

Notizen von der 11. Übung am 14. 12. 2019

(Vorsitzende: Herr Fujiwara & Herr Nasu)

Thema: Die Einstellung zur Gesundheit

Yokohama, den 16. Dezember 2019  
Haruyuki ISHIMURA

**Erläuterungen von Herrn Fujiwara**

„Manche Leute sagen <sup>i</sup> <sup>\*</sup>, man ist, was man ißt.“

„Bei Kindern muß man sehr darauf achten, was man ihnen zu essen gibt.“

**Erläuterungen von Herrn Nasu**

„Wir haben uns ein Gerät gekauft, mit dem man sein Blut reinigen kann.“

„Ich gehe jeden Abend zur Blutreinigung mit Hochspannung, weil das ein interessanter Mann macht.“

**Herr Nasu interviewt Frl. Oshikawa.**

„Ich trinke <sup>(einen)</sup> 1 Liter Bier die Woche. Ein Liter Bier in der Woche schadet meiner Gesundheit wohl nicht.“

„Wenn mein Freund zu viel tränke, würde ich mir um seine Gesundheit Sorgen machen.“

„Mein Vater trinkt jeden Abend einen halben Liter Bier. Letztes Jahr ist er operiert worden. Obwohl es ihm nicht gut geht, trinkt er immer noch zu viel.“

„Ich bemühe mich immer, abzunehmen, aber vergeblich.“

„Ich trinke nicht viel Alkoholisches.“

„Zuletzt <sup>habe</sup> <sup>mich</sup> <sup>(war)</sup> ich <sup>v</sup> vor 2 Monaten erkältet.“

„Ich versuche zu Abend nicht viel zu essen.“

„Wir müssen einmal im Semester zur Untersuchung.“

**Frau Hata interviewt Herrn Baba.**

„Seit ich berufstätig bin, <sup>nur noch</sup> habe ich <sup>v</sup> wenig Zeit, an meine Gesundheit zu denken.“

„Zur Zeit habe ich zu viel zu tun, um an meine Gesundheit zu denken.“

„Denken Sie beim Essen an Ihre Gesundheit?“

„Früher habe ich auf meine Gesundheit geachtet und mich bemüht, abzunehmen.“

„Ist es Ihnen gelungen, abzunehmen?“

„Bis letztes Jahr habe ich auf meine schlanke Linie geachtet.“

„Ich rauche nur, wenn ich von jemandem eine Zigarette angeboten bekomme.“

**Frl. Oshikawa interviewt Herrn Balk.**

„Sie sind in Deutschland aufgewachsen.“

„Was trinken Sie zum Mittagessen?“

„Als Kind habe ich <sup>Für die große Pause um zehn</sup> ein belegtes Brot oder einen Apfel mitbekommen.“ -

„Wer hat Ihnen etwas zu essen mitgegeben?“ - „Meine Mutter, aber manchmal habe ich mir ein belegtes Brot selber gemacht.“

„Zum Mittagessen gehe ich in ein Restaurant.“

„Ich achte <sup>auch</sup> auf meine geistige Gesundheit.“

„Nach Feierabend trinke ich gerne etwas Alkoholisches.“

„Japaner geben viel Geld für ihre Gesundheit aus.“

„Was für Unterschiede gibt es bei der Einstellung zur Gesundheit zwischen Deutschen und Japanern?“

**Herr Satô interviewt Herrn Balk.**

„Wenn man zum Arzt geht, steckt man sich manchmal bei anderen Patienten an.“

„6 Stunden Schlaf sind für mich am besten.“

„Das kommt bei mir nicht vor.“

**kurzes Gespräch A**

„Ich schlafe 8 Stunden, und das erhält mich gesund.“

„Für meine Familie koche ich nichts Ungesundes.“

„Es ist schwierig, genug Vitaminen ~~X~~ B, C und E allein mit der Nahrung zu nehmen.“ (Sich zu)

„Streß ist schlecht für die Gesundheit.“

„Ist Vitamintabletten zu nehmen gut für Ihre Tochter?“

„Sie sollten sich freuen, daß es jetzt solche Tabletten gibt.“

### **das ganze Gespräch A**

„Solche Tabletten einzunehmen, ist ganz einfach.“

„Gegen Vitaminmangel Tabletten einzunehmen ist am einfachsten.“

„Man sollte sich bemühen, alles, was der Körper braucht, mit der Nahrung aufzunehmen.“

