



寒稽古

寒中お見舞い申し上げます

寒気の中にも早春の息吹が感じられることとなりましたが、いかがお過ごしでしょうか。伊予路に春を呼ぶお祭り「椿さん」が待ち遠しいです。(毎年の文言です) そうは言っても、コロナ禍での開催はどの様になるのでしょうか？

さて、2月といえば毎年恒例の愛媛マラソン(12回完走)と高知龍馬マラソン(5回完走)を2週連続で走る予定でしたが、早々に2大会とも延期となりました。例年は年間通しての体重管理(食事制限)や、10月頃からの本格練習(月間150~250km走)で調整してました。しかし目標が無くなると弱いもので、延期発表からは食べ飲み 続け、全く走らない生活を過ごしています。(とても幸せです……。)

しかしながら正直なものできっちり体重6kg増。着痩せする私でも見た目で分かる様になってしまいました。(とても残念です…。)

スマートな身体を取り戻すべく、徐々に練習を再開したいと思います。サボっていたら叱って下さいね！(何度もお願いしてますね)



令和3年2月1日

(株)日本交通社
代表取締役社長 光田秀之

