

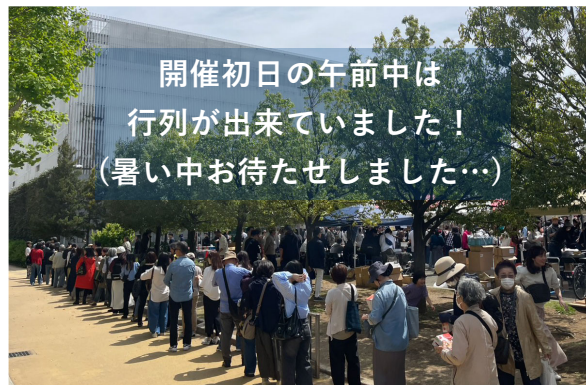


“気分よく”老いていきたい



Written by Design Dept. Takashi Aoki

まず初めに、先週末の土日に錦糸町公園で開催された「春期すみだガラス市」へ足を運んでくださった皆様、ありがとうございました。例年、春開催は必ず雨が降るというジンクスがありましたが、今年は両日快晴の後、持ち込み商品も完売となりました(嬉しい!)次回のガラス市は10月開催(予定)ですので今回ご来場頂いた方も、まだ現地へ行ったことが無いよーという方も、ぜひぜひご検討ください!次回も晴れると良いですね!



どうも、近頃ライブチケット抽選争奪戦に連敗中の人こと、製作担当の青木です。己の運が足りないのか、それとも徳が足りていないのか…。直近の5月予定ライブでは「完全見切れ席」なるものに当選。有識者(友人)に聞いても前例が無い名称らしく、こちらは次回ニュース担当が回ってきた際に、体験レポートとして記事を書いてみたいと思う次第です。

さて本題。最近、週に2日ほどランニングをし始めました。継続的な運動は大学生振りとなり、昨年9月のスタート期は1~2km走るだけでもゼエゼエ、筋肉痛が翌々日まで続くなど、割と惨憺たる実情でしたが、最近では5km弱の走行も安定してきました。今年の軽い目標として、休日は10kmまで安定して走りたいなぁと考えています。この行為自体が齡30を過ぎた事による何らかの焦りから来るものなのか、はまだ不明ですがレターを書いている時点ではそこまで無理なく継続できているで、「ケセラセラ」の精神で臨んでいく予定です(続いてくれ~~~~~)

その他、昨年末から腰のじんわりとした痛みが取れず、月イチで整体に通うようになったのですが、初回施術の開口一番「青木さんの身体、結構終わってますね」と、先生からお褒めの言葉(?)を貰いました。もうここから伸びしろしかないですよ!って言ってくれたんだと思います。きっと、そう。確かに、これといった身体のメンテナンスを社会人になって以降せず、1日中座りきりの体勢だと、知らない内にありとあらゆる箇所が凝り固まるのだなぁと全部位の施術に痛みを感じつつ、数十年の怠慢を少々反省しました。油を注していないブリキらしいですからね、私の身体(先生評)。かれこれ半年施術を受けつつ、運動などの己が管理する部分と、人の手を借りる部分はしっかり頼りつつ、緩やかな「老い」となるよう調整を続けていきたいと思う今日この頃です。



※先生、怖い感じにしちゃってすみません