

1月12日、うどん店をオープンした浜さん。2008年まで北勝風という四股名で力士をやっていた。引退後、プロレスラーに転向し今に至る。「力士時代はずっと東京や横浜に住んでいました。でも、都会の騒がしさや息苦しさが嫌になっちゃって。プロレスをやる中で縁があった群馬に、10年前に移住しました。自然豊かで、でもコンビニも普通にある。プロレスの試合会場に向かうのに練馬まで高速道路を使えば1時間。ちょうど良くって気に入ってます」

「一昨年までは年間150試合あったけど、コロナ禍で50試合に激減して。膝の不調もあるし、プロレスだけでは食っていけないなと思ってたんですよ。それで、群馬の人が大好きな手打ちうどん店をやるうと決心しました」

「うどんは前日の晩に生地をこねて寝かせて、次の日の朝7時30分から製麺作業に取り掛かります。220キを支える足でこねるから、あつとついう間に仕上がりますよ」と笑顔を見せる。

今は11時から14時までの時短営業をしているが、「近いうちに夜の居酒屋営業も始めたい」と意気込んでいる。

いきいき
まえばし人

プロレスラー兼うどん店主
浜亮太さん 41歳
どすこいうどん浜ちゃん
(元総社町)



一足のわらじで苦境に挑む

適量飲酒(1合相当)の飲酒量	
日本酒(1合)	180ml
ビール(中ビン1本)	500ml
焼酎(25度)	110ml
ワイン(2杯)	240ml

※純アルコール換算 20g
※女性や高齢者はこれよりも少ない量が適量です

健康増進計画健康まえばし21に基づき、7分野の健康づくりを紹介するコーナー。今回のテーマは「アルコール」です。1日の飲酒量が適量の3倍以上になると飲みすぎとなり、アルコール依存症になるリスクが高まると警告されています。しかし、本市で適量飲酒している人の割合は減少傾向です。

カラダにプラスワン
いいこと+1

Vol.12 アルコール

健康増進課
☎027-220-5708



健康まえばし21の
詳細はこちらから



健康まえばし21

今回はアルコール依存症自助グループA A(アルコールホーリクス・アノニマス)まえばしグループのかつやさん(ニックネーム)に話を聞きました。

Q お酒を飲み始めた頃から、酒量は多かったですか。

A 社会人になりたての頃は350ミリのビール1缶で充分でした。しかし、どんどん酒量が増え、10年後にはアルコール専門病院に入院するほどになりました。

Q 酒量が増えたきっかけはありますか。

A 仕事のプレッシャーが増すにつれて酒量も増えました。酒量が増えると二日酔いで仕事に支障を来し、今度は仕事があまくいかないストレスで酒量がさらに増えました。

Q お酒を飲んでいる人にアドバイスをお願いします。

A アルコール依存症は自力で止めることが困難です。私は自助グループに参加してやっとやめられました。やめたくてもやめられない人はぜひ参加してください。

お酒は依存症のリスクもあります。節度ある飲酒を心掛けてください。

登録して暮らしに役立てて
まちの安全ひろメール

防災危機管理課 ☎027-898-5935

配信情報

(発生した全ての事案を配信するものではありません)

- 防犯情報(不審者、クマやイノシシの出没、振り込め詐欺関係、行方不明者情報など。地区ごとの選択も可)
- 防災情報(地震情報、避難勧告・指示など)
- 気象情報(気象警報・注意報・高温注意情報など)
- 市政情報(市のイベント情報、その他市に関連した情報など)
- 火災情報(消防局が配信する火災出火などに関する情報)

まちの安全ひろメールとは、市民の生命・財産に影響を及ぼす可能性がある事案などを配信するサービスのことで。登録した携帯電話やパソコンのメールアドレスに本市からメッセージを送ります。まだ登録していない人は下記のとおり登録してください。また、受信拒否の設定をしている場合、@city.maebashi.gunma.jpのメールを受信できるよう設定してください。

利用登録の方法

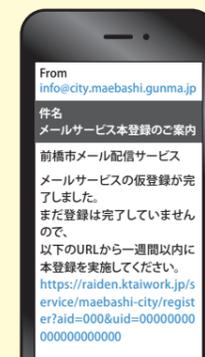
1 メールアドレスを入力して、空メールを送信



インターネットにつながる携帯電話やパソコンで、空メールを送信して登録します。二次元コードを読み取るか、下記のメールアドレスを入力して、空メールを送信してください。

✉touroku.maebashi-city@raidan.ktaiwork.jp

2 本登録用のURLを開いて登録ページに接続



「仮登録受付完了」のメールが届いたら、記載されている本登録用のURLを開いて登録ページに必要な配信情報を選択して、登録完了です。

避難情報などの災害時に必要となる情報は、まちの安全ひろメールからも配信されます。平時から備え、登録しておきましょう。



防災危機管理課
阿部 道彦

個人情報の保護
登録されたメールアドレスは、前橋市個人情報保護条例の規定に基づき、まちの安全ひろメールの配信以外の用途に使用することはありません。