加茂所

想いをつなげ！
秋のスポーツ編

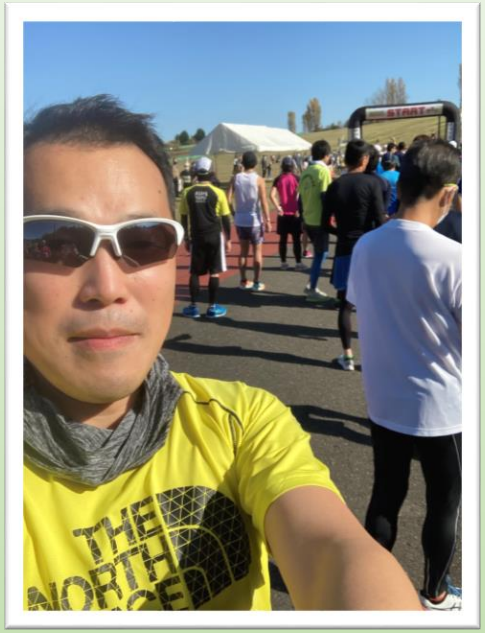
五十嵐

皆さん、運動はお好きですか？五十嵐は元々ガチで嫌いでした（笑）。
ただ自衛官なので渋々続けていたら習慣化し、気が付けば適度な運動を続けようとする頭と身体になっていました。（慣れって怖い・・・）
さて、三条市内で広報活動をしていたある日、行きつけの食堂の店主に「三条市民駅伝にチームで出ませんか？」と誘われ、地元チーム「キママニ」の一員として秋の下田郷を疾走することに！普段は一人で走りますが、襷を背負い田園を駆けるのも違った爽快感がありました。

↑チームキママニの皆様と

↑秋晴れの三条市内を激走！

スポーツ関連でもう一つ。今年は新潟での思い出作りにＦＭ新潟の主催するランニングチーム「朝日山」に参加。その練習会の成果として長岡縄文の丘・米百俵マラソンに出場しました。『丘』と言うよりも『山』レースで疲労困憊でしたが、チームメイトとの励まし合いで乗り切れました。みんなの「想い」が身体を動かしました!



海上自衛隊では「１週間に３時間の運動をしなさい」と規定されています。運動嫌いな人からすると面倒な事ですがポジティブに受け止めれば仕事中に健康づくりができると言うことです。

仕事で美ボディになれる職場！自衛官募集中！