

お誕生日おめでとう!! 一わが家の人気者 8月



原 昊也くん

●平成17年8月20日生まれ
●中央1

5歳のお誕生日おめでとう。これからわが家のムードメーカーで元気に大きくなってね。



兵動 実紅ちゃん

●平成21年8月10日生まれ
●大原

実紅ちゃん1歳のお誕生日おめでとう☆これからもかわいい笑顔がたくさん見せて元気に育ってね!



渡辺 健太郎くん

●平成20年8月15日生まれ
●三沢

電車とお兄ちゃんが大好き♡のびのびと大きく育ってね。父母より



松本 知夏ちゃん

●平成21年8月14日生まれ
●西島

ちーちゃん元気に生れてくれて有難う♡これからもよろしくね!



益永 莉瑚ちゃん

●平成21年8月13日生まれ
●三沢

莉瑚ちゃん、1歳の誕生日おめでとう! いつもニコニコ、元気をありがとう。



新谷 亮太くん

●平成21年8月4日生まれ
●下町

亮くん、誕生日おめでとう。いっぱい食べて元気な男の子になってね。



木下 琥介くん

●平成21年8月10日生まれ
●みにくに野団地

琥ちゃん、1歳のお誕生日おめでとう! お兄ちゃんと仲良く、元気で優しい子に育ってね!



柳瀬 章翔くん

●平成21年8月25日生まれ
●三沢

あきとくん、1歳の誕生日おめでとう。いつもの笑顔と笑顔ですくすく育ってね。パパ&ママより



神之田 羽凜ちゃん

●平成21年8月2日生まれ
●中央1

お誕生日おめでとう! ふうちゃんの素敵なニコニコ笑顔にパパもママもうれしくなるよ。元気に育ってね。



田中 龍翔くん

●平成21年8月28日生まれ
●中央2

1歳のお誕生日おめでとう! いつも笑顔いっぱいのりゅうちゃん。これからも、元気で心優しい男の子に育ってね。

随想 78

「太極拳」 平田瑞夫 (古賀)

70歳を前にしてはじめて太極拳が、こつこつとやっているうちに10年が過ぎた。定年後の職場が福岡市南区にあり、近くに南区体育館がありました。老化が気になっていた私は、同館の体験教室に入ることになりました。最初は指導員の説明の間も立っているのがつらく、足腰の弱りを痛感しました。現在では週1回17時~21時の練習もこなしています。練習はつどいであり、僅かな合間に交わす会話は無口な私でも楽しい。

太極は古代中国哲学書にある「易に太極あり…」からきている。しかし系統的に明らかなのは約300年前から。日本の柔道剣道が明治になり統一されたように、太極拳も現中国が生まれて、旧来の孫式陳式呉式等にこれらを統合させた24式、総合等の形式を加えた。新旧いずれも愛好されている。

高齢者の寝たきりや事故死では、転倒に起因している場合が多い。九大医学部高杉先生は太極拳が高齢者の足腰強化、転倒防止に大変効果ありと発表しています。

次号(10月号)は、永星敦士さん(二森)へリレーされます。

