

# にんにく卵黄 『青春の元』 たより

(8月号)

株式会社パワーボール

## 『古池や 蛙飛び込む 水の音』 芭蕉

上の俳句は、誰でも知っている芭蕉の秀句です。この句に出会うと静寂を破って飛び込む蛙の水音が耳に響いてくるようです。それとともにこの暑さをしのぐために海に、川に、またプールに飛び込みたくなる衝動に駆られます。

さて8月, August, 「南風月」(はえつき)という月になります。昔から「台風が南方から襲来する月の意」と考えられています。

またこの月は、真夏の祭りの賑わいの中に、悲しき原爆の日(6日, 9日)やもう風化されつつある「終戦の日」(15日)がやって来ます。世界で唯一の被爆国であることを忘れず、また1年5ヶ月前の3月11日での原発の重大事故を教訓として、安心して暮らせる世の中にするため、絶対に風化させてはならないことだと思います。

最後に、「青春の元」ご愛用の皆様には、この酷暑ものともせず、お元気にてお過ごしのこと存じます。

8月の花、ひまわりや百合は花が美しく、艶やかであるばかりでなく、ひまわりは実を百合は根を食用として、人間に提供してくれます。またひまわりは「人権の花」として、人と人との固い絆で結ぶ役目をしています。

どうか皆様「青春の元」をご愛用頂き、夏ばてに効くアリチアミン効果が存分に発揮できますよう従業員一同心から祈念申し上げます。



夏の富士山とひまわり畑



8月の花 かのごゆりの艶姿



東京両国の花火です

## 《健康寿命》を伸ばそう……【健康日本21】

先般、右下の表とともに『健康目標一日8000歩』の見出しをつけて、厚生労働省が「健康日本21」素案を新聞に公表しました。日本人の死亡率で高いランクの癌(がん)、脳卒中、心臓病での死亡を少しでも減らすための方策として「健康寿命」を伸ばすよう、その目標数値を設定したものです

皆さん、「健康は命より大事です」という漫談もありますが、私たちは誰の介護も必要とせず元気で過ごすため、「健康寿命」を伸ばし、生活習慣病の予防に取り組む必要があります。

ここに上げられた目標数値は、具体的にどうすればよいのかは分かりませんが、要は国民一人一人が健康保持のために心がけ、自分で定めた目標に向かって無理なく頑張っていけるよう心がけていきましょう。「青春の元」もお役に立てて頂きますようお願いしながら……。

( 文責 顧問 M. T )

厚生労働省発表

「健康日本21」素案

		2010年→ 2023年	
1日の	男	7136歩	→ 8500歩
歩数	女	6117歩	→ 8000歩
脳卒中	男	49.5人	→ 37.7人
の死亡	女	26.9人	→ 23.1人
率		(人口10万人当たり)	
心臓病	男	36.9人	→ 28.8人
の	女	15.3人	→ 12.8人
死亡率		(人口10万人当たり)	



イメージキャラクター