

<喫煙室> ● <喫煙室>

準備運動

統計課 中嶋定信

「アキレス腱が切れています！」医師から言われたとき、目の前が真っ暗になった。それは今年の5月の日曜日だった。野球のプレー中、第2打席目の出来事だった。鋭い“ボテボテ”的打球はサードベースの右を抜けた。それを見てファーストベースを回ってセカンドベースへ向ったその瞬間、左足首に痛みが走り、倒れてしまった。夢中でファーストベースに戻ったが、足首を押さえてみると後側の筋(アキレス腱)が無く、右足首を触って比べてみても、なんとなく切れているのではないかと感じた。アキレス腱を切った人の話とかマスコミ等で、腱を切るとどうなるか、多少は知っていたが、つま先立ちができないのには愕然とした。

それから入院生活が1ヶ月続いた。まず手術後10日間は左足全部を石膏で固定、それから膝の下までのギブスをし4週間(そのうち、足首の角度を変えてギブスの巻き直し1回)と長い不自由な松葉杖の日々が続いた。

やがて待ちに待ったギブスを取る日が来た。ギブスが取れた時の開放感はなんともいえないさわやかな感じで、これで二本足で歩けると思うと嬉しかった。しかし、第1歩を床におろして歩こうとしたが足に力が入らず思わずよろけてしまった。足の筋肉は落ちてしまい、足首は曲がらない。又挫折感に陥った。それから数ヵ月リハビリテーションを行っているうちに、なんとかかつての自分の足のように感じられるようになってきた。あれは8月始め頃であったか。医師から軽い運動はやってもいいと言われた時は心がはずみ、その日

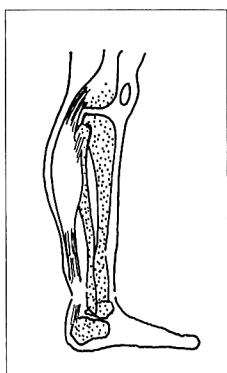


事故直前の勇姿

の帰りにはゴルフ練習場に足を運んでしまった。今まで待ち遠しかったクラブがこの手に戻ってきたのである。5ヵ月たった今は、まだ完全に腱が元どおりに伸びた感じはないが、ゴルフのプレーはできるようになったし、又軽く走れるようにもなった。

ところで、アキレス腱断裂がどうして起きるのだろうか。普通、トレーニング不足、準備運動不足で急に過激な運動を始めたときに腱断裂が起こりやすいそうだが、トレーニングを積んだ人でも筋肉疲労のひどいときに何度も何度も同じリズムで同じ運動を繰り返しているうちに腱断裂を引き起こすことがあるそうだ。こういう場合、断裂を起こす前にその局所に鈍痛、重だるい感じ、こわばった感じに気づいていることが多い、これは運動をしすぎて筋肉や腱が疲労し、これ以上の運動に耐えられないという予報とも考えられるので、そのときにはあまり無理をせず休養するとして、疲労回復を図ることが非常にたいせつなことだそうだ。

私の場合は前者だが、これからはスポーツをする時には、十分準備運動をしたうえで行いたいものである。二度と手術台には乗りたくないから！



【新着資料案内】

この資料は、昭和60年9月中に行政資料室に到着した主なものです。ご利用下さい。

行政資料室 本庁舎地下1階 TEL 0292-21-8111(内線2668)

行政資料名	発行所(者)	行政資料名	発行所(者)
中央省庁関係		昭和59年 鉱工業生産指指数年報 (昭和55年基準)	山形県統計調査課
昭和59年度 国立公文書館年報 第14号 北の丸 一国立公文書館報一	国立公文書館	昭和59年 消費者物価指数	"
昭和59年 全国消費実態調査 統計表・結果の概要	総務省	昭和59年 石油等消費構造統計調査 (製造業)結果速報	栃木県統計課
日本の人口 昭和55年国勢調査 —最終報告書(資料編)—	"	昭和59年 工業統計結果速報	群馬県統計課
昭和59年 家計調査年報	"	昭和58年度 県民所得推計報告書	"
昭和59年 個人企業経済調査年報	"	昭和58年度 県民経済計算	埼玉県統計課
昭和59年 個人企業営業状況調査報告	"	昭和58年度 県民所得統計概要統計表	"
昭和60年 日本統計年鑑	"	昭和59年 毎月勤労統計調査結果報告書 (地方調査)	神奈川県統計課
技術革新に対応する企業の投資行動(60年1月実施) —企業行動に関するアンケート調査報告書—	経済企画庁	新潟県勢要覧 1985	新潟県統計課
物価レポート'85	"	昭和58年度 県民所得統計報告	山梨県統計調査課
昭和60年版 管内経済統計年報	大蔵省	昭和60年刊 統計年鑑	愛知県統計課
昭和58年 感染症サーベイランス事業年報	"	昭和60年版 毎月勤労統計調査地方調査年報	大阪府統計課
昭和59年 簡易生命表	"	昭和60年度 学校基本調査結果速報	奈良県調査課
鉱工業生産動向 昭和60年4~6ヶ月期	通商産業省	鉱工業生産指数(昭和55年基準) —季節調整方法改訂版—	"
昭和59年 特定サービス産業実態調査報告書 情報サービス業編	"	昭和55年 産業連関表	和歌山县統計課
物品販賣業編	"	昭和59年 鉱工業生産指数(昭和55年基準)	島根県統計課
クレジットカード業編	"	昭和59年度 消費動向調査年報	"
環境計量証明業編	"	第7次漁業センサス結果報告書	"
広告業編	"	昭和58年11月1日調査	"
昭和59年 碎石統計年報	労働省	昭和59年 毎月勤労統計調査地方調査報告	"
昭和60年版 婦人労働の実情	"	昭和59年 賃金・労働時間及び雇用 (毎月勤労統計調査地方調査報告書)	岡山県統計管理課
道路統計年報 1985	建設省	昭和58年度 県民経済計算	"
昭和60年版 全国市町村要覧	自治省	昭和59年 工業統計調査結果速報	広島県情報統計課
茨城県関係		昭和59年度 人口移動統計調査結果報告	"
昭和59年度 生活保護統計年度報	社会福祉課	昭和59年 人口移動調査報告	香川県統計調査課
昭和59年度 一年のあゆみ	消費生活センター	昭和59年 鉱工業指指数年報 (昭和55年基準)	沖縄県統計課
昭和59年度 茨城の観光レクリューション現況	観光物産課	公社・会社・団体等関係	
農地調整年報(昭和59年1月~12月)	農地管理課	昭和59年度 鉄道要覧	日本国有鉄道道水戸鉄道管理局
昭和60年度 図書館概要	県立図書館	昭和60年版 地方財政統計年報	地方財務協会
窃盗犯地域別の実態(昭和55~59年)	警察本部	'84世界湖沼環境会議報告書	滋賀県総合研究開発機構
県内市町村関係		1986地域経済総覧	東洋経済新報社
日立の気象 30年報	日立市天気相談所	NIRA地域政策研究シリーズ4 21世紀への都市戦略を学ぶ	総合研究開発機構
第二次江戸崎町総合計画	江戸崎町	NIRA地域政策研究シリーズ12 多国籍企業と国際法	"
桜川村第二次総合計画	桜川村	日本語教育および日本語普及活動の現状と課題	"
第二次守谷町振興計画	守谷町	金融自由化をいかに進めるべきか	"
都道府県関係		土木技術の発展と社会資本に関する研究	"
昭和59年 家計調査の結果報告書	北海道統計課	中川中下流域における防災都市づくり	"
昭和59年 工業生産指数(昭和55年基準)	秋田県情報統計課	福祉の産業化と相互扶助システムの研究	(株)地域開発コンサルタント ㈱関西情報センター