„Wir nehmen die Tabletten genau nach Vorschrift ein.“

„Bei hohen Temperaturen verlieren manche Vitamine ihre Wirkung.“

### **kurzes Gespräch B**

„Jeden Abend stelle ich den Wecker auf 6 Uhr.“

„Ich möchte auch aufhören, zu rauchen.“

„Meine Frau gibt mir nur fürs Mittagessen Taschengeld.“

„Nach 3 Tagen habe ich damit schon wieder aufgehört.“

„Seit 3 Wochen rauche ich nicht mehr.“

„Mir fällt es schwer, morgens früh aufzustehen.“

„Sie sollten länger schlafen und weniger fernsehen.“

### **das ganze Gespräch B**

„Wenn Kollegen in einer Kneipe rauchen, bekomme ich manchmal auch Lust, wieder zu rauchen.“

„Da ich ein schlechtes Gewissen habe, daß ich rauche, mache ich jeden Tag Dauerlauf.“

„Ich möchte die Ergebnisse der Schlagballspiele erfahren.“

„Stehen Sie morgens oft zu spät auf?“

### **kurzer Dialog**

„Worin besteht der Vorteil, wenn etwas ganz natürlich ist?“

„Bei mir ist alles Natur.“

„Sie werden mit viel Chemie produziert.“

„Unnatürliches zu essen und zu trinken, ist schlecht für die Gesundheit.“

„Ich bin das gesündeste Getränke, das es gibt.“

„Ich werde in der ganzen Welt getrunken.“

„In Ihnen ist vielerlei vermischt.“

### **der ganze Dialog**

„Wenn man mich trinkt, entspannt man sich.“

„Wenn man mich trinkt, bekommt man viel Energie.“

„Ich tue viel gegen Müdigkeit.“

„Mich viel zu trinken, wäre vielleicht nicht ~~schön~~ <sup>gut</sup>.“

„Manche sterben, weil sie zu viel von Ihnen getrunken haben.“

„Wir beide ergänzen uns hervorragend.“

### **Streitgespräch A-1**

„Um gesund zu bleiben, sollte man jeden Tag mindestens 30 Sorten Nahrungsmittel essen.“

„Etwas mit 30 Sorten Nahrungsmitteln zu kochen, ist zu kompliziert. Am besten denkt man gar nicht daran.“

„Durch gesundes Essen bleibt der Körper gesund.“

„Körperlich gesund zu sein, ist eine Voraussetzung für geistige Gesundheit.“

„Die körperliche Gesundheit ist die Grundlage für die geistige Gesundheit.“

### **Streitgespräch A-2**

„Für seine Gesundheit zu sorgen, sollte man seinem Funktelefon überlassen.“

„Vielen wäre es lästig, von ihrem Funktelefon betreut zu werden.“

„Vom Funktelefon bekommt man genaue Informationen über seinen Körper und seine ~~Gesundheit~~ <sup>h</sup>.“

„Als Mensch hat man von Geburt an ein Immunsystem.“

„Man sollte aufstehen, wenn die Sonne aufgeht.“

„An verschiedenen Anzeichen erkennt man seinen Gesundheitszustand viel besser als mit Hilfe eines Funktelefons.“

„Wenn man keine Informationen über seinen Gesundheitszustand hätte, lebte man vielleicht glücklicher.“

### **Streitgespräch B-1**

„Wenn man auch während der Mittagspause nur mit Kollegen zusammen sein müßte, könnte man sich nie entspannen.“

„Beim Essen in <sup>so einer</sup> (der) Kantine lernt man, was gesund ist.“

„In Supermärkten hat man zu wenig Abwechslung und erfährt nicht, was wirklich gesund ist.“

„Noch mehr Firmen sollten <sup>✓ eine</sup> Kantine haben.“

### **Streitgespräch B-2**

„In Japan sollten ~~✓~~ chinesische Nudelsuppen ~~✓~~ nur an einem Tag in der Woche angeboten werden dürfen.“

„Je länger man auf sein Lieblingsessen hat warten müssen, desto besser schmeckt es einem dann.“

