

„Die Einstellung zur Gesundheit“

Tagesordnung für die 5. Übung zur vergleichenden Landeskunde im Winterhalbjahr 2023/24 am 4. 11. 2023 um 12.30 Uhr im Kulturhaus Morishita (Tel.5600 8666) im **Sitzungszimmer Nr. 1, 2. Etage** (Etage Nr. 3): Morishita 3-12-17 im Bezirk Kōtō in der Nähe vom Ostufer des Sumida, U-Bahn-Stationen: Morishita, Ausgang A6, und Kiyosumi-5 Shirakawa, Ausgang A2; S-Bahn-Bahnhof Ryōgoku, Ostausgang

Vorsitzende: Frau Kimura (I-XII) und Frau Hata (XIII-XIX)

Die Einstellung zur Gesundheit

D:	I. Protokoll	<i>Herr Ikeda</i>	(12.30)
• Podiumsdiskussion	II. Eröffnung		(12.30)
• Gruppenarbeit	10 III. Anwesenheit		(12.30)
• Straßgespräch	A. Teilnehmer: Frau Osaka nimmt an einem Treffen der Ehemaligen von ihrer Universität teil. Frau Kimura vertritt sie.		
• Internas	B. Zuhörer: - C. Vertreter: -		32
• Internas	IV. Fragen zur Tagesordnung		(12.30)
• Internas	V. Gäste		(12.30)
• Internas	A. europäischer Gast	B. japanischer Gast	58
• Internas	VI. Informationsmaterial		(12.30)
• Internas	A. über Europa	B. über Japan	58
• Internas	VII. Vorbereitungen für die nächsten Übungen / Frau Namahata		(12.30)
C:	20 A. Vorsitzende für den 23.12. (Vorschlag: Herr Ishimura und Frau Watanabe)		59
• 23-03, 23-05	B. Themen für den 16.12.: Herr Ikeda und Herr Satō		
• Lebensmittelliste	C. Informationen für den 9.12.: Frau Kimura und Frau Hata	B: <u>Ästhetisches Empfinden</u> 6	
• in Deutsche Klassik	D. Methoden für den 2.12.: Frau Osaka und Herr Ishimura	soziale Beziehungen 6	
• Akteure Zahlen	E. Gäste	Familienbeziehungen 6	
• zur Höhe	F. sonstiges	Die Einstellung zu Japan 5	(13.05)
• der Lebensmittel-	VIII. Fragen zu den Informationen		
• abfälle nach	A. über Europa	B. über Japan	
• Sektoren	IX. Fragen zum Informationsmaterial zum heutigen Thema		(13.10)
	A. 25-11) „Die Einstellung zur Gesundheit“ (3 S.) von Frau Kazue NUMAO (1993)		11
	B. 25-24) „Die Beziehungen zum Arzt“ (4 S.) von Frau Miyako MURATA (1999)		
	30 C. „Direkt aus Europa“ Nr. 504, S. 1 - 10 („Kranke bilden Selbsthilfegruppen“)		
	X. Erläuterungen zum heutigen Thema		(13.15)
	1.) Frau Kimura (2') 2.) verbessern 3.) Fragen dazu		24
	4.) Frau Hata (2')		(13.25)
	5.) verbessern 6.) Fragen dazu 7.) Kommentare und Kritik		
	35 XI. Interviews ohne und mit Rollenspiel		
	Sie können Ihren Interviewpartner z. B. fragen:		
	„Tun Sie viel für Ihre Gesundheit? Was? Stehen Sie morgens früh auf? Achten Sie darauf, nicht zu viel zu essen?“		
	„Essen Sie regelmäßig? Essen Sie auch schon mal etwas zwischendurch? Was? Wann?“		
	40 „Achten Sie darauf, zu essen, was gut ist für die Gesundheit?“		
	„Gehen Sie früh zu Bett? Machen Sie das, um gesund zu bleiben? Gehen Sie immer zur gleichen Zeit zu Bett? Werden Sie von Ihrem Wecker immer zur gleichen Zeit geweckt oder stellen Sie ihn immer wieder neu?“		
	„Machen Sie Morgengymnastik? Machen Sie Dauerlauf? Fahren Sie mit einem Rennrad?“		
	45 Schwimmen Sie? Trainieren Sie in einem Sportstudio?“		
	„Essen Sie meist nur, was Ihnen schmeckt, weil es einem nicht gut tut, etwas zu essen, was einem nicht schmeckt?“		
	„Bleiben Sie auf, solange Sie noch nicht müde sind, und gehen jederzeit zu Bett, sobald Sie müde werden?“		
	50 „Lassen Sie sich regelmäßig untersuchen? Wie oft? Wenn nicht, warum nicht?“		
	„Nehmen Sie oft rezeptfreie Medikamente, Vitamintabletten oder Nahrungsmittelzusätze ein? Warum (nicht)?“		
	„Essen Sie oft, was gut sein soll für die Gesundheit? Was z. B.?“		
	„Gehen Sie um Ihrer Gesundheit willen oft spazieren?“		
	55 „Wie oft gehen Sie zum Arzt? Gehen Sie, wenn Sie sich erkältet haben, gleich zum Arzt? Wenn nicht, was machen Sie dann?“		
	„Baden Sie jeden Tag, weil einem das gut tut, weil man sich dabei entspannt?“		
	„Was tun Sie um Ihrer geistigen Gesundheit willen? Meditieren Sie? Machen Sie Zen-Übungen?“		
	60 „Was tun Sie, weil Ihnen das gut tut, obwohl Sie wissen, daß das für Ihre körperliche Gesundheit nicht gut ist? Essen Sie z. B. zum Kaffee ein Stück Kuchen, obwohl Sie um Ihrer körperlichen Gesundheit willen darauf lieber verzichten sollten? Bleiben Sie abends lange auf, weil Sie keine Lust haben, früh zu Bett zu gehen? Gehen Sie manchmal nach Feierabend mit Kollegen zusammen in eine Kneipe, um mit ihnen über einen Ihrer Vorgesetzten zu sprechen, der da nicht dabei ist?“		
	65 „Fahren Sie manchmal zur Abwechslung schnell Auto, weil Ihnen das Freude macht und Freude gut ist gegen Streß?“		

