

被災地支援カーネギーへの道

下

今回カーネギー・ホールでの公演を企画した白田正樹氏は、ネギー・ホールで歌おう」といって今年で35年になる。白田さんが呼びかけて今年2月から始動した、NY在住の日本人混声合唱団「ジャパン・コーラル・ハーモニー(JCH)」は、日本で活動する合唱団と米国在住の日本人

大漁の歌、斎太郎節高らかに



今回のカーネギー公演を企画した白田正樹氏

が、メンバーはそれぞれほかの合唱団でも活躍しているため、その実績を売り込んだ。今回の公演のなかで、JCHと「萩」の全員が揃う第5ステージでは総勢170人、さらにフィナーレでは米国の合唱団も加わり、総勢250人を超える大合唱となる。「萩」は開催前日の19日に仙台から到着を予定している。しかし、来米決定までには悩みに悩んだ経緯があった。東日本大震災が発生し、「ギョアツプしよう」という意見が多勢を占めていた。そのなかで、メンバーの一人で甚大な被害を受けた石巻の市民病院で働く医師から届いたメールが状況を変えた。それは「自身は奇跡的に助かったが、被災者の診察などでNYに行けなく

までカーネギーで思いっきり歌ってほしい」という「萩」の幹部へのメッセージだった。それを読んで、みんなが「行く」という気持ちになった。白田さんはその時を振り返る。その後、コンサートの趣旨を「NYから仙台のため、東北のために歌う」チャリティコンサートへ変更した。今回歌われる曲のなかで、白田さんにとって思い入れのある曲が「斎太郎節」。石巻などの漁師たちが大漁旗を揚げて海から戻ってくる際に威勢よく歌う歌だ。仙台には石巻や女川、塩釜、気仙沼など全国有数の漁港が存在する。これらの漁港が今回壊滅的な打撃を受けた。白田さんは、港の人たちが再びこの歌を元気に歌える日が少しでも早く来ることを祈りながら、20日の公演に向けた最終調整に努めている。(山越晃記者、写真も)

おだいに57

スポーツ医学

ケン・ヴィターレMD



で身体に支障が出ているケースがありました。これらの支障は、週日はほとんどトレーニングをせずに週末にまとめて走り、総トレーニング量が多すぎることによって引き起こされるのがほとんどです。持久力の必要な運動選手の間で最も多い医療問題

①胃食道逆流疾患・胃の内容物や胃酸が食道に逆流する症状です。この症状をもつ人は胸焼けや舌に酸味を感じます。
②消化器出血・激しい運動で消化器官の上部や下部に起こる出血です。血便、下痢、腹痛がある場合は、腹部への出血が考えられます。直ちに医師に診てもらってください。
③下痢・下痢や便秘による

ることが報告されています。長距離運動選手に好発する胃や腸などの消化器官障害を次に紹介します。
①胃食道逆流疾患・胃の内容物や胃酸が食道に逆流する症状です。この症状をもつ人は胸焼けや舌に酸味を感じます。
②消化器出血・激しい運動で消化器官の上部や下部に起こる出血です。血便、下痢、腹痛がある場合は、腹部への出血が考えられます。直ちに医師に診てもらってください。
③下痢・下痢や便秘による

マラソントレーニングで注意する点

皆さん、ようやく暖かくなってきました！たくさんの方が、マラソンシーズンに向けてトレーニングを始めているかと思えます。先ごろニューヨークマラソンに向けたトレーニングをしている患者さんを診ましたが、そのなかには、トレーニングのし過ぎ

は長期間の酷使によるけがですが、なかでも胃腸・消化器官への傷害が問題だといことが分かっています。4月にフィットネス&健康サミットで発表されたアメリカ・スポーツ医学大学院の調査では、長距離ランナーの30〜81%が何らかの消化器官傷害を経験してい

衝動は長距離運動選手に好発する問題です。これらの胃腸・消化器官障害を抑えるには、食事療法や食事摂取を次の提案に従って行うとよいでしょう。
・激しくない運動から始め、徐々に激しさを増すよ

もし運動後、消化管障害が続いたりひどくなったり、運動障害や運動能力の低下、または発熱、体重の減少、めまい、出血をしたりする場合は直ちに医師に診てもらいましょう。そしてこれらのことに気をつけて、けがをしないように楽しくマラソンができるよう各自に合ったトレーニングに励んでください。(ケン・ヴィターレ/日本クリニック勤務、スポーツ医学科、リハビリテーション科、理学療法科) 詳細は電話212・599・2223まで。

兵藤さん 1日店長



リップルで

補正下着専門店「リップル」ニューヨーク店(マジソン街66番地、27丁目と28丁目の間)は、5月22日(日)と23日(月)の2日間、タレントの兵藤ゆきさんを一日店長に迎える。イベントでは兵藤さんが企画・デザインを手がけるオリジナルブランド「Yukie Inc」商品の即売会も行う。即売会は22日は正午と午後3時、23日は正午、午後3時、同6時30分、また22日の正午には、紀伊國屋書店ニューヨーク本店の協力を得て、兵藤さんの漫画エッセイ「英語と格闘」を併設する。イベントの詳細は電話212・599・2223まで。

ニューヨーク共同貿易 =人材募集=

- ①マンハッタン勤務(アルバイト)
 - 時間:午前10時から午後5時まで
 - 仕事:事務処理、ポップ作成
 - 時給:12ドル
- ②NJオフィス勤務(正社員)
 - 時間:午前8時から午後5時まで
 - 仕事:営業サポート、輸出事業拡大他
 - 給料:経験により応相談

お問い合わせは、kim@nymtc.comまたは201-806-1780まで

New York Mutual Trading, Inc.
25 Knickerbocker Road Moonachie NJ
www.nymtc.com

世界誠道空手道連盟 ウェストチェスター新道場

1976年、世界空手道連盟総本部はニューヨーク市で開設されて以来、目覚ましい発展を遂げ、今や全世界やアメリカ国内に数多くの支部道場を持つに至りました。そして、2011年2月21日、また1つ新道場をウェストチェスターにオープンいたしました。

誠道空手は創始者、中村忠会長による伝統的な日本の空手です。どなたでも安心して今すぐにも始められる、誠道塾の空手を、この機会にぜひご見学くださいますようお願い申し上げます。

世界誠道空手本部道場 61 West 23rd Street, New York NY 10010 Email: info@seido.com Tel: 212-924-0511	誠道空手ウェストチェスター道場 1 Parkway Plaza in Elmsford, NY 10523 Email: honzan@seido.com Tel: 914-909-5000
---	---

seido.com

ニューヨークのお役立ち掲示板・あなたの欲しい! 知りたい! はココにある!

秒刊 **Info-fresh.com** ニューヨーク

お部屋探しをお手伝いします!

- ・シェア・サブレットはInfo-freshのビューアと!
- ・高級賃貸物件、売買物件、商業物件はプロの不動産業者さんと!

www.info-fresh.com