

# お祝い

## テニスで健康で長生きを



山梨県テニス協会

顧問 太田道夫

山梨県テニス協会が創立50周年を迎えましたことを心からお祝い申し上げます。

50年間に残されました業績、足跡は筆舌に尽し難いものがあり、歴代の会長さまをはじめとする関係各位の御尽力に、衷心より感謝と敬意を捧げるものであります。

いま日本人の「平均寿命」は女性86.83歳で世界一、男性は80.50歳で世界三位ですが、何らかの支援・介護を必要としない、健康で自立した生活を過ごすことのできた期間を指す「健康寿命」は、女性74.21歳、男性は71.19歳です。この二つの寿命の差から、現代の日本人は一生の間に平均して約10年間、何らかの支援、介護を受けているわけであり、個人はもとより大きな社会問題となっています。

医学的に人間の肉体は加齢についていけないといわれ、なかでも運動器の衰えは早く、加齢とともに何らかの運動、鍛錬が必要となります。肉体を鍛えるためには数多くのスポーツ、体操等がありますが、テニスは安全で老若男女誰もが楽しめる、全身を使うスポーツであると思います。テニスを楽しみ健康で長生きできたらと願うものです。

選手の育成、強化はもちろんですが、もっともっとテニスを普及させ、愛好家を増やすことも、協会の大きな役割といえましょう。

50周年を契機として、山梨県テニス協会のますますのご発展をお祈り申し上げ、お祝いいたします。