

3食食べて元気に長生きを

元中日ドラゴンズ投手の山本昌さん(60)が1日、弥富市神戸の偕行会リハビリテーション病院を訪れ、地域住民たちに熱中症予防や健康管理の大切さを呼びかけた。

弥富の病院を訪問し

山本昌さん呼びかけ

同病院では月に1度「にぎわいサロン」と題して、健康に関する講話や交流会を開いている。今回は偕行会グループの健康PRアンバサダーを務める山本さんをゲストに招いた。山本さんは病院の理学療法士と共に約40人を前にトークを展開。通算219勝をあげた現役時代の基礎となった自己管理を振り返り、1日3食欠かさず食べることやエアコンの適切な使用などを紹介した。「健康に気を付けてみんなで長生きしましょう」とアピー



地域住民らに熱中症予防や健康管理の大切さをアピールした山本昌さん＝弥富市の偕行会リハビリテーション病院で

ルした。参加者たちは、憧れの名投手と盆踊りやじゃんけん大会で交流し、笑顔を見せた。

同市東末広の宇佐美清美さん(72)は「昌さんを近くで見えて、大きさに驚いた。ためになる話を聞いた。

ので、ピンピンコロリを目指す。指して頑張りたいたい」と話した。

(清水大輔)