

▶4時限目  
「2つの世界」

# 大人だけど、 学生生活

1月いっぱいまで今年度の学校の授業が終わり、春休みに入った。学校に入学する前は、4年間は長いなあと思っていたが、過ぎてしまえばあっという間で、学生生活も残り2年となった。この2年間の学生生活の中で得たものとはとても多く、残りの2年間で継続して学んでいきたいものも見付かった。今は、本当に学校で勉強できて良かったと感じている。

2月3月と、学校は長い春休みになる。仕事終わりに学校に行くことがなくなり、ほっとしている反面、学校に行くことが私にとって良い気分転換になっていたことが今さらながら良く分かった。学校の友人が「(自分の)世界が一つしかない」と話していたことを思い出す。この友人は、学校に入学する前は、仕事終わりに毎日ジムに通っていたそうだ。私自身も以前は、仕事終わりに書道を習っていたりと、仕事以外で気分転換をする場所を持っていた。確かに、職場以外に良い気分転換ができる場所を持つのは、大切なこと

だと思っ

職場または学校と、一つの世界だけに自分の気持ちがとらわれてしまうと、その場所であまりいなくなると、気持ちの逃げ場がなくなってしまう。しかし、趣味や習い事など、職場や学校とは別の環境に自分の身を置くことで、今までストレスと感じていたことを違う角度から見ることができるようになるのではないだろうか。別の世界を持つことで、一方的な見方や一つの考えに縛られることなく、物事を柔軟に考えられるようになるはずである。ストレスを多く抱えている人は、もう一つの世界を持つことは、良い気分転換になるだろう。

私自身も、学校が休みに入ったので、職場とは別のもう一つの世界を見つけようと思う。休みに入る前は、あれもこれもとしてみたいことが多くあったのだが、いざ休みに入ると行動力が伴わない。一つとして実行できたものはない。

先日、友人から「次の東京マラソンと一緒に申込みをしよう!」と誘われた。突然すぎてビックリしたけれども、思い切って未知の世界に飛び込むのもおもしろいかもしれない。急にマラソンは無理だが、ウォーキングぐらいなら始められそう。今日から早速家の周りを散歩することから始めよう。きっと良い気分転換になるはずだ。

文=藤果  
とうか●1978年群馬生まれ。現在、派遣社員として事務の仕事をしている。ながら、夕方から大学に通っている。最近、体の中に糖分が定まらないような気がして、ケーキやシュークリームを食べる日々を満喫中。二重あごになる日もかなり近いので、2月3月分は、周りの人を巻き込んで、張り切って運動をしようと思う。

▼旅行日記



## その六 完走!! ホノルルマラソン

2009年12月12日、私は人生初のフルマラソンを走るためホノルルへ旅立ちました!

実は11月初旬に行われた群馬県民マラソン(20キロ)に参加してから足がおかしくなり、ホノルルマラソンはぶつづけ本番。「どうにかなるよね」と、同行者とウキウキしながらハワイへ到着。結論からいいますと「完走」できました!ですが、事前準備というものを怠っているのが不安でいっぱい。この時期、各国からランナーがホノルルに集まるので、街ではジョギングを楽しんでいる姿が見受けられます。

前日は不安を抱えながら、しっかりジョギングして早めに就寝。朝3時集合なので、2時半起きです。スタートは朝5時。火花がバンバンと打ち上がるなか走り始めます。最初の10キロは楽しくホノルルの街並みを楽しみながら走るのですが、ダイヤモンドヘッド周辺になると上り坂が本当にキツイ。景色を楽しむ余裕もなくひた

文=四方美人  
しほうびじん●趣味は旅行。国内外問わずどこでもOK。夢は四国お遍路とビジネスクラスで世界一周。20代はハードな日程も気合と体力でカバーしていたが、30代に入り心と体が思うようについていけず「余裕のある旅、大人な旅」にシフト中。仕事は美容業界で広報を担当。地元群馬に綺麗と健康をお届けします。