„Achten Sie auf die Hygiene? Waschen Sie sich die Hände mit Seife und gurgeln, wenn Sie nach Hause kommen? Sterilisieren Sie sich die Hände mit Alkohol?“

„Setzen Sie, wenn Sie tagsüber weggehen, einen Hut und eine Sonnenbrille auf?“

5 „Informieren Sie sich, ehe Sie zum Arzt gehen, im Internet über Ihre Symptome, um feststellen zu können, ob seine Diagnose stimmt? Informieren Sie sich über die Medikamente, die der Arzt Ihnen verschrieben hat?“

„Sagen Sie, um keinen Streß zu bekommen, alles, was Sie denken? Tun Sie sonst noch etwas, um keinen Streß zu bekommen?“

A. Interviews ohne Rollenspiel

- 10 1.) das 1. Interview (4'): ^{Namahata} ~~Frau Hata~~ interviewt **Herr Satō** (Interviewer). (13. ~~31~~) ⁴⁴
 2.) verbessern 3.) Fragen dazu 4.) Kommentare
 5.) das 2. Interview (4'): **Frau Watanabe** interviewt **Frau Kimura**. (13. ~~39~~) ^{14.04}
 6.) verbessern 7.) Fragen dazu 8.) Kommentare und Kritik

B. Interview mit Rollenspiel

15 Familie Balk wohnt seit einem Jahr in Yokohama, weil Herr Balk von der deutschen Exportfirma, bei der er arbeitet, dahin versetzt worden ist. Sie haben ein Einfamilienhaus gemietet. Er ist 45 Jahre alt. Seine Frau ist 42. Sie haben 2 Kinder: Angelika ist 13, und Elise 11. Sie gehen zur Deutschen Schule. Ehe sie nach Japan gekommen sind, haben sie 15 Jahre in Köln gewohnt. Seine Eltern haben ein Einfamilienhaus in einer
 20 Kleinstadt in der Nähe von Aachen.

