

う時間をしっかり作ることは、夫婦が子育てに向かうにあたって大切なことだと思うので、職場環境を含め社会全体としてさまざまな立場の人間が

いることを理解し、尊重できる世の中になれば、より安心して子育てができる社会が訪れるのではないかと思う。

閑話求題

5g

宇部市 鈴木 克佳

315gから始めて、2番目は300g、3番目は275g、4番目は295g、今は285g。6年前に（硬式）テニスラケットを再開してから私が使用してきたテニスラケット重量の変遷です。ラケットの面積やストリングスの種類などでも打感が違いますが、重量はラケットの基本スペックです。ラケットの重量単位は5g単位で、たかが5～10g程度の違いと思いますが、使用感には大きな

差があります。アマチュアでも1試合で約1時間はそのラケットを握って振り回すので、ラケットが重いと振り切れなくなったり、反応が遅くなったりします。日常で常に手にする物は案外限られますが、スマホを機種変更して手にとると、「重…」ってなるような感覚でしょうか。ちなみに、最近のスマホは170～240g程度。ラケットの違いによらず自由自在に使えるように自分を鍛えるのが理想かもしれませんが、スポーツギアはスポーツに必要なフィジカル・スキル・（特に）メンタルに大きく影響するので、良い意味で5gに拘りたいと思います。

お知らせのご案内



令和4年度山口県医師会男女共同参画部会総会・講演会

日時 令和5年3月5日（日） 14：00～

場所 山口県医師会6階会議室（山口市吉敷下東三丁目1番1号）

14：00 令和4年度総会

14：30 特別講演

女性のための漢方

山口大学医学部附属病院漢方診療部准教授 瀬川 誠

15：50 特別企画

地域保健のフィールドで活躍する

～「行政医師」という働き方～

山口県健康福祉部審議監 石丸 泰隆

防府保健所長 原田 昌範

周南健康福祉センター医師 本田 成美