

**第2回 日野原重明カップ争奪ソフトボール大会&
第8回 東京ジャパンカップ国際親善ソフトボール大会に
我が「東京ゲンキーズ」が初参加しました！！**



山縣尚三/市川勝啓/高根昭司/佐藤久美子
小林賢/大平秀雄/伊藤礼子/尾林行雄
川端吉彦/藤井久/会田正/川端アツ子/吉田靖(敬称略)

平成18年11月4日
(土)〜5日(日)大田スタジアムにおいて、第2回日野原重明カップ争奪ソフトボール大会

地域のホットニュース

平成18年11月

元気堂だより

元気のモト

題字は馬込店
西條 琢哉

第138号

(株)元気堂

読売センター馬込
大田区南馬込5-7-12
Tel.3771-4497
読売センター山王
大田区中央1-1-1
Tel.3772-5332

毎月15日発行

▶ヒットで出塁だ！



ズが相手。点こそはとれなかったが、元気と笑顔では負けていない東京ゲンキーズの選手達。健康スローピッチソフトボールは、勝敗より、何歳になっても元気に大会に参加できる。

&第8回東京ジャパンカップ国際親善ソフトボール大会が開催され、元気堂チーム「東京ゲンキーズ」が初参加した。結成直後の大会参加のため、試合結果は次頁の通り。初戦は兄弟チーム「メイジャ・マクレ大田7」が相手で、兄チームの胸を借りて和気藹々とした雰囲気の中、試合を楽しんだ。第2戦は「ハイシニア横浜マリーンズ」が相手。点こそはとれなかったが、元気と笑顔では負けていない東京ゲンキーズの選手達。健康スローピッチソフトボールは、勝敗より、何歳になっても元気に大会に参加できる。



▲ピッチャー川端 一球入魂



地域の元気のモト

最近私は、顔は思い出すが名前を思い出せない、計算が遅くなった、食べたものが思い出せない、と感じています。皆さんも脳の老化を感じたことがあるのではないのでしょうか。最先端の脳機能の研究から新聞の音読をすると脳がよく働くことがわかってきました。

そこで、私も販売店では新聞を使った脳のトレーニングと老後生活のための介護保険講座「シニア市民勉強会」を開いています。福祉用品会社フジヤマサービスと共催で、6月より11月まで合計6日(1日に午前と午後の2回)1日約50名が参加し、延べでは3000人です。

勉強会(1回は1時間半)は2部構成で、前半は川島隆太先生の著書「脳を鍛える新聞の読み方」をそのままテキストとして使いつながら、基本トレーニングとして、当日の読売新聞の「編集手帳」を音読、天気予報の計算、新聞記事の筆記を行っています。後半は介護保険料や介護サービス利用の仕方について学ぶ内容です。

大変好評です。参加者の平均年齢は66歳、最高は83歳と高齢ですが、取組む姿勢が活発で、熱心な質問があったりして、皆さんが意欲的です。一人で家に閉じこもってトレーニングするよりは、仲間と一緒に会話も楽しみなながら取組むのがいいでしょう。

この脳のトレーニングに興味のある方は元気堂までお問い合わせ下さい。「勉強会」の第2弾を計画中です。なお、川島隆太先生の講演会が12月13日大井町の「きゅりあん」で開催されます。チケットは元気堂でも取扱中です。

▼ベンチにいても味方の応援忘れません。



▼二塁へ走れ！



とに価値があるとの考えから生まれたスポーツゆえ、楽しく参加することが大事なのだ。とは言うものの、来年の大会にも参加し、成長した姿を見せて欲しい。

▼試合終了。清々しく挨拶



	一	二	三	四	五	六	七	合計
東京ゲンキーズ	0	0	0	0	0	0	0	0
メイジャ・マクレ大田OP7	1	0	3	5	1	2	0	12

	一	二	三	四	五	六	七	合計
東京ゲンキーズ	0	0	0	0	0	0	0	0
ハイシニア横浜マリーンズ	4	1	5	2	0	0	1	13

その他に3票を集めたのは、マラソン・バトミントン・サッカー。2票は、スキー・スノーボード・野球・弓道・ストレッチ・サーフィン・ゲートボール。1票は、テイラピス・剣道・ツーリング・吹き矢・ハイキング・スカッシュ・エアロビ・空手・フットサル・ボーリング・体操・太極拳・スクワット・ダンス・サイクリング・ビリヤード。

