

一年間のおつきあい2回以上の
「トリピーター」様向け新聞です
トリピーター候補の方にも
様々な関係先の方にも
お届けしております

ジョグトリ新聞

発行責任者
(社)ジョグトリップ
理事長 網本裕之

移動手段はいろいろあれど

乗り物が進歩するたび心身が退化するんです

以前自転車を買った話をしました。その後原付バイク「あかたま号」を買いました。で、今どうなっているかというと、自転車は倉庫の奥で密やかに眠っております。(佐世保市内のショップで)自転車を買った際「平戸からです」と言うと、店主さん「平戸ですかあ。坂が多くてキツイですよ」とおっしゃいました。いやいや日頃ジョギングで足を鍛えてますからあとと思ひ、ますます足腰を鍛えるぜえ!と密かな決意を胸にいだいてたんですが、ツライのが苦手という自分の性格を忘れていまし

た。買ってしばらくは自転車です。そのうち足が遠のいてきまして、いよいよ「あかたま号」がやってくる。と貴重な足腰鍛錬の機会が遙か遠くに行ってしまうました。

だんだん暖かくなってきたので、そろそろタイヤに空気を入れて街に山に川に海に繰り出そうぜ!って、か細い決意をいだこうかなあ。いだかにやいかなバイ。と思っております。

というわけで、現在の我が家の移動手段はメイン…ジョグトリカー(軽の箱バン)、サブ…あかたま号(原付バイク)、スーパーサブ…ちゃりんこ(自転車)というラインナップです。

と書いたところで、大切なものを忘れていました。そう、自分の足なのです。走るには遅い足ですが、移動手段としては意外と優秀。

特に、古地図の道を行くときには「自分の足」に限ります。石段もスイスイ、草藪竹藪もグイグイ、行きつ戻りつも自在、立ち止まってもあまり邪魔になりません。

ということ、自転車とバイクを通して自分の足の大切さを実感

しましたというお話。でいいのかなあ。追記

自転車トピックというところで、度島ランチヤリジョグトリップもよろしくね!

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

何年も前から、のぼり旗やパラソルを立てるプラスチック製の土台(水を入れて使う)が倉庫の奥に眠ってました。大きなダンボール箱に5個も積み重ねて。ジョグトリップに使うつもりだったんですけど、車に積むとすぐく場所を取るし、結局役に立てられなかつたんですよ。で、5個全部引っ張り出しまして、同じくなかなか使う機会が少ないパラソル(こちらも都合よく5本でした!)を立てて、庭のベンチイス周りに配置しました。

いぶすき菜の花マラソンの反省

皆さんはどんなジョギングシューズ履いてます? 私はいつも3千円台という安物のミズノ製シューズをアマゾンで買ってます。同時に三足買って回

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

追記

自転車トピックというところで、度島ランチヤリジョグトリップもよろしくね!

何年も前から、のぼり旗やパラソルを立てるプラスチック製の土台(水を入れて使う)が倉庫の奥に眠ってました。大きなダンボール箱に5個も積み重ねて。ジョグトリップに使うつもりだったんですけど、車に積むとすぐく場所を取るし、結局役に立てられなかつたんですよ。で、5個全部引っ張り出しまして、同じくなかなか使う機会が少

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

何年も前から、のぼり旗やパラソルを立てるプラスチック製の土台(水を入れて使う)が倉庫の奥に眠ってました。大きなダンボール箱に5個も積み重ねて。ジョグトリップに使うつもりだったんですけど、車に積むとすぐく場所を取るし、結局役に立てられなかつたんですよ。で、5個全部引っ張り出しまして、同じくなかなか使う機会が少

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

何年も前から、のぼり旗やパラソルを立てるプラスチック製の土台(水を入れて使う)が倉庫の奥に眠ってました。大きなダンボール箱に5個も積み重ねて。ジョグトリップに使うつもりだったんですけど、車に積むとすぐく場所を取るし、結局役に立てられなかつたんですよ。で、5個全部引っ張り出しまして、同じくなかなか使う機会が少

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

何年も前から、のぼり旗やパラソルを立てるプラスチック製の土台(水を入れて使う)が倉庫の奥に眠ってました。大きなダンボール箱に5個も積み重ねて。ジョグトリップに使うつもりだったんですけど、車に積むとすぐく場所を取るし、結局役に立てられなかつたんですよ。で、5個全部引っ張り出しまして、同じくなかなか使う機会が少

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

白いスポンジ丸出し履きしてると、どうしても靴底は擦れてきます。特に私の場合、左足の内側かかと部分だけ先にすり減ってました。最近になって足のつき方を工夫して改善できてきたんですが、今手持ちのシューズは片擦りの痕跡が色濃く残っておりまして内側かかと部分ももう白いスポンジが全面露出してます。まあいいやと思つていたんですが、先日いぶすき菜の花マラソンに参加した際、前を走

何年も前から、のぼり旗やパラソルを立てるプラスチック製の土台(水を入れて使う)が倉庫の奥に眠ってました。大きなダンボール箱に5個も積み重ねて。ジョグトリップに使うつもりだったんですけど、車に積むとすぐく場所を取るし、結局役に立てられなかつたんですよ。で、5個全部引っ張り出しまして、同じくなかなか使う機会が少