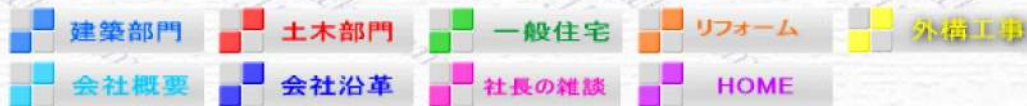


未来への遺産を創造する ハートフルコンストラクター 荒牧組



<愛ちゃん頑張れ！> H18. 4. 28(金)

とっても良いお天気です。

明日からゴールデンウィークですが、予定は何もありません。天気も良さそうではないし、何をして過ごそうか思案中です。暦どおりの休日ですが、結構休みがいがりそうです。

世界卓球の愛ちゃんが好調です。ロシア戦の第四試合で、フルセットの末、勝利をもぎ取ったことが自信になったのかなあー、なんて一人解説者をしています。毎日、ハラハラドキドキです。

何を隠そう、中学時代には卓球部に入っていました。当時は塩原中が強く、県大会に団体戦は行けませんでした。シングルスとダブルスで、旭中の近くの古い県？市？立体育館(スポーツセンターと呼んでいた?)で小来川中の選手と試合をした記憶があります。昔のことを鮮明に覚えている部分があって、とても不思議です。「おころがわ」という字が読めなかったの、今でも覚えているのでしょうか・・・。

春本番で、自宅の庭にもいろいろな花が咲き乱れています。古い大きなシロヤシオツツジがありますが、五分咲きくらいです。愛子様のお印の花としても有名になりました。満開になったら紹介したいと思います。



<元気ですよ！！> H18. 4. 24(月)

塩谷広域災害応援協議会の総会に出席しました。久しぶりの人もたくさん居て、優しい言葉をかけていただきました。とりあえず、病気のことを内緒にしてい、ごめんなさい・・・。

「やせた??」と言われましたが、実際には入院前よりは約8kgくらい太っています・・・。髪の毛を短くしているせいか、痩せているように見えるのかもしれませんが。やせるよりは太ったほうが良いのだけど、それも程度の問題なんで、「気をつけないと」と思っています。

塩谷支部の総会までには、もう少し絞りましょう！！

<腰が痛い・・・> H18. 4. 23(日)

やっと、フェアウェイに立つことが出来ました。去年の、建設業協会塩谷支部の愛知万博研修旅行の自由行動でのゴルフ以来で、10ヶ月ぶりです。前日の夜は寝付かれず、朝は早く目が覚めてしまい、BSのゴルフ放送等を見てしまいました。

馬頭ゴルフクラブで、いつもの仲間と集合し、去年の5月に同じ仲間と馬頭でやったということも分かりました。

入念に準備体操をして、パットの練習をして、さあスタートです。ティーショットは、少しドロウをしながら、まあまあ当たりました。結局50、43で回ってこられました。100を切れれば上出来です。

午後は、少し腰が痛くなってきましたが、歩く方は、毎晩のウォーキングの効果が十分に出たようで、それほど疲れませんでした。続けなくっちゃ！！後は、やっぱり減量でしょうか・・・。頑張りましょう！！飛距離やアプローチ、パットの精度はまだですが、とりあえずコースに立てたということで、満足です。

家に帰ってテレビを見たら、68歳の杉原輝雄が最下位ながらホールアウトしたと放送していま

した。彼も病気をかかえながらの選手生活で、元気をもらいました。1試合でも多くレギュラーツアードで戦ってほしいと思います。

女子ツアーは、何となく大好きな大山志保があきらめずに最終ホールで、長いパットを入れ、プレイオフに持ち込み勝ちました。

巨人は負けたけど、たまには愛嬌ということで、楽しい一日でした♪♪♪。

<3日坊主に・・・> H18. 4. 22(土)



今週の月曜日から、家内と三女娘と3人で夜のウォーキングを始めました。決して徘徊ではありません。

Aコースはヨークベニマルでの買い出し、BコースはTUTAYAで本の物色と、2コースあります。距離は、どちらのコースも大体2.2km位です。思いの外、コンパスが短くなってきて、4000歩くらいでしょうか。(万歩計故障中・・・)

歩き出しは、少し息切れするのですが、呼吸を整えていくうちに楽になってきます。

Aコースは暗いので黙々と、Bコースはお店やパチンコ店があり明るくてにぎやかなので、キョロキョロしています。

夜、8時半位から歩き始めるのですが、ランニングをしている知人に会ったり、夜間作業をしている協力業者さんに会ったり、ハプニング(?)もあります。

少し疲れたなあと思った頃に家に着いて、一休みしてから、ゲルマニウム温浴(後日説明します)をして、という習慣を作りつつあります。

昨晩は、帰ってきてインターネットを開いて、巨人阪神戦の結果を見たら、サヨナラ勝ちということで、ご機嫌でございました♪。



BACK