



店主“こだげん”が

人生初！トライアスロンに挑戦 はたしてその結果は・・・？

ダイエット目的で始めた ランニング

2019年4月からダイエットと洞爺湖マラソンに出場することを目的に走り始めた。

その後、コロナが蔓延し始め、ご存知の通り世の中のイベント経済活動 ありとあらゆるものが止まってしまった。そんな時期にコソコソと走っていた。

そのうち膝が悪くなるなど気になりだし、仕事が終わってから、プールで水中でウォーキングトレーニングも並行して行うようにした。そんな折、トライアスロンを知る。さらに、この近くでトライアスロン大会が行われていることを知る。小学生の時知っていたから、いつかやってみたいと思っていたトライアスロン。頭の片隅に残っていたこの言葉。

トライアスロンをやってみるか。そんな思いが突如沸き上がり、挑戦することに決めた。

ちょっと待って。オレ
泳げないんだっけ。

今までスイミングの経験はゼロに等しい。改めて一からトレーニングを始める。市民プールで、指導クラスに入り、半年位でだいぶ形になってきた。コーチにも巡り会った。それでもやはり、最初のうちは、なかなか呼吸ができなくて苦勞した。水泳経験者じゃないから「時々そんな言い訳が頭をよぎったが、そんなこと言ったら何事も始められない。継続あるのみ。1年ぐらい経つと1キロは泳げるようになっていた。できない自分を受け止めながら周りの人に教えてもらう。まさに、習うより慣れる」だ。

しかし、コロナの影響でトライアスロンの大会は2回延期となった。2年半後、ようやく念願のトライアスロン出場となった。

念願の初出場

大会当日の朝を迎える。会場近くの旅館に前泊した。緊張で朝は4時半ぐらいに目が覚め、6時に駐車場移動、7時にはもう現地に到着した。気持ち焦る。自分は、第二グループだ。8時20分過ぎから試し泳が始まった。ウェットスーツを着て恐る恐る、初めて海に入る。海水は塩辛い。「足が着かない不安が恐怖に変わる。プールとは違い足が着かないのは、本当ににんだか心地が悪い。

9時05分によいよ第二グループスタート。自分の場合は、プールでもまっすぐ泳げなかった。それに加えて足が底に着かない。本番の洗礼。恐怖心との戦いだ。海に對する恐怖とまっすぐ泳げない恐怖心。ウェットスーツを着て海の上に浮かんで泳いでるのにもかわらず、この足が着かない恐怖が頭の中にある。しかもコースから左にずれてしまった。1周目になる手前で棄権したほうがいいなあ」と思った。

やばい、もうダメだ



泳ぎが乱れてアップアップしてきた。やばい、溺れる寸前だった。黄色いブイに向かってるつもりなのに逆の方向へ行く。とうとう並行して付き添って来ていたカヌーにしがみついて もうやめます。棄権します」と言ってしまった。自信がないことをやり続けることよりは、手遅れになる前にあきらめることも肝心と。苦渋の決断だった。



黄色いブイを目指したはずが・・・

人生初の挑戦から 得られたもの

正直悔しい。また来年の大会に向けて練習再開した。

それしかないでしょう「1回では、終わらせない。人生初のトライアスロン。見ることもさへも初めてだったので良い経験になった。トライアスリートたちがいろいろの意味で本当に助けてもらった。ほんとこれは財産。経験は財産。棄権は恥かあとも思っていたけれど、周りの人からはよくも挑戦したねと言う称賛の言葉しか聞こえてこなかった。今回のスイムの棄権は、失敗と言うことでよりも経験でありいくつになっても挑戦することの大切さと経験の貴重さを改めて感じた。

経験はチカラ。経験はタカラ。



梅漬けの季節が
やってきました

母、元子が沢山の梅を膝にのせてへたを取っていました。その光景を見て、今年もこの時期がやってきたのか。と思いました。母特製の梅漬けを漬ける季節です。母が40年間欠かさず、ちよとど癌を患ったときから作り続けています。毎年、我が家の庭にある梅の木の梅を漬けています。おとし梅の枝を間引いたので、昨年の梅の収穫は少なかったです。今年は、豊作で10キロ近く取れました。その実のへたを手で丁寧に取り、一個ずつ漬けていきます。ちよとと手間のかかる作業です。この梅漬け、梅干しとは違います。干さずに赤しそと塩と酢でつけていきます。オリジナルレシピです。庭に梅の木を植えてくれたのは父です。漬け始めたころ、母が梅をわざわざ買って来るとを知って植えたそうです。母の姿と共に父の姿も思い出す梅漬けです。

小玉元子の経験が詰まった野草茶『生きる』

北海道伊達の
野草茶

生きる

健康
研究
所
こたま

北海道伊達の
野草茶

お友達や
ご家族と一緒に
いかがですか？



「生きる」開発者
小玉 元子

小玉元子著書「今日を生きる」より

『私一人が健康になってはもったいない。心豊かな人生は、温かい思いやりの心、そして自然の愛によって導かれるのではないのでしょうか。』

今から35年前、大病を克服した私の『生きたい』という強い想いから野草茶『生きる』は誕生しました。

はじめまして。
北海道の北の湘南と呼ばれる
伊達市の「こたま健康研究所」です。
私どもの30年以上ご愛飲頂いている
野草茶「生きる」を知って頂きたくて
はるばるご挨拶にやってきました。

野草茶「生きる」 ご購入方法は2通り

ノンカフェインなので、お子さまからご年配の方まで安心してお飲みいただけます！
おひとつ1ヶ月分くらいの量となっております。
この機会にぜひご利用ください。

ノン
カフェイン

北海道特有の編みウロコ配合

北海道伊達の野草茶
生きる 定期便

(ティーバッグ・30包入)1箱
通常価格 2,916円が
定期便で
2,700円 (税込)

送料
無料

北海道伊達の野草茶
生きる 通常購入

(ティーバッグ・30包入)1箱
通常価格 2,916円が
2,916円 (税込)

送料
別添



「生きる」開発者
小玉 元子

今から35年前、大病を克服した私の『生きたい』という強い想いから野草茶『生きる』は誕生しました。『私一人が健康になってはもったいない。心豊かな人生は、温かい思いやりの心、そして自然の愛によって導かれるのではないのでしょうか。』
小玉元子著書「今日を生きる」より

ありがとう キャンペーン

ご注文時に
「おげんき通信見ました」で
野草茶「生きる」

100円OFF

2022年9月30日まで

店主のブログ
でおなじみ
うま娘ちゃん



(有)小玉観光商事

〒052-0004 北海道伊達市萩原町1 0 7 - 4

TEL 0142-23-4661 / FAX 0142-25-6448



ブログも見てね！