

Life

第38回

“いのち”“生活”
“いきがい”をテーマに
したメッセージ。



みずもとこどもクリニック
院長
にしワイズメンズクラブ

水元 裕二さん ③

太陽のリズムに従って暮らし、 屋外でよく遊ぶと心も育ちます

30年ほど前まで、アレルギー疾患を発症する人はほとんどいなかったようです。しかし、食事や住環境の変化に伴いアレルギー症状を訴える人が増加し、食物アレルギーやアトピー性皮膚炎、喘息、花粉症など、今や国民の3割が何らかのアレルギーを持っていると言われています。近年、経済発展の著しい中国で患者が急増していることからアレルギーは文明病の一種だと言えるでしょう。

アレルギー症状の予防、改善に効果的なのは、昔の子どもたちのような暮らしをすることだと考えています。太陽のリズムに従って早寝早起きをする、屋外でよく運動することが大事。家の中に閉じこもってスナック菓子を食べ、ゲームやパソコンばかりしていると、生活習慣病(成人病)まで発症しかねません。一方、土に触れ、虫と遊び、自然の中で工夫をして遊ぶと、心が育ちます。大人になった時に役立つ知恵と健康を身につけることができます。

東日本大震災は、あまりにも便利になり、贅沢な生活に慣れた私たちが、昔ながらの生活の良さを考え直すきっかけになりました。和食中心の食事と、自然とともに暮らしてきた伝統的な生活の素晴らしさを、今一度見つめ直してみませんか。

熊本YMCA第19回会員スポーツ大会

スポーツを通して親睦を図り交流を深める、会員スポーツ大会を開催します。競技はボウリングで、年齢や男女に関係なくご参加いただけます。ゲーム終了後には、お楽しみ抽選会も行われます。オリジナルのプラカードやコスチュームを準備してご参加ください。



- 日時: 2011年9月23日(祝・金) 9:00~12:00 8:30受付開始
- 会場: マスターズボウル熊本 (熊本交通センター内)
- 主管: ICR・メンバーシップ委員会
- 運営: 会員スポーツ大会実行委員会
- 内容: 各YMCA・ワイズメンズクラブ・クラス等対抗のボウリング大会
- ルール: ・1チーム4人編成により2ゲームを行う (平均スコアで順位を決定)
 - ・男女、年齢に応じたハンディを設定
 - ・上位以外に飛び賞や特別賞を設ける
 - ・ストライク1回につき100円を募金(東日本大震災復興支援)
- 参加費: 1チーム4,000円(高校生以下は1人につき200円を割引)
 - ※シューズレンタル代300円は別途個人負担
- 申込方法: 所定の申込書に必要事項を記入のうえ、9月9日(金)までに参加費を添えて各YMCAへ提出してください。

お問合せ/熊本YMCA ICR TEL 096-353-6397 FAX 096-324-7877
E-mail icr@kumamoto-ymca.or.jp

PEOPLE 熊本YMCAに関わる人たちを順番にご紹介します。

中央YMCA体操チーム



熊日学童オリンピック小学生男子団体2連覇! 女子団体Aチーム準優勝! Bチーム第3位! 私たち体操チームは、7月10日(日)に行われた大会において頭書の成績を収めました。週に3日という限られた時間の中で他のチームに勝つために、自分の課題を見つけ、とにかく短時間で集中して練習を行います。基本となる倒立も2分以上腕だけで支え、汗が額からポタポタ落ちながら何セットも耐え抜きます。そんな練習の成果を8月に行われる九州大会にぶつけてきます! 応援してくださいね!

体操チーム 高原憲吾

中央YMCA新体操チーム



私たち、新体操チームは、小学生10名と中学生6名で週3回練習しています。皆さん新体操の用具がいくつあるかご存知ですか? リボン、ポール、クラブ、ロープ、フープの5種目があるんですよ。それぞれの用具操作などはとても難しく、悪戦苦闘をしながら練習に励んでいます。これからの時期、体育館はとても暑くなりますが、チームの団結力でこの暑さを乗り切り、試合でノーミスの演技を目指します。皆さん、応援よろしくお願いします。

新体操チーム 柳瀬麻理香

YMCAフットボールクラブU-15



第23回全日本ユース(U-15)サッカー選手権熊本県大会が、今月の27日から始まります。目標の九州大会出場に向けて、日々トレーニングを頑張っています。3年生にとっては、中学生生活最後の大会です。有終の美を飾れるようチーム一丸となって一生懸命頑張りたいと思います。皆さん、応援よろしくお願いします。

なでしこJapanの快進撃に負けぬよう、YMCA旋風を巻き起こしたいと思います。写真は、2・3年生の集合写真です。

むさしYMCA 水田祐輔

YMCA NETWORK

- | | |
|--------------------------|-----------------------------|
| 熊本中央YMCA ☎096-353-6391 | ながみねファミリーYMCA ☎096-385-0676 |
| YMCA学院 ☎096-353-6393 | 熊本むさしYMCA ☎096-248-6334 |
| YMCA学院高等学校 ☎096-353-6391 | 阿蘇YMCA ☎0967-35-0124 |
| 本部事務局・ICR ☎096-353-6397 | 赤水保育園 ☎0967-35-0024 |
| 熊本みなみYMCA ☎096-378-9370 | 尾ヶ石保育園 ☎0967-32-0213 |
| 上通YMCA ☎096-352-2344 | 永草保育園 ☎0967-32-0810 |
| 熊本東部YMCA ☎096-382-6661 | リフレスおおむた ☎0944-58-7777 |
| 水前寺幼稚園 ☎096-362-4141 | |



キャラクター・ディベロップメント推進中

7月10日(日)にYMCAサッカークラス在籍生を対象とした「熊本YMCAサッカークラブカップ」が行われました。YMCAでは、サッカーを通して子どもたちの協調性や社会性を育てています。大好きなサッカーができることに感謝し、挨拶をする時には同時に握手をしたり、スパイクやボールなどを大事にする気持ちを大切にしています。また、相手を思いやる気持ちを忘れず、チームワークを大切に、日々頑張っています。その中でサッカーの技術も向上できるように願っています。 徳永祥太



【基本聖句】喜ぶ人と共に喜び、泣く人と共に泣きなさい(ローマの信徒への手紙12章15節)

熊本YMCAの使命

- 共に生きる社会
- 地球環境の保全
- 生涯学習の推進
- ウエルネス活動
- ボランティア活動
- 平和な世界

- ホームページ www.kumamoto-ymca.or.jp
- ブログ kumamoto-ymca.wablog.com
- メールマガジン登録 www.kumamoto-ymca.or.jp/cgi-bin/mail/mail.cgi

