

移植。世界的な名医ジョーブ氏は手術が成功しても一週間に20球しか投げられないよと宣告。村田は2年間の猛烈なりハビリで肘を鍛え復活、毎週日曜日に一試合100球以上を投げ抜き、「サンデー兆治」と崇められました。

③ 鍛えよう

人間は万物のトップランナー。だから、他の生き物にある強さは人間にも備わっているんです。裸でも、少々腐ったものを食べても平気！ ある器官がだめになっても他の器官が補う。どんな過酷な環境にも適応し生き続ける、強い力が備わっているんです。

体は、もっと力を発揮したくて、うずうずしてるんですよ。

現代人の一番多い病気は成人病。成人病の原因は何？ 運動不足ですよ。

国民栄誉賞を授与された、女優の森光子さんは、89歳の今も、朝、晩に100回ずつ屈伸運動を欠かさないそうです。一日に1万歩は歩かないと運動不足だそうですよ。

日々少しずつ、自分の体に負荷をかけて、鍛えましょう、磨きましょう。

ほら、体の声が聞こえませんか？

「私は力だ。病にも運命にも、何ものにも負けない、強い、強い、力の結晶だ！」



手術後初勝利の村田兆治氏

池田利之



ENJOY! 着物のコーナー

和風の湿気、暑さ対策

一、【ラジオの質問から】

先日のラジオで、「和風の湿気対策、暑さ対策って何かありますか？」というご質問を受けました。今は梅雨、そして蒸し暑い夏が続きますが、日本人は古来より以下のような方法で対処してきたのです。



和想館講演会より

二、【適度な汗は良薬】

最近、体臭、ワキガ対策等々、体の臭いを気にされる方が増えているようですが、その原因は汗をかかないから。あまり汗をかかないと汗腺がつまり、たまに汗をかいた時には匂いを発生させてしまうそうです。適度な汗を日頃からかいていると汗は匂うことはないそうです。

その点で着物は、この蒸し暑い日本の夏にはもってこいの衣。