

マラソンレポート&院内ご報告

1. マラソン大会に挑戦!

2014年 6月1日(日)・・・柴又 100k

江戸川河川敷で行われたウルトラマラソンに、ぶんと院長が初挑戦!

「ウルトラマラソン」とは、100kmの超長距離を一定制限時間内に走り切る耐久レースのこと。

当然のことながら、ランナーには肉体-精神-感情の卓越したバランスが要求される。

だが残念なことに、院長の肉体は最悪のコンディションに。

昨冬からの度重なるレースと過度な練習により、左脚全体が悲鳴を上げ、強い痛みとシビレを発症。普通に歩くことさえままならなくなっていました。

本番に向けスタッフ総出で治療を行いました。回復の兆しはなく起床時の激痛発作が目覚まし時計の代わりになる日々が続きました。

何とか迎えた本番当日。

運の悪い時には、さらに運の悪いことが重なるもの。

この日の最高気温はなんと 34℃。6月としては異例の猛暑。

“そんな時、いきなり奇跡が・・・!!!” 起こるはずもなく、暑さと痛みを必死に耐え続ける果てしない道程。

走れば走るほど、痛みは酷くなる。そして追い打ちをかけるように気温もグングンと上昇。

もはやレースではない、ただの拷問。なぜそこまでして院長は走るのか…。



だけどね。オレは本番を欠場しようとはこれっぽっちも思わなかったよ。

脚がぶっ取れても走ってやろうと決めていた。

「逃げない。必ずスタートラインに立つ。」

「絶対に走る。オレは 100km 走るためにトレーニングしてきたのだから。」

あの時自分を支えていたのは“矜持”だけだったんだろう。

結局、試練や困難は自分を磨く砥ぎ石だと思う。

結果はどうであれ、一所懸命最善を尽くすことが大事なんだ。

ぶんと院長『天下盗りブログ』より抜粋



62 キロ地点。そこがその日の院長の限界。

ウルトラマラソン初挑戦の旅はそこで終了しました。

“次回はコンディションを整えて必ず完走してみせる!” (ぶんと院長談)

早くも来年のリベンジを誓うぶんと院長でした。

2014年 6月1日(日)・・・六無月東京喜多マラソン

院長がウルトラマラソンに挑戦した同日、高嶋先生と姫野先生も荒川河川敷で開催されたフルマラソン(42.195キロ)に挑戦しました！

スタート直後から30℃近い酷暑。ただ暑い！ひたすら暑い！！二人ともあまりの暑さに、何度も“リタイア”の4文字が頭をよぎる。各々が「自分だけがリタイアするわけにはいかない…」というソフィアスピリットを胸に抱き、炎天下の中ゴールを目指しました。

結果…熱中症と戦いながらフラフラの状態でもゴール！

こちらも過酷なレースでした。よく二人とも無事に完走出来たものです。

“やっぱりマラソンは寒くても冬の方がいい” (高嶋先生談)



2. 夏休みのお知らせ (8月22日~24日)

暑さ厳しい折、いかがお過ごしでしょうか？冷夏になるとの予報を覆し、例年以上に暑い日が続いております。皆様、どうぞご自愛ください。

さて、ソフィア整骨院では8月下旬に夏休みをいただきます。(8月22、23、24日)

皆様には大変ご迷惑をおかけいたします。お間違えのないよう、よろしくお願いいたします。

3. 究極のラーメン探索隊隊長・高嶋つよし先生のラーメン発見伝～東高円寺編～



ラーメン道を極めた高嶋が、東高円寺周辺のお気に入りのラーメン店をご紹介します。今回ご紹介するのは『中華蕎麦蘭鑄』 東高円寺駅から徒歩15分。環七沿いにある煮干しラーメン専門店。メニューは煮干しラーメンのみ。スープは脂っぽくなく、かなりあっさり。しかしながら、口に入れた瞬間、超濃厚な煮干しの風味が一気に広がる！歯ごたえのあるストレート麺との相性も◎、ローストポーク風のチャーシューも最高に美味しい。煮干し系ラーメンが好きな方にはお勧めの一品です。

スープ★★★★★ チャーシュー★★★★★ 中毒性★★★★★

★大切な人だけ紹介プロジェクト★あなたにとって大切な人だけを紹介して下さい！！

ソフィア整骨院のことは、あなたにとって大切な人にだけ紹介してください。

学生で挨拶のできない子、あなたにとって好ましくない人には紹介しないで下さい。

きっと当院にとっても大切な人にはならないから・・・。

「夜ぐっすり眠れるようになりました」…Mさん談 「もういくら走っても痛くありません」…Fさん談

随時 ▶ 天下盗り日記(院長ブログ) http://blog.livedoor.jp/sophia_bone_setters/

更新中！▶ 僕たち愉快的な治療家集団(スタッフブログ) <http://ameblo.jp/sophia-bone-setters/>

休診 木曜日午後／日曜日

(祝日は13時まで受付しています)

電話 03-3314-1276