- 1.) kurzes Interview (3') (13. ~~47~~) ^{14.16}
Frau Balk (Frau Kimura) interviewt Herr Ikeda (Interviewer).
 2.) verbessern 3.) Fragen dazu 4.) Kommentare (War das realistisch? Was hätte er sie noch fragen sollen? Welche Fragen hätte er ihr lieber nicht stellen sollen?)
 25 5.) das ganze Interview (4'): Frau Balk (Herr Ishimura) interviewt Frau Watanabe. (13. ~~55~~)
 6.) verbessern 7.) Fragen dazu 8.) Kommentare und Kritik ^{14.29}

XII. Gespräche mit Rollenspiel

Familie Honda wohnt im Haus nebenan. Herr Honda arbeitet bei der Mizuho-Bank. Frau
 30 Honda ist Hausfrau. Herr und Frau Honda haben an der Fremdsprachen-Hochschule Germanistik studiert. Sie haben eine Tochter. Yumi ist 17 Jahre alt. Sie hat Deutsch gelernt, weil ihre Eltern miteinander Deutsch gesprochen haben, wenn sie das nicht verstehen sollte. Sie ist im Alter von 16 Jahren als Austauschschülerin ein Jahr in Flensburg gewesen.

35 Jetzt sind Herr und Frau Honda am Samstagnachmittag bei Familie Balk, weil Frau Balk Kuchen gebacken hat und sie zum Kaffeetrinken eingeladen hat. Herr Balk sitzt noch mit Herrn Honda am Wohnzimmer Tisch, aber Frau Balk ist schon in die Küche gegangen, um das Geschirre abzuwaschen, und Frau Honda ist mitgegangen, um ihr dabei zu helfen.

A. Herr Balk legt Wert darauf, jeden Morgen zu einer bestimmten Zeit aufzustehen und
 40 zu einer bestimmten Zeit zu Bett zu gehen. Das gilt auch für die Wochenenden. Bevor er zur Arbeit geht, geht er, auch wenn es regnet, 10 km laufen, und er achtet darauf, daß er genügend Eiweiß zum Frühstück zu sich nimmt. Nach dem Mittagessen macht er einen leichten Spaziergang, und zum Abendessen versucht er, mindestens drei Stunden vor dem Schlafengehen eine leichte Mahlzeit zu sich zu nehmen. Herr Honda hat seine Zweifel an
 45 einem solchen Lebensstil, weil er denkt, daß ihm das keine Freude machen würde. Er glaubt, daß eine solche Lebensweise nur Streß macht, und daß Streß gar nicht gut ist für den Körper. Herr Balk argumentiert dagegen.

- 1.) kurzes Gespräch (3'): Herr Balk (Herr Satō) und Herr Honda (Frau Kimura) (14. ~~05~~) ^{Namahata 34}
 2.) verbessern 3.) Fragen dazu 4.) Kommentare (War das realistisch? Was hätten sie noch sagen sollen?)
 50 5.) das ganze Gespräch (4'): Herr Balk (Herr Ishimura) und Herr Honda (Frau Hata) ^{Kimura 44} (14. ~~15~~)
 6.) verbessern 7.) Fragen dazu 8.) Kommentare und Kritik

B. In Japan ärgert sich Herr Balk immer wieder darüber, daß er von der Firma gezwungen
 55 wird, sich jährlichen medizinischen Untersuchungen zu unterziehen. Er meint, er paßt selber gut auf sich auf, und glaubt nicht, daß diese Untersuchungen gut für seinen Körper sind. Da gehe es jedes Jahr wieder um die kleinsten Details, und man werde jedesmal wieder geröntgt. Herr Honda findet die jährlichen Vorsorgeuntersuchungen sehr sinnvoll. Er sagt, daß Japaner lange leben, weil sie ihren Körper in allen
 60 Einzelheiten kennen und versuchen, alles zu tun, was für ihren Körper gut ist.

