

『ここだけの話』

2016/8 Vol.5 発行：浦安駅前整体院/鍼灸院 047-355-4265

・夏の終わり…

2016 年 SUMMER 到来 FROM



西念純一

7月後半、一人の青年が3年間の高校野球生活に終止符を打ちました。

雨天順延した翌日の第一試合、東京都大田球場にて試合が行われました。

試合の結果は3対1で惜しくも敗戦。

その日私は試合を見に行くことが出来なかったため、患者さんの施術が終わるたびに速報をこまめに携帯でチェックしていました。

時間が過ぎ、試合終了の文字が見え彼の姿がフィードバックし、心の中でお疲れ様と伝えました。

翌日の夜、最後の患者さんを施術中にその彼がお店に来院。

高校生の男の子が悔しそうに涙をぬぐいながらトレーニングしてきたおかげでここまで頑張れたと…。

有難うございますとお母さんと一緒に挨拶に来られました。

こちらこそ十何年前の自分の姿に重ね、一緒に野球していたような感覚ですごく楽しかったと伝えました。

これからテレビで高校野球を見るたびに最後のシーンが思い起こされ、悔しい気持ちが込み上げて

もう少し出来たんじゃないのか？もっと食らいつけたんじゃないかと自問自答する日々が続くと思いま

す。しかし、今までやってきたことは必ず今後の糧になると思いますので、少し落ち着いたらまた前を

向いて頑張ってもらいたいと思います。

そしてこれから受験勉強という競争が待っています。

野球が終わったからすぐに勉強に切り替えられないかもしれませんが、頑張るしかありませんね。受験は待ってくれませんか…（笑）

今思うとあの時ももっと頑張ってやれば良かったと思う事がちよくちよくあります。

皆さんはいかがでしょう？

私の場合はまずは勉強ですね。今小学6年生のお子さんを持つお母さんの患者さんとお話しますが、この夏が勝負という事で週に6日塾へ！！

朝8時過ぎから夕方18時までみっちり勉強してからの家での宿題（おおよそ3時間くらい）があるそうです。

それだけ聞くと『大変』の一言になりますが、今思うとその位勉強に打ち込んでみたかったです。

でも、その時はその時でなんだかんだ理由をつけて出来ないものなんですよ（^^）

・暑い暑い

今年の夏っていつも以上に暑くないですか？って毎年言っている気がします（笑）。一年すると去年の夏の暑さなんて忘れちゃいますからね～。

しかし、今年の夏は本当に暑いみたいです（°レ°）

なんとNASAが今年の4月の世界の気温・海水温が観測史上最高記録を更新したと発表！！99%の確率で史上もっとも暑い夏になると警告したそうです。

そして気象庁もエルニーニョ現象が減少し、ラニーニャ現象が発生すると報告してます（秋に来るとの発表もあり）。

ラニーニャ現象と言われても詳しく分かりませんが、かなりの確率で**猛暑**になると言う事です…！！

今年はやっぱり暑い夏なんですよ！！

水分を取っているつもりでも気づいたら熱中症ってことになり兼ねないので、こまめな水分補給と休息を意識して直射日光に当たり過ぎないように気をつけて下さいね。先日行われた千葉県高校野球夏の甲子園予選で隣町の「行徳高校」の選手が試合中に倒れ、9人しかいなかったため没収試合に

なつたと大々的にニュースになりました。普段から外で激しい運動をしている方でも倒れてしまう事があるので、自分は大丈夫と思わないようにして下さい。私自身も中学の時に野球の練習中目に映るものが全て黄色に見えて練習を少し休んだ経験があります。

ところで熱中症とは実際何なのか？「熱中症」とは暑い環境で症じる健康障害の総称の事です。

一般的に日射病とか熱射病とか呼ばれますよね。

日射病は強い直射日光を浴びる事で発症。大量に汗を掻き脱水状態に陥り体温調節の機能が低下し、倦怠・頭痛・めまいなどの症状がでます。

また、熱射病は室内室外を問わず高温多湿な環境下に長くいる事で発症。体温調節機能が破綻し、日射病と同じような倦怠・頭痛・意識障害がでます。汗がうまく出ず、体温が高くなり最悪生命の危機にさらされることもあります。

少しでも熱中症かなと思ったら風通しの良い所で体を休ませ、しっかりと水分補給をして下さい。

今年は暑い夏です！自分は大丈夫と思わず、こまめな休憩と水分をしっかりと取ってお出かけして下さいね。

・夢



8月と言えば夏休み！しかし、学生の時の様に長い休みはもう皆さんにも私にもありません(T_T)その分短い休みをいかに楽しむか。この辺が毎年の悩みどころ…。田舎に行くか、都内をブラブラするか、海やプール三昧にするか、旅行に行くか、家で Hulu などの動画や映画などを見まくるか、パーベキューや飲みに行くか、普段会えない友達に会うとかなど色々案が出てきますね。

暑い夏をどのように過ごすか、皆さんのプランを教えてくださいね(^_-)-☆

さて、昔これやっておけば良かったシリーズで、バイクで日本一周旅行にチャレンジしておけば良かったなと思う事があります。

それって今じゃなかなか出来ない事ですからね。時間のある学生の時に気の合う仲間たちと語り合いながらバイクで旅をする。昼間は地図を見ながらひたすら道を進み、夜はその時に宿を探す。宿がなければ公園などでテントを張って野宿（もしかして法律違反なのかもですが…）。めちゃくちゃ青春って感じですよ>^_^<

でも、実際は資格試験やバイトなどでなかなか時間が取れず出来ませんでした。。

ですので、今を楽しむべく夏は大いに楽しみたいと思います！！

ずっと室内の仕事なので日に焼けなくて、何となく不健康な気がするのでガンガンに焼いて男に磨きをかけてきたいと思います（笑）。

（焼いたからって磨きがかかるわけじゃないのですが、何となく焼いていた方が良い気がして…(^_-)-☆)

・編集後記

高校野球の地方予選も終わりも迎え、甲子園が始まります。（このニュースレターを読む時期によってはもう甲子園が終わっているかもしれませんが… ^_^;）木更津総合高校が千葉代表で出場します。ちなみに木更津総合高校は春の選抜にも出場しています。

ここ最近千葉県が甲子園上位に食い込むことが少ないような気がしますので、野球王国千葉の力を見せてほしいと思います。

（私の時は出場校が神奈川・大阪・埼玉に続いて千葉が全国で4番目に多かったのです。その為、開会式の時に挨拶をしている偉そうなおじさんが野球王国千葉って言っていたので野球王国って言葉を使わせて頂きました…)

今回のニュースレターは野球ネタがかなり多かったような…。

だって野球が気になって気になって仕方がないので勘弁して下さいね。

控室の PC は高校野球のページがいつでも見れるようにしている位好きなのです！！！！先日やっていたアメトークの「高校野球大大大好き芸人」に下手したら出れるんじゃないのかと自問自答する位好きなのです=^_^=

さあ、今日も甲子園情報をチェックしよっと！！