

# 葉隠塾長日記

現在、九月の佐渡トライアスロン(スイム4キロ、バイク190キロ、ラン42.2キロ)に向けて、休日はほぼトレーニング三昧ですが、一番の不安は苦手なバイク。そこで、とにかくバイクに長い距離乗る練習をしなければと思い、「スーパーロングライド琵琶湖・若狭」というイベントに参加してきました。スーパーロングとは、ずばり「236キロ」！早朝5時に、長浜市をスタート(そのために自宅を朝二時半に出発!)。空が明るくなり始めた中、琵琶湖沿いを快調に進み、山岳地帯に入ってから、まだ元気一杯で山を越え、トンネルの寒さに驚きながら日本海へ抜けます。敦賀湾、若狭湾の絶景を眺ながら小浜まで行き、そこから「鯖街道」へ。130キロ辺りの道の駅で少し休憩しましたが、鯖寿司を食べる間も惜しんで、再び緩い上りが続く山岳地帯へ差し掛かると、そこから力が入らなくなってきましたので、補給食を多めに取ったところ山を下る頃に再び元氣を取り戻しました。しかし琵琶湖大橋の手前から手のひらが痛くなり、さらに足がすり始めてしまいましたので、何度も止まって足を伸ばしながら、軽めのギアで力まずに漕ぎ続けました。そして夕方4時41分、無事ゴール！完走の賞品？はクロワッサン3個でしたが(笑)、達成感で一杯でした。しかし帰宅後トイレに行くと、なんとオマタが痺れて感覚がない！正座した後の足のようになってしまいましたのでひと安心しました。何事もやり過ぎると、なにかしら影響があるのですね…。さすがに(トヘトヘ)に疲れた一日でした。

三浦光広

## 葉隠塾日々想々

### 彦坂訓(ひこさかさとる)

年を取ってきたせいで、色々な所にガタが出てきています。上の歯ぐきに緩みが出てきて、二十十年くらいで上の歯が四本抜けました。歯医者さんから部分入れ歯をすすめられて、五月から実施しています。常に口の中にアメ玉があるような感覚で、ものすごく違和感があります。また、しゃべりの方も「行・行・行」が上手く話せません(涙)。歯医者さんからは、慣れれば普段通り話せると言われています。しばらくお聞き苦しく、ご迷惑をお掛けします。

### 青木文生(あおき ふみお)

今年もメロン栽培にチャレンジです。今年の目標は、きちんと整枝や摘果をやることに決め、ユーチューブ動画を観て勉強しながら実践しています。インターネットで検索できる動画は、結構詳しく解説してくれていますので、本よりも分かりやすく助かっています。しかしながら、早くもつまづきました。受粉準備の回の動画で、突然解説で「事前に用意していたミツバチの巣箱を苗のそばに設置し：」なんて始まったのです。椅子から転げ落ちそうになりました。農業はとてまあハードルが高いです。

### 水野教品(みずの あきのり)

U20サッカーワールドカップが、韓国で開催されています。日本は十年振りの出場だとか!?予選は一勝一敗一分で、三位を通過しましたが、惜しくも決勝トーナメント一回戦で敗退してしまいました。地上波での放送はなく、地味にBSで楽しんでおりましたが、二階級飛びで代表に選ばれた、スペイン留学経験のある十五歳の久保などもいて、この年代は楽しみな選手が多いことを知りました。ちょっと気が早いですが、2020年オリンピックも含め、今から2022年W杯での日本の活躍も、今から楽しみになってきました。

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します!



### 楠精工 株式会社

- ・社員数：41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