- 1.) kurzes Gespräch (3'): Herr Balk (Herr Ikeda) und Herr Honda (Frau Watanabe) (14. ~~25~~) ⁵⁷
 2.) verbessern 3.) Fragen dazu 4.) Kommentare (War das realistisch? Was hätten sie noch sagen sollen?)
 5.) das ganze Gespräch (4'): Herr Balk (Herr Satō) und Herr Honda (Frau Hata). (14. ~~35~~) ^{15.01}
 65 6.) verbessern 7.) Fragen dazu 8.) Kommentare und Kritik

XIII. Monolog, bei dem zwei Teilnehmer nacheinander je einen Satz sagen

A. Yumi ist jetzt 60 Jahre alt. Ihr Gesundheitszustand ist nicht besonders gut. Ihr Blutdruck ist zu hoch, und sie muß Insulin nehmen, weil sie Diabetikerin ist. Früher war sie so gesund, daß sie alles machen konnte, wozu sie Lust hatte. Deshalb ging sie nach der Arbeit oft mit Kollegen noch in eine Kneipe, trank manchmal zu viel Alkoholisches und blieb lange auf. Wenn sie daran denkt, daß sich dies auf ihren heutigen Gesundheitszustand ausgewirkt hat, möchte sie mit ihrem alten Ich schimpfen.

- 1.) kurzer Monolog (3'): Yumi (Herr Satō und Frau Watanabe) (14.45) ^{15.13}
 2.) verbessern 3.) Fragen dazu 4.) Kommentare (Was hätte sie noch sagen sollen?)
 10 5.) der ganze Monolog (4'): Yumi (Herr Ishimura und ~~Herr Ikeda~~) (14.55)
 6.) verbessern 7.) Fragen dazu 8.) Kommentare und Kritik Frau Numahata 15.17

XIV. Streitgespräche

A. Alle sollten Vegetarier werden. Fleisch zu essen ist nicht gut für die Gesundheit, da Tierkrankheiten heutzutage weit verbreitet sind und die Menschen gezwungen sind, Fleisch von geimpften Tieren zu essen. Die Rinderzucht trägt auch zur Verschlechterung der Umwelt und zu den dadurch verursachten Gesundheitsproblemen bei. Der Körper bekommt genügend Proteine von Soja und von Gemüse, und mit moderner Technik kann man Lebensmittel herstellen, die so ähnlich wie Fleisch schmecken. Deshalb brauchen die Menschen kein Fleisch zu essen.

- 20 1.) erstes Streitgespräch (4') (15.03)
 C (dafür): Frau Kimura D (dagegen): Herr Satō
 2.) verbessern 3.) Fragen und Kommentare 4.) Ergänzungen 5.) Kommentare dazu
 6.) Zusammenfassung der These und der Argumente von C (40"): Frau Kimura
 7.) Zusammenfassung der Argumente von D (30"): Herr Satō
 25 8.) verbessern 9.) Frage an die Beteiligten: „Was denken Sie wirklich?“
 10.) verbessern 11.) Fragen 12.) Kommentare und Kritik
 13.) zweites Streitgespräch (4') (15.25) ³⁵
 E (dafür): Frau Watanabe F (dagegen): Frau Hata
 14.) verbessern 15.) Fragen und Kommentare 16.) Ergänzungen 17.) Kommentare dazu
 30 18.) Zusammenfassung der These und der Argumente von E (40"): Frau Watanabe
 19.) Zusammenfassung der Argumente von F (30"): Frau Hata
 20.) verbessern 21.) Frage an die Beteiligten: „Was denken Sie wirklich?“
 22.) verbessern 23.) Fragen dazu 24.) Kommentare und Kritik

B. Auf Japanisch sagt man, daß Tabak hundertfachen Schaden anrichtet und keinen einzigen Nutzen bringt. Warum rauchen Menschen Zigaretten? Sie schaden nicht nur dem Raucher selber, sondern auch den Menschen in seiner Umgebung. Die Produktion von Zigaretten sollte verboten werden. Dann wären sie nicht mehr so leicht erhältlich und würden der Gesundheit der Menschen weniger schaden.