すら足を前に出すことだけを考えます。「つらい、苦しい」という感情で走りますが、ホノルル全体がマラソンを応援する体制になっているので、現地住民の応援や旅行者が「ガンバレ!」という声をかけてくれました。その声に励まされながら、なんとか走りきることが出来ました。最後の2キロは精神力のみ。ヘトヘトになってゴールしたタイムは6時間57分。走りきった身体は本当に動きません。

翌日は、街全体が「イテテテ」といいながら歩いている人ではないになるので、自然と「ホノルル走りました!?!」という会話が生まれます。環境の良さもあって雰囲気でも走ることができました。人生に一度はぜひ走ってみてください! マラソンを通して沢山のひと共有できる感動は素敵です。写真はワイキキビーチ。



## 完全オリジナルデザイン 似顔絵名刺

http://www.kaientai.com  
海運会社 土佐海運  
代表取締役 坂本 龍馬  
〒787-4303 高知縣土佐清水市藤本町186-7  
電話 0900-00-0000 FAX 0900-00-0000  
携帯 090-0000-0000 mail ryouma@kaientai.com

様々な場面で活躍する名刺は、あなたの分身です。こだわり抜いたインパクトのある名刺で、大切な出会いを演出しましょう。  
○完全オーダーメイド似顔絵名刺(修正無制限)  
(イラスト制作、名刺デザイン、片面カラー、100枚印刷)  
コミコミ価格 ¥15,800(税別)  
お申し込み・お問い合わせは以下のメールアドレスまで  
**nao@zero-top.com**  
オリジナル似顔絵名刺&折り名刺デザイン  
**ゼロトップ デザイン ワークス**  
〒373-0013 群馬県太田市市場町457-3  
TEL.050-7525-6023  
web:http://www.zero-top.com

▼エッセイ

## 屍男の これだけは言わせて

第一回 日本競馬にも申す

はじめまして。今回から執筆させて頂く事になった屍男(ししかばねおとこ)です。かなり駄文だとは思いますがお付き合いの程よろしく願います。

今回もの申す相手は日本競馬即ちJRAです。はじめからもの申します。最近の競馬はつまらないです。馬券を買う気も失せます。(決して日の丸親方に喧嘩を売っているわけではありませんのであしからず:権威、権力にはとことん弱いから屍男なんです:)

これは屍男だけが思っていることではないはず。昔の面白い競馬はいずこへ...と胸が張り裂けそうです。当時、中学生、高校生だった屍男は馬券を買えないにも関わらず日曜午後3時には必ずフジテレビを見ていました。私は競馬にハマり続けました。

「当時の思いよ、もう一度」と願い、屍男は考えました。どうすれば当時の面白い競馬を取り戻せるのかと。屍男はついにその悪しき原因を見つけました。それは競馬番

組にあると:

屍男がハマっていた当時の競馬番組は実力のあるアナウンサーが司会を勤めており、それは女人競馬ファンを対象にした素晴らしい競馬番組でした。現在は可愛いアイドルの女の子が司会を勤めており、初心者に競馬をわかりやすく説明する、新規競馬ファンを獲得するといったバラエティの趣旨で作られています。正直、アイドルの予想なんか聞いても何の役にもたちません。女人競馬ファンを無視した番組構成です。屍男は思います。新規ファンを取り込む前に既存のファンを大切にすることが新規ファン獲得につながる。競馬番組は競馬の顔です。中央の競馬場がない群馬はテレビを通して見るしかないんです。女人は真の競馬番組が見たいんです。そこで屍男は番組宛に苦情の投書することを決意しました。あ、もの申す相手はJRAじゃなくフジテレビでした。どうもお騒がせして申し訳ありません。だから屍男なんです:)

文=屍男  
ししかばねおとこ●1982年生まれ。大阪でサラリーマンをした後、群馬に帰郷。現在は自営業の店主として毎日過ごす。昨年末、互いの傷の舐め合うチーム屍(現会員4名)を結成し、不定期に活動中。