



びすてむ通信

VOL.55
2009年3月号



50km歩いちゃいました！

ついにやってしまいました... 50kmウォーク。昔から弊社を知っている方は御存知だと思いますが、社内でウォーキングが結構流行っています。社長も50km、100kmと何度も完歩しています。完歩することは大変すばらしいことだと思います。でも私は絶対にやりたくない...そう思っていたのに...。気がつけば明日が本番。大雨になって中止にならないかな。季節外れの台風が来て中止にならないかな。そんなくだらないことを考えながら、朝を迎えました。歩くコースは静岡県の新居の関所～岡崎の龍城神社までです。車で豊橋市に行くのも遠いな～と思ってしまうのに、それよりもっと遠いです...。それを聞いただけで目眩がしそうです。でもやる！となったら途中で逃げ出すわけにはいきません。ゴールまで絶対に完歩するぞ！と意気込んでスタートしました。最初の10k

mまではスイスイいけました。天気がよかったこともあり、周りの景色を楽しみながら、一緒に参加した人達としゃべりながら歩いていました。あつという間に20km地点まで来ました。まだ元気です。休憩ポイントでのんびりバナナを食べながら「50kmなんて意外と簡単だな...」そんな風に思っていました。ところが...。修練の道はここから始まりました。あれ？なんだか足が少し痛くなってきた...。そういえば道路のちょっとした段差でもつまづくようになってしまった...。そんな変調を感じながらも30km地点へ。正直もう立っていられません。この頃になると足には激痛が襲ってきます。歩いているうちは、痛みが体慣れるので、だいぶ良くなるのですが、休憩なんかして足を休ませてしまうと大変なことになります。歩き始めは激痛との闘いです。だからなるべく休憩はしたくない...で



早く花見がしたいです。なんて言っておきながら本当の狙いは屋台かな？

も、休憩しないと体が限界...。そんな葛藤の中40km地点へ。この頃は止める理由が頭の中をグルグルします。40kmも歩いたんだからもういいじゃん...。今日は風が強かったのしょうがない...。そんな弱い心が出てきます。体もとくに限界を超え、5cm程の段差でさえ足が上がりなくなってきます。この40kmを越えたあたりからの記憶はほとんどありません。苦しい...そんな記憶しかありません。それでもなんとか50kmをやり遂げたときには一緒に歩いたみんなと握手をして、半分涙を流しながら、喜びをかみしめました。皆さんも一度ぐらいは歩いてみてはいかがですか？



喜んでしまいました！のコーナー！

今月はこのコーナーも50kmウォーキングのお話...。道中色々な方が声援を送ってくれました。わざわざ豊橋まで来てくれて、応援をしてくれた人もいました。チェックポイントで「疲れたときは甘い物を食べたほうが良いよ」といってチョコレートを手渡してくれた友人もいました。また色々な方のサポートがありました。各チェックポイントでは足を揉んでくれたり、足や腰に負荷がかからないよ

うにテーピングをしてくれる人がいたり、沿道で道案内をしてくれたり...。そんなたくさんの方の人達の優しさの上に完歩が成り立っています。改めて1人では決して達成することは出来なかったな～と感じました。これって人生も同じですね。1人では決して生きていけません。色々な人のサポートがあって初めて生きていけるんだらうな～なんて感じました。最後に...私が一番自慢したかったのは

サービスの鈴木さんが応援に来てくれたことです。参加者の中で、社内の方が応援に来てくれたのは私だけでした。だからすごく鼻が高かったです。参加したみんなも「会社の人に来てくれたの？すごいね～」と口々に言っていました。改めて、鈴木さんありがとうございました。

みんなのひとり言

今月は宮崎君から一言いただきました。

この間伊勢海老をつりに行きました！結果はもちろん、ぜ～んぜん釣れませんでしたけど...

（ここで質問！伊勢海老って釣れるの？）

釣れますよ～。僕だって釣った事ありますよ。

（なんだか少し自慢げのようです...他に釣ったことあるのは？）

タイとかも釣ったことありますよ。でも基本的にはブラックバスかな～。

（よく釣りに行く話しは聞いていましたが、実際に釣り上げた話はあまり聞いたことが無かったので、ビックリしました。

でも釣れる確立はすごく低いそうですが...笑）

（よく釣りに行く話しは聞いていましたが、実際に釣り上げた話はあまり聞いたことが無かったので、ビックリしました。

でも釣れる確立はすごく低いそうですが...笑）

今月の格言！

限界を超えてからが
本当の練習です

（斎藤清）

なんだか今月は全てが50km

に関連していますね...。みんな

自分で勝手に限界を作って、

勝手にあきらめている...

たくさんの可能性がその裏に

隠れているのに...