1位	テニス	15票
2位	ゴルフ	13票
3位	スイミング	12票
4位	卓球	10票
5位	ウォーキング	5票
7位	バレーボール	5票
"	ジョギング	4票
"	ヨガ	4票
"	ダイビング	4票
"	乗馬	4票

特集

あなたがこれから
挑戦したいスポーツ
先月号のアンケートの
集計結果をお知らせします。

卓球			スイミング				ゴルフ						テニス				
70代	60代	50代	70代	60代	50代	40代	80代	70代	60代	50代	40代	30代	20代	60代	50代	40代	30代
2人	3人	5人	2人	8人	1人	1人	1人	1人	3人	5人	1人	1人	1人	4人	5人	4人	2人

上記の表は、上位4位までのスポーツに票を入れた方を年別に集計したものです。テニスは運動量が多いので、70代以上の方の票は入りませんでした。ゴルフは、一番人気です。ゴルフに票を入れた方は、20代〜80代と幅が広く、一生涯続けられるスポーツとして、人気が高いようです。スイミングは、60代がダントツで8人の方が希望しています。足腰に負担がからない全身運動なので、熟年から始めるスポーツとしては、適していますね。卓球は、50代〜70代とストライクゾーンが狭い結果ですが、5位に5票差をつけての4位でした。

元気堂からのお知らせ

川島隆太教授の読売特別講演

「活字の音読が脳力を鍛える」

ご存知「脳ブーム」の火付け役、東北大学・川島隆太教授の特別講演が、平成18年12月13日（水）に大井町きゅりあんで開催されます。2時間の講演のチケットが千円で販売中ですので、ご希望の方は元気堂までお電話下さい。

日時／平成18年12月13日（水）

受付開始……12時半

開演……13時

講演会終了……15時予定

場所／大井町きゅりあん

元気堂・絵本プレゼント

日本医師会と読売新聞社が主催する第23回「心に残る医療」体験記コンクール小学生の部・最優秀賞受賞作品「かゆい、かゆい」はもうすぐそつぎよう絵本を抽選で30名様にプレゼントします。うまれて5ヶ月ぐらいでかゆい、かゆいアレルギーになり、小学一年生でかゆい、かゆいを卒業するまでの女の子の体験記です。ご希望の方は、4面の応募用紙の空欄に「絵本希望」とご記入になり、ご応募下さい。

東京マラソンへの道

元気堂 川端

過日マラソンの練習会へ参加しました。江東区の夢の島よりお台場の外周を回る20kmコースです。

お台場はまだ午前中というのに、ビーチバレーやカップルで人がいっぱいでした。練習では、最後はもうへとへと、足があがらず、おぼちゃん（？失礼）にも抜かれる始末。「何くそ」としばらく頑張っても足があがらない。これでフルマラソン大丈夫かな……。

馬込文士村の文士たち

その7



川端 茅舎

(1897~1941)

解説板設置場所
池上1丁目5番

茅舎は、日本画家・川端龍子の異母弟。本門寺五重の塔の前の道を下り、本門寺裏へぬけて急坂を登りつめた左角の家に住んでいた。24歳の時、洋画家・岸田劉生に師事し、大正12年に「静物」画が芸術院展に入選したが、岸田の死と自身の病気で画業から遠ざかり、句作に専念する。昭和9年に「川端茅舎句集」を刊行した。

主な作品：「川端茅舎句集二巻」

元気クン紹介コーナー

店 馬込 西條 琢哉



この度、馬込店に入社しました。久が原2・4丁目を担当させていただきますので、よろしくお願ひします。

編集後記

今年も残すところ、1ヶ月半になりました。平成18年は、皆様にとってどんな一年だったでしょうか。

元気堂では、読者の皆様との交流を深めるため、新しい活動にいくつかチャレンジしました。まず、記憶に新しい「元気の出るバスツアー」。来年に第2弾のツアーも計画しますので、ご期待下さい。次に業界初の補償サービス「元気堂お見舞金制度」の開始。そして、今月号でもご紹介した健康スローピッチソフトボールチーム「東京ガンキーズ」の発足などがあります。いずれも元気堂らしい読者の皆様に元気になっていただくための試みです。来年の元気堂も皆様の「元気のモト」になるよう、精進して参りますので、よろしくお願ひします。今月号のアンケートは、「今年、あなたが元気をもらった出来事」です。たくさんのお便りをお待ちしております。