„Um seiner Gesundheit willen sollte man immer essen, was man will, sobald man Hunger hat.“

„Man kann in eine Suppe auch Gemüse tun.“

„Je länger man sich auf etwas freut, desto mehr Freude hat man dann.“

„Wenn man etwas gegessen hat, das zu viel Kalorien enthält, sollte man die verbrauchen, indem man z. B. Dauerlauf macht oder schwimmen geht.“

„Bis man 40 ist, sollte man essen, was man will, <sup>di</sup> Aber wer über 40 ist, sollte auch beim Essen auf seine Gesundheit achten.“

### **Gruppenarbeit**

„Japanerinnen ist wichtiger, abzunehmen, als gesund zu bleiben.“

„Um gesund zu bleiben, ist Selbstvertrauen am wichtigsten.“

„Frau Balk hat gesagt, sie schläft 8 Stunden, ihr Mann aber nur 6 Stunden.“

„Wir sind uns ~~✓~~ ~~✓~~ geeinigt, daß Japanerinnen länger leben als japanische Männer.“

### **die 1. Hälfte der 1. Podiumsdiskussion**

Europäisches Essen enthält mehr Fett als japanisches.

Manche Japanerinnen sind schon schlank genug, bemühen sich aber, noch *mehr* abzunehmen.

Viele Japanerinnen geben für ihre Hobbys viel Geld aus.

Deutsche bevorzugen Bio-Produkte.

Manche jungen Japaner kochen gerne und fotografieren dann, was sie gekocht haben, um die Fotos anderen zu zeigen.

Europäer essen mehr Gemüse als Japaner.

### **die 2. Hälfte der 1. Podiumsdiskussion**

Passiv-Rauchen ist sehr schädlich.

Geschmack<sup>*VS*</sup>verstärker sind nicht gesund. Man sollte sie verbieten.

Viel Überstunden zu machen ist schlecht für die Gesundheit, aber manche Japaner fühlen sich zu Hause nicht so wohl wie bei der Firma.

Manche Japaner bleiben gerne lange im Büro.

„Ich verstehe nicht, warum Japaner länger leben als Deutsche.“

Viele Japaner lassen sich von der Werbung beeinflusst<sup>*ssen*</sup>.

Das Problem ist, daß man nicht weiß, ob <sup>*die*</sup> Zusatzstoffe ungesund sind.

Viele Japanerinnen denken viel an ihre Gesundheit, tun aber wenig dafür.

Abends noch zu einer Nachhilfeschule zu gehen, ist nicht gut für die Gesundheit.

### **die 2. Podiumsdiskussion**

<sup>*Dre*</sup> AGs in den Schulen sind auch Belastungen<sup>*eine*</sup> für die Lehrer.

Die Zahl der psychisch Kranken ist gestiegen.

Viele putzen sich die Zähne mit zu viel Energie.

Für schöne Zähne gibt man viel Geld aus.

Je mehr man kaut, desto mehr Speichel entwickelt sich; das ist gut für die Mundhygiene.

In Deutschland gehen mehr Männer in Fitness-Studios als in Japan.

Viele alte Männer sterben bald nach dem Tod ihrer Frau, aber alte Frauen leben <sup>meist</sup> noch lange nach dem Tod ihres Mannes.

Man sollte die Lehrer nicht überfördern.

Manches war früher etwas salziger. Heutzutage leidet man an Krankheiten, die man <sup>früher</sup> nicht kannte.

Mundhygiene ist auch wichtig.

Den Kindern sollte man in der Schule viel über die Gesundheit beibringen.

Viele deutsche Kinder haben eine Zahnspange.

Manche Eltern bringen ihren Kindern zu wenig bei.

In der Schule spricht man zu wenig über die psychische Gesundheit.

Als Frau sollte man auch auf die Gesundheit seines Mannes achten.

Die Lebenserwartung sinkt wieder.

#### **Kommentare und Kritik**

„Es freut mich, wieder an diese <sup>Ü</sup>bung teilgenommen zu haben.“

„Daß wir bei diesem Thema über vielerlei gesprochen haben, war gut.“

„Seit 3 Jahren lassen wir uns jedes Jahr untersuchen.“

„Gemüse wurde früher in Japan mit mehr Salz eingelegt.“

„Ich habe vieles mißverstanden.“