

# 葉隠塾長日記

あけましておめでとーございます。

昨年12月4日、沖繩・那覇で人生二度目のフルマラソンを走ってきました。日陰だと肌寒く感じましたがさすが沖繩、走り出したらずぐ体が暑くなり汗だくになりました。キロ5分ペースの予定が、ほぼ5分で走ってもそんなに早いとは感じず、ハーフ地点までほとんど上り坂でしたが調子良く走れ、もしかしたら3時間45分は軽くいけるかも?と思ったのは甘かった!25キロあたりから足がすり始め、その後は時間が経つにつれ歩く頻度が多くなり、塩分をこまめに取ったり、沿道の方からミカン、凍ったジュースなどをいただきながら、走れる体力はあるのに走れないもどかしさを感じました。36キロ地点で友人に会え元気をもらいましたが、40キロに届く頃にサブ4をあきらめ、ゴール間近に最後のあがきで少しダッシュしましたら、ゴールした瞬間に左足が痙攣してしまい、ゴール地点で動けなくなってしまいました。数人が駆け寄ってきてくれてなんとかコース外まで移動したら、そこにタンカーが用意されておりあやうく運ばれるところでしたが、なんとか一人で記録証をもらいに行きました。結果4時間5分12秒と前回より8分も遅くなり、ガックリしてしまいました。足さえつらなければ記録更新できるという自信を得ましたので、次回のリベンジに向け、さらにジョギングに熱が入っております!

年初に娘が書き初めて書いた今年の目標は「ねばり強く」：マラソン後半で失速する、粘り弱い私に似て笑ってしまいました。今年も親子で粘り強さを身につけたいと思います。

本年もよろしくお願ひいたします。

三浦光広

## 葉隠塾日々想々

佐藤正二(さととう しやうじ) 彦坂訓(ひこさか さとる)

北陸、東北地方は大雪で大変ですが、名古屋地方も寒い年明けでした。私の正月は、年末から来ていた孫たちが元旦に帰り、二日は池上彰の現代史の講義を勉強し、その後新春ワイド時代劇「忠臣蔵」その儀、その愛”をたっぷり七時間楽しみました。忠臣蔵は何回も見ていて筋は一緒ですが、視点が変わるとまた楽しめます。三日は初打ちで93でした。今年は一〇〇を越えないゴルフを目標にしたいと思っております。皆様、本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

青木文生(あおき ふみお) 水野品教(みずの あきのり)

毎年大晦日から元日になる夜十二時に、家の近くにある興正寺というお寺へ初詣へ行くのが恒例となっているのですが、今年も例外なく大盛況です。三十分以上並ばされました。小さな寺なのに、でも今年も年男なので例年よりも少し気合を入れてお参りして参りました。

よろしくお願ひいたします。

今月もお楽しみいただけましたか?  
来月もよろしくお願ひいたします!



### 楠精工 株式会社

- ・社員数：38名
- ・ご提供できるもの：各種ダイホルダー及び治具・自動化装置 設計製作 (ダイホルダー部品、プレス部品、ハンマー部品、切断刃、中間ビーム他)
- ・スローガン：お客様の喜ぶことをしよう!
- ・住所：名古屋市熱田区三番町4-13
- ・連絡先：電話 052-651-7138 / Fax052-653-0020
- ・URL：<http://www.kusunoki-dieholder.com>