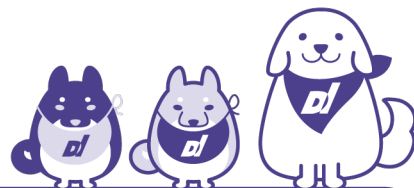




すずき りゅうそう

鈴木 隆三

担当 経理課 お客様係



明けましておめでとうございます。本年も宜しくお願い致します。毎年のごことですが、年末年始は実家で過ごしております。年始は、子供の頃からの恒例で、日光東照宮に初詣に行き祈禱してもらっています。初詣とあって普段の数倍の人出でにぎわい、祈禱していただくまでの間は、寒さとの戦いですが、無事終わると何となく今年1年が安心して迎えられる気持ちになるので不思議な感じです。

さて、今回のお題『今年のご目標』ですが、慢性的な運動不足の解消です。現在の職務柄、1日中デスクワークの日がほとんどで、1日の歩数も2,000歩前後、また移動手段もどこに行くのでも自動車、ドア to ドアの生活です。成人してから運動する事は、一切ありませんでした。体を動かす事を意識しないと、なにもしないと思い、年末に自転車を買いました。久しぶりに乗った自転車はとても気持ちよく、普段と違った景色でした。日頃の生活の中で、今後は楽しく体を動かして少しでも運動不足を解消していきたいと思います。

まだまだ、寒さが続きますので、皆様も体調にはお気をつけください。