

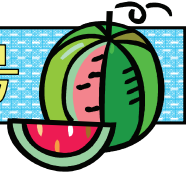
# アスモ・たんぽぽ新聞

アスモ新聞はアスモのホームページ <http://www.asumo-kaigo.jp/> からもお覧になれます。  
上記のアドレスが【在宅介護センター・アスモ】で検索してください。

「人に喜ばれる仕事を！！」のアスモは、みなさまとの新たな出会いをお待ちしております。

平成22年8月発行

第59号



〒165-0026  
中野区新井1-26-4  
オスカーマンション2F

☎ 03-5318-4007

## 「少年の夢」



代表取締役 花堂浩一

今年の夏の甲子園大会も決勝まであと数試合を残すのみとなりました。毎年この時期になると、30数年前に炎天下の中、声を嗄らして野球の練習をしていた頃のことをよく思い出し、熱いものがこみ上げてきます。あの時と同じ熱さだと感じる「ことが元気の源になっているようです。」

### 僕の夢

僕の夢は、一流のプロ野球選手になることです。そのためには、中学、高校と全国大会に出て活躍しなければなりません。活躍できるようにするためには、練習が必要です。



僕は3才の時から練習を始めています。3才から7才までは半年くらいやっていましたが、3年生の時から今までは、365日中、360日は激しい練習をやっています。だから、1週間中で友達と遊べる時間は、5〜6時間です。そんなに練習をやっているのだから、必ずプロ野球の選手になれると思います。

そして、中学、高校と活躍して、高校を卒業してからプロに入団するつもりです。

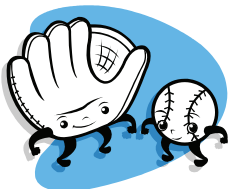
そして、その球団は、中日ドラゴンズか

西武ライオンズです。ドラフト入団で、契約金は

1億円以上が目標です。僕が自信のあるのは、投手か打撃です。

去年の夏、僕たちは全国大会に行きました。

そして、ほとんどの投手を見てきましたが、自分が大会NO1選手と確信でき、打撃では、県大会4試合のうち、ホームラン3本



を打ちました。

そして、全体を通した打率は5割8分3厘でした。このように、自分でも納得のいく成績でした。

そして、僕たちは、1年間負け知らずで野球ができました。だから、この調子でこれからも頑張ります。

そして、僕が一流の選手なって試合に出られるようになったら、お世話になった人に招待券を配って、応援してもらうのも夢の一つです。

とにかく、一番大きな夢は、プロ野球の選手になることです。

「これは、当時、小学校6年生のある少年の作文で、残念ながら私のもではありません。ただボールを投げて、打って、走っていた当時の自分自身と比べると、その目的意識の高さには驚かされます。この少年こそ後に、プロ野球選手となり、今では大リーガーで大活躍している鈴木一朗（イチロー）の少年時代の作文です。」

小学生が夢をテーマに作文を書くことは、よくあることだと思えます。「感謝の気持ち」や「自分だけでなく、人を喜ばせる」という感覚が社会人になっても欠けている大人が多い中で、小学校6年生にして身に付けていたという点は、特筆すべきものだと思います。

物事を成就するためには、この気持ちが大切であり、この気持ちこそが今日のイチローを築きあげたのだと思います。

福祉や介護に携わる仕事をしていると、得てして自分が感謝されるべき対象であるかのような錯覚に陥りがちですが、「この仕事を通して多くの「利用者様から頂く心の財こそ感謝するべき対象なのではないでしょうか。」



# アスモ・たんぽぽ合同勉強会 のご報告



平成22年7月24日(土)18時から、商工会議所にて「アスモ・たんぽぽ合同勉強会」を行いました。

まず最初に所長から新人スタッフの紹介。

その後、5つのグループに分かれて、オムツ交換と車いすからベッド(いす)への移乗を行いました。グループ内で色々な意見や各自工夫されている知恵が出されました。1時間半の間、いろいろな技術を勉強することができました。



お弁当とお茶の休憩後、各グループの優秀者に粗品をお渡しいたしました。

社長のあいさつと話があり、2時間の勉強会は終了いたしました。



## アンパンマン先生从这里健康になりましょう

みなさんこんにちは！今回は骨盤の歪みによる体への影響、対処法についてお伝えしました。

今回は、歪みの種類についてお伝えします！みなさんの体はS字に曲がっていますか？

人間の脊椎(背骨)には前後に4つの湾曲(カーブ)が存在します。

頸椎が前弯、胸椎が後弯、腰椎が前弯、仙椎が後弯しています。

この4つのカーブは、二足歩行をする私たちにとって非常に大きな役割を担っています。

地球上には重力が存在するので、私たちは重力に逆らって二本足で立っています。

その時に4つのカーブが背骨にかかる重力を前後に逃がして、背骨にかかる負担を減らします。背骨がクッションの役割をします。

しかし、この背骨の役割や機能を低下させるものがあります。それが『歪み』です。歪みにも様々な種類があります。

代表的なものに、過前弯・過後弯・ストレートネック・猫背・側弯症などがあります。

過前弯・過後弯・・・カーブの角度が強すぎることで、筋肉・関節への負担が増える

ストレートネック・・・頸椎の前弯が少ない状態。女性に多い。筋緊張性頭痛が出やすくなる

猫背・・・背中が丸くなる状態。仕事がデスクワークの方に多い

側弯症・・・背骨が左右に歪んだ状態。

これらの症状は、正直一回の治療で治るものではありません。専門家による的確な処置、治療回数が必要です。

しかし、悪くなる前に、今一度姿勢を見直してみませんか？

ここから整骨院

〒165-0034 東京都中野区大和町1-65-4 増田ビル1F JR 高円寺駅北口徒歩5分

TEL&FAX 03-5364-9090