- 40 1.) erstes Streitgespräch (4') (15.45)
 G (dafür): Herr Ishimura H (dagegen): Herr Ikeda
 2.) verbessern 3.) Fragen und Kommentare 4.) Ergänzungen 5.) Kommentare dazu
 6.) Zusammenfassung der These und der Argumente von G (40"): Herr Ishimura
 7.) Zusammenfassung der Argumente von H (30"): Herr Ikeda
 8.) verbessern 9.) Frage an die Beteiligten: „Was denken Sie wirklich?“
 45 10.) verbessern 11.) Fragen 12.) Kommentare und Kritik
 13.) zweites Streitgespräch (4') Numahata (16.05) ^{15.56}
 I (dafür): Herr Satō J (dagegen): Frau Watanabe
 14.) verbessern 15.) Fragen und Kommentare 16.) Ergänzungen 17.) Kommentare dazu
 18.) Zusammenfassung der These und der Argumente von I (40"): Herr Satō
 50 19.) Zusammenfassung der Argumente von J (30"): Frau Watanabe
 20.) verbessern 21.) Frage an die Beteiligten: „Was denken Sie wirklich?“
 22.) verbessern 23.) Fragen dazu 24.) Kommentare und Kritik

XV. Gruppenarbeit mit anschließenden Berichten

- 1.) Gruppenarbeit mit Herrn Balk (Herr Ishimura) (70') (16.25) ⁰⁹
 55 Sprechen Sie bitte erst höchstens eine halbe Stunde über die Fragen unter Punkt XI und eine Viertelstunde über die folgenden Fragen, dann nur kurz über alle Themen unter Punkt XIV („Stimmt das?“), und danach sprechen Sie bitte auch noch über alle Themen unter Punkt XVI!
 a) Was tun Deutsche für ihre Gesundheit? Und Japaner?
 60 b) Wer tut mehr für seine Gesundheit: Deutsche oder Japaner? Woran erkennt man das?
 c) Wo gibt es mehr Ärzte: in Deutschland oder in Japan? Warum? — 2006 in Japan 2.1/1000 Bürger
 in Deutschland 2.5/1000 Bürger
 d) Wer geht öfter zum Arzt: Deutsche oder Japaner? Warum?
 e) Wer gibt mehr für seine Gesundheit aus: Deutsche oder Japaner? Warum denken Sie das?
 65 f) Wer ißt gerne, was für die Gesundheit gut sein soll, auch wenn ihm das nicht schmeckt: Deutsche oder Japaner? Warum?

