



ADH ニュースレター

Issued by:



医療法人社団 向陽会

阿知須同仁病院

〒 754-1277

山口市阿知須4241-4

TEL: 0836-65-5555

FAX: 0836-65-2836

阿知須同仁病院の最新情報はホームページから

www.ajisudohjin.com

阿知須同仁病院

検索



ちょっとした
季節の雑学
花火

夏の風物詩の「花火」ですが、花火大会で「たまや〜」「かぎや〜」という掛け声を耳にしたことはありませんか？ これは江戸時代に活躍した花火師「玉屋」と「鍵屋」にちなんでいます。1733年に日本初の花火大会「両国の川開き」が行われ、このとき花火師を務めた6代目「鍵屋弥兵衛」という人の花火が大評判となりました。その後、鍵屋の元で修行していた花火師が「玉屋」という花火業者を始めると、「両国の川開き」では「川

の上流で玉屋”、“下流で鍵屋”がそれぞれの花火を打ち上げることになりました。

観客らは「玉屋〜」「鍵屋〜」と2人の花火師に声援を送りながら鑑賞し、それが現代まで続くお決まりの掛け声になったそうです。そして現在、15代目となった「鍵屋弥兵衛」は歴代初の女性。今も日本の花火界をリードし、活躍されているそうです。



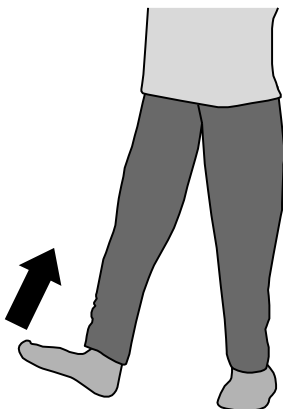
お悩み解消！

簡単エクササイズ

“ふくらはぎの疲れ”を解消するストレッチ

今回は、ふくらはぎの疲れを解消するエクササイズをご紹介します。

やり方 ①

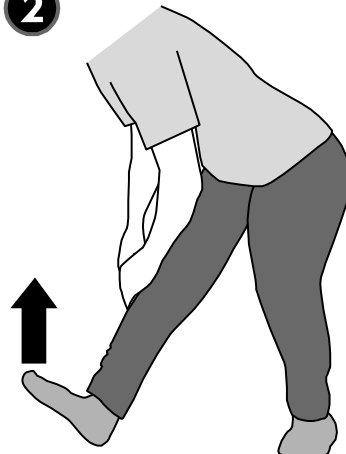


足を前後に軽く開き、前足のつま先を上げます。つま先はできるだけ上げて、ふくらはぎを10秒間伸ばしましょう。

これを左右交互に3セット行います。



②



①と同様に足を開き、背中が丸くならない程度に足の付け根から体を倒して前傾姿勢になります。この状態ですつま先を上げ、ふくらはぎから太ももの裏側までを10秒間伸ばしましょう。

これを左右交互に3セット行います。