



勝浦市太極拳サークル

新規会員随時募集中

美心会だより

修了審査合格

6月27日、例年にない速さで関東甲信越に梅雨明け宣言が出され猛暑が続いた後、一転して戻り梅雨の模様。最近では異常気象が続き、熱中症に新型コロナの再拡大と気持ちの休まる時がない。

そんな中、7月16日(土)楊式太極拳の修了審査が行われた。受験したのは「相馬蘭花」さん。



緊張しながら会員の前で楊式太極拳を演武

進級試験と修了審査は6月と12月の第一土曜日に行われるのが恒例。今回の修了審査は臨時開催だ。

会員の見守る中、緊張した面持ちで起勢。冷静に淡々と演武を進行し終了、山岸先生の判定は・・・。

「合格」と告げられ、一気に緊張がほどけ、うれしさがこみ上げてきた。

その不調 かくれ貧血かも？

1. 立ちくらみ・めまいがする。
2. 肩こり・関節痛がある。

3. 頭痛・頭重になりやすい。
4. カットしたり、イライラしたりしやすい。
5. シミやアザができやすい。
6. 喉につっかえ感がある。(錠剤が飲みにくい)
7. 夕方になると疲れて横になりたくなる。

こんな症状で悩んでいませんか？



医療機関を受診しても原因不明、しかし、症状は辛さが増すばかり。その不調、もしかしたらかくれ貧血かもしれません。



「かくれ貧血」とは、「潜在性鉄欠乏症」とも呼ばれているが、いわゆる「貧血」とは診断されないものの、体の中の鉄が不足している状態のことをいう。

