こんなことになったらわらわらもう外も歩けんが」という声が聞こえてきそうです。

近藤さんから嘉善農林の話は。

ファミリーアート展

3/15から開催

友近ファミリーアート展(主催 燦洋書道会)が3月15日から17日、河野美術館(旭町1)で開催されます。書道家の友近吾邑さんの家族9人の書や写真が約100点展示され、16日の14時から14時30分には友近さんの解説を聞くこともできます。

日時は3月15日から17日、9時30分から17時。最終日は16時まで。入場無料です。

☎090-1527-08897 (燦洋書道会 友近)

第2回 最優秀賞 「星降る吹揚城」(部分) 高崎 彰

今治城

写真コンテスト

あなただけが知る今治城の魅力
写真におさめてみませんか?

令和6年 3月1日(金) ~ 令和7年 1月17日(金) 期間内必着

とっておきの作品をぜひご応募ください。

作品募集中

入賞者には記念品『今治城オリジナルグッズ』をプレゼント

最優秀賞 (1点) 賞金3万円
優秀賞 (2点) 賞金2万円
特別賞 (5点) 賞金1万円
入選 (10点程度)

※未成年の方が受賞した場合、賞金は賞金相当額のQUOカードを贈呈します。

応募規定

- 応募者本人が令和5年1月1日以降に撮影した「今治城」に関する写真とします。
- プロ、アマは問いません。
- 応募は1人3作品以内としてください。
- 未発表の単写真(1枚で完結する写真)に限ります。
- 人物を主題にした作品の場合は、本人(被写体)の承諾を得た上で応募してください。

※詳しくは、公募チラシか今治城のホームページを確認ください。

応募方法

- サイズはA4サイズ、4つ切り、またはワイド4つ切りとします。
- 全ての作品の裏側に、必要事項を記入した応募票をテープなどで貼付け、今治城まで郵送または持参してください。
- 応募票は、今治城や各公共施設にチラシを置いてあります。また、今治城ホームページからもダウンロードできます。
- 応募に係る費用は応募者の負担となります。

応募先

〒794-0036 今治市通町3-1-3
今治城管理事務所 写真コンテスト係

お問い合わせ

今治城

〒794-0036 愛媛県今治市通町3-1-3
TEL 0898-31-9233
FAX 0898-31-9235

主催 / 一般財団法人今治文化振興会 今治城
後援 / 今治市、今治地方観光協会、今治CATV、FM ラヂオバリアリ、マイタウン今治新聞社、愛媛新聞社、伊予銀行、イオンモール今治新都市、フジグラン今治

今治城

ホームページ X(旧 Twitter) 日本遺産