- g) Wer verschafft sich um seiner Gesundheit willen mehr Bewegung: Deutsche oder Japaner? Woran erkennt man das?
- h) Wer nimmt mehr Rücksicht auf die Gesundheit anderer: Deutsche oder Japaner? Woran erkennt man das?
- 5 i) Wer tut, um geistig beweglich zu bleiben, mehr für intensive Beziehungen zu anderen: Deutsche oder Japaner? Warum denken Sie das?
- j) Wer entwickelt mehr Resistenz gegen gesundheitliche Schäden in einer unhygienischen Umgebung: Deutsche oder Japaner? Warum denken Sie das?
- k) Wer lebt gesünder: Deutsche oder Japaner? Männer oder Frauen? Junge, ältere oder alte? Warum denken Sie das?
- 10 l) Wer ist sich dessen bewußter, wenn er etwas macht, was nicht gut ist für seine Gesundheit: Deutsche oder Japaner? Männer oder Frauen? Junge, ältere oder alte? Woran erkennt man das?
- m) Was machen Deutsche oft, obwohl sie wissen, daß das nicht gut ist für ihre Gesundheit? Warum? Und Japaner?
- 15 n) Was finden Deutsche besonders ungesund? Was besonders gesund? Und Japaner?
- o) Wer trägt öfter Atemschutz, Deutsche oder Japaner? Warum?
- p) Was tun Deutsche, wenn sie sich erkälten? Und Japaner? Woher kommen die Unterschiede?
- 20 q) Wer ist ~~sich~~ ^{Seine} über ~~die~~ ^{haben} Gesundheit besser informiert?: Deutsche oder Japaner? Warum?
- r) Warum leben Frauen länger als Männer?
- 2.) Berichte von jeder Gruppe: Sagen Sie bitte nur, was besonders interessant war! (Daß Sie darüber gesprochen haben und daß das besonders interessant war, brauchen Sie nicht zu sagen.) (1') (17. ~~25~~ ²⁰)
- 25 3.) verbessern 4.) Fragen dazu

XVI. Podiumsdiskussionen mit und ohne Rollenspiel

Vorschläge für Diskussionsthemen:

- a') Was gilt Deutschen und Japanern im Alltag als gesund und was als ungesund?
- b) gesund, aber unangenehm, und ungesund, aber schön
- 30 c') Rezepte bei Erkältungen
- d') Vitamintabletten, Nahrungsmittelzusätze und rezeptfreie Medikamente
- e') körperliche Gesundheit und Lebensfreude
- f) gesundes Essen und gutes Essen
- g) übertriebene und unterschätzte Gefahren für die Gesundheit
- 35 h') was man aus Rücksicht auf die Gesundheit anderer tut
- i') wie man seine eigene Gesundheit schützt
- j') übertriebene und ungenügende hygienische Maßnahmen gegen Bakterien und Viren
- k') Wandern und Spaziergehen um der Gesundheit willen oder zum Vergnügen
- l') Unterschiede zwischen dem, was man für die Hygiene tut, und was man tut, um
- 40 gesund zu leben
- m) Umweltverschmutzung und deren Einfluß auf die Gesundheit
- 1.) Diskussionsthemen für die 1. Podiumsdiskussion (Diskussionsleitung: Frau Hata) 26
..... (17. ~~40~~)
- 2.) Kommentare dazu
- 45 3.) die erste Hälfte der 1. Podiumsdiskussion ^{Nakahata} (15') (17. ~~45~~)
- Herr Balk (Herr Ishimura), Frau Kimura und Frau Watanabe
- 4.) verbessern 5.) Fragen dazu 6.) Kommentare und Kritik 17,46
- 7.) die zweite Hälfte der 1. Podiumsdiskussion (15') (18. ~~10~~)
- Herr Balk (Herr Ishimura), Herr Ikeda und Frau Watanabe
- 50 8.) verbessern 9.) Fragen dazu 10.) Kommentare und Kritik
- 11.) Diskussionsthemen für die 2. Podiumsdiskussion (Diskussionsleitung: Herr Ikeda) 11
..... (18. ~~20~~)
- 12.) Kommentare dazu
- 13.) die 2. Podiumsdiskussion mit ^{Frau Kimura} Fragen und Kommentaren der Zuhörer (30') 16
- 55 Herr Satō, Frau Hata und Herr Ishimura (18. ~~40~~)
- 14.) verbessern 15.) Kommentare und Kritik
- XVII. verschiedenes** (19. ~~20~~)
- 1.) Vorbereitungen für das nächste Mal 2.) sonstiges
- XVIII. Kommentare und Kritik von allen (je 1')** (19. ~~20~~)
- 60 1.) verbessern 2.) Prof. Steinberg
- XIX. sonstiges** (19.45)

Tokio, den 22.10.2023
Kaoru Kimura (Kaoru Kimura)
Schr gut 0
gut 8
nicht gut 0

Keiko T. Hata
(Keiko Hata)