

あなたと 健康パートナー

ご家庭で役立つセルフケア/パートナーケアのための健康情報をお届け致します。

巻頭
インタビュー
No.001

健康維持というより、常に“一步前進”を心がける!

医学博士 吉原 紳先生

スポーツ医学とゴルフ研究でご高名な
医学博士:吉原紳先生に、ご自身の
健康づくりについてお話を伺いました。

ゴルフほど、懐の広いスポーツはない。

そもそも学生時代から陸上の名手で800m、1500m等
で活躍した。大学時代にゴルフに出会い、自らゴルフに夢中
になり、研究の対象にもなった。

「ゴルフは、健康づくりであり、遊びやコミュニケーショ



医学博士:吉原 紳(よしはら しん)先生

【略歴】1941年生まれ。医学博士。聖マリアンナ医科大学を退職後、青山大学、國學院大学、フェリス女学院大学、立教大学、中央大学、武蔵野美術大学など多数の大学講師を歴任。日本体力医学会、日本運動スポーツ学会・日本ゴルフ学会常務理事、日本ゴルフ学会コミュニティカレッジ代表。21世紀交流の会会長。著作「ゴルフ、一番危険なスポーツ」(飛鳥新社)などがある。

ン性もあり、ビジネスの面もある。ファッションでもある。
実に懐の広いスポーツです」と吉原先生。

今も健康づくり…というよりは、常に大会で賞に挑んでいる。だから人が1000回練習するなら、自分は1200回やる、それを毎日積重ね実践している。

誰かのためになる、新たなことにチャレンジする。
それが生きている意味です。

「80歳まで現役でいられるよう、体力と精神力を鍛えている」。少し負荷をかける位でないと、自身を鍛えることは出来ないし、そのプラスαの努力が自分の自信につながる、という。

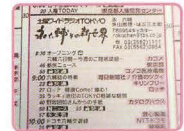
これまでゴルフをテーマにスポーツ医学の研究を行い、素晴らしい方々との出会いがあって今の自分がある。現在も大学で毎週30人の大学の先生に会うが、研究室ではスポーツの話しか話題にのぼらない。

「教育者は、人を育てる重要な仕事なのだから、若い世代のために、日本文学、美術、クラシック音楽など、たくさんの引出しを持っていて欲しい」。

こうした思いから、3年前に『21世紀交流の会^{*}』を立ち上げた。大学の先生方をはじめ、異分野・異業種の方々との交流するのが目的で、一般の方々の参加も大歓迎だ。「常に一歩前へチャレンジ」、それが吉原先生流健康の秘訣のようだ。(※『21世紀交流の会』連絡先TEL.044-978-5939)



10月から、新しいラジオCMに変わります!



コノコがラジオCMをしているのをご存知でしょうか?
TBS95.4で、毎週土曜日朝8:55から「土曜ワイド
TOKYO/永六輔その新世界」の中にコノコ医療電機株式
会社提供の交通情報コーナーがあり、その際に20秒の弊
社のCMが流れています。

50周年を期に、10月より新たなラジオCMに切り替わりま
す。内容は…まだ未公開ですが、次号でお知らせさせてい
たきます。乞うご期待ください。
ぜひ、土曜日の朝、TBSラジオのCMに耳を傾けてみてくだ
さい。視聴された方は、率直なご感想もお寄せください。

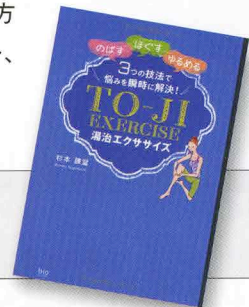


新刊健康書籍 杉本錬堂著「湯治エクササイズ」 シンアツシンの新たな使い方の紹介も!

杉本錬堂氏は、天城流湯治法の創始者で、自然・温泉・健康
をテーマに活動している温泉セラピストです。日本のみなら
ず海外でも幅広く活動されています。
この杉本氏が、湯地エクササイズ…つまり日本古来の温泉
療法、湯治を活用したエクササイズをテーマに書籍を出版
されました。
「のぼす、ほぐす、ゆるめる」という3つの基本的なエクサ

イズによって、身体の不調やこわばり等の悩みを瞬時に解
決する、という内容です。杉本氏独自の身体理論が、わかり
やすく解説されていておすすめの1冊です。杉本氏ならではの
シンアツシンの新たな使い方も紹介されていますので、ぜひ、
参考になさってください。

価格1,575円



先着10名様に
この書籍をプレゼント!

添付のアンケートはがきにお応えの皆様の中から、
先着10名様に書籍をプレゼントいたします。
返信用はがきに○印を付けてご応募ください。



漢方アロマ、密かに注目され始めています!

「漢方アロマ」という言葉を耳にされたことがありますか?
西洋アロマ(精油)とは異なり、漢方の薬草などから抽出さ
れた漢方アロマが注目されています。

香りを楽しむことに加え、ご自身の健康ケアに漢方アロマ
を日々ご利用される方や、専門的な
勉強をされている方々が年々増えて
います。
コノコでは、弊社商品との相乗効果
の研究・開発も進めております。



今回、コノコ50周年を記念して、先着50名様に漢方アロマ
をプレゼントさせていただきます。
今号ご紹介のアロマは、下記の2タイプです。

<50周年限定記念品;100%天然 漢方アロマ>

① Konoko 通絡アロマ:

肩こり、腰痛が気になる方におすすめ。

② Konoko メンタルアロマ:

気持ちの落込みや、気力を高めたい時に。瞑想にも。
あなたなら、どちらのアロマを試してみたいですか?

先着50名様に
漢方アロマをプレゼント!

添付のアンケートはがきにお応えの皆様の中から、
先着50名様にお好みの漢方アロマを1種類プレゼントいたします。
返信用はがきに○印を付けてご応募ください。

※尚、プレゼントの当選は賞品の発送をもって替えさせていただきます。

記事に関するお問い合わせは、「シンアツシンサービスセンター」まで



あなたと健康を。

KONOKO

0120-800-515

9:00~18:00
※土日祝日休み

〒142-0054 東京都品川区西中延2-12-13 コノコ医療電機株式会社