経済動向

国内の動き

●景気、4—6月持ち直す

景気は1—3月期の足踏み状態から、4—6月期は持ち直した。経済企画庁が発表した今年4—6月期の国民所得統計速報によると、国民総生産(GNP、季節調整値)の実質伸び率は、1—3月期に比べ1.9%、年率換算した瞬間風速で7.9%となった。米国向け自動車を中心に輸出が伸

●GNP基準年次を改定

経済企画庁は、昭和50年を基準としていたこれまでの国民所得統計を55年基準に改め、確報が出ている58年度までについての国民総生産(GNP)などの改定値を発表した。それによると、58年度の名目GNPは新基準で283兆9176億円と旧基準に比べ5兆3264億円上方改定された。今回の改定では名目成長率はおおむね上方に、実質成長率は下方

びたうえ、前期にさえなかった設備投資も好転したのが主因。しかし、個人消費の伸びは鈍かった。企画庁は1—3月期と4—6月期をならしてみた年率4.8%成長(政府経済見通しは今年度4.6%成長)が経済の実勢に近いとみている。(日経 9月21日付)

に改定された。名目成長率が上昇したのは、55年産業連関表の商業マージンが増え、民間最終消費支出を上方に押し上げているため。58年度についてみると、名目成長率は4.3%と0.1%上方改定され、民間最終消費支出は4兆4905億円増えている。(日経 10月5日付)

県内の動き

■経済

●茨城県企業は厳しい見通し

日本銀行水戸事務所は60年度下期の茨城県内の企業短期経済観測調査結果をまとめた。輸出の鈍化傾向を反映して電気機器の売れ行き不振、公共投資減から窯業・土石、建設が後退するなど、全体としては先行きが厳しいとの業況見通しが強まっている。調査時点は60年8月で、回答企業

数は68社。業況判断のめやすとなるD・I指数(「良い」とする社の割合から「悪い」とする社の割合を引いたもの)は、8月時点の全産業がマイナス20で、前回(5月)の予測に比べ、2倍になっている。12月までの予測もマイナス16で、景気浮揚について期待薄。(日経 9月29日付)

■産業

●昨年の農業粗生産額1.8%増

関東農政局茨城統計情報事務所がまとめた59年の農業粗生産額は5307億6500万円で、前年を1.8%上回った。豊作で収穫量が大幅増加した米作が、前年に比べ179億1300万円、12.6%伸びたのを筆頭に、作柄が良好だったイモ類、

高価格に支えられた肉用牛などが好調だった。反面、異常低温に悩まされた麦類、過剰生産の野菜、収穫量が大幅に低下した養蚕などが不振で、作物による差が大きかった。(日経 10月2日付)

■その他

●県北平坦部で上昇(地価公示)

茨城県は、国土利用計画法に基づいて実施した7月1日現在の地価調査の結果を公表した。調査対象区域は92全市町村の643地点。うち宅地関係の平均変動率は2.4%増で、上昇率は前年比0.8%減となった。これで56年以来5年連続の鈍化となり、地価の安定化傾向が一段と強まった。今回の特色は住宅地の価格水準が高値安定の頭打ち状態にある

首都圏のベッドタウン・県南に変わって、勝田市や水戸市、大洗町など県北平坦部での上昇。常磐自動車道の北伸や国道50号バイパス、大洗鹿島線の開通といった交通体系整備に加え、ポスト万博の常陸那珂地区総合開発への期待のあらわれとみられる。(いはらき 10月1日付)