

平成28年11月30日

各位

株式会社 徳  
ノリックス株式会社・有限会社和公  
代表取締役 鷺岡和徳

前略、今月も業務に専心いただきありがとうございます。

私どもの会社の中には「マラソン同好会」がありそれぞれのメンバーが忙しい中で活動をされています。この11月には向山執行役員と新子主任が神戸マラソンに出場して両名とも立派な成績で完走されました。ご存知の通りマラソンは42.195k（JRの大阪-京都間の距離とほぼ同じ）を制限時間の中で自分と向き合って走る競技です。私は6年前からマラソンを始め、海外含めいろいろな大会に出場しました。練習は月間300kmを走り自己記録を伸ばすことを第一義の目標にして頑張っていました。最近足は痛めて走っていませんがこの6年間でマラソンから様々なことを学びました。始めた頃は早朝ランニングのために5時に起床するのを習慣にしました。前日のトレーニングで足が痛い時は起きるのも大変で雨降りや極寒のときに外に出て走り出すのは勇気がいります。何度もくじけそうになりました。このようにたくさんのエネルギーと時間を使い日常を変化させることは大変でした。しかしその変化が重要で、それが大きければ大きいほど得るものも大きいことも実感しました。そしてマラソンは当日走るまで天気や自分の身体のコンドィションなど不測の事態に大きく左右され、どんな結果になるかはわからないことが多く、辛い練習を重ねて結果が出なかったときはやはり落ち込みます。しかしその結果から原因を探求して次回の対策を練り直し計画することが大切です。練習方法を含めたコండిション作りが間違っていたのか、ペース配分が悪かったのか、そもそも目標設定が間違っていたのかなどあらゆる原因を探求します。また、どんなマラソンも最初の数キロで勝負は決まりません。むしろそこからどうレースを進めるかが勝敗を分けるのです。やみくもに全力疾走せず、最初の数キロで身体を慣らしてどのようなレースをするのかを走りながら計画して自分のペースを保つことが重要です。毎回途中で足が痛くて走れなくなりそうになります。頭の中で「ここまで走ったからあきらめよう」「周りも歩いているし無理は禁物」という悪魔の声が聞こえてきます。その声に従って止まるとゴールはかなり遠くなります。止まれば足の痛みはあっという間に増えます。我慢し続けてゆっくりでも走り続ければ必ずゴールが見えてきます。ゴールすれば何物にも代え難い達成感と充実感と幸福感が待っています。つくづくマラソンは人生と同じだなと思う瞬間です。

\* 追伸 弊社各店舗における友人家族との食事会、おせち料理などスタッフの皆様に積極的に利用いただきますようお願い致します。各種従業員割引がありますので詳細は社内新聞にて確認ください。

**「私たちはお客様のために常に新しいことに挑戦し、食生活に新たな価値を創造しつづけます。」**

すべては自分のために。

すべてはお客様のために。

すべては会社のために。

すべては社会のために。

来月も一緒に頑張りましょう。

草々