

まつくり院長通信

5月からまつくりは**土曜日の午後も診療**しています！
土曜日の午後も脳ドック受付開始中！

今週の花・言・葉

✿ ムシカリ (枝)

以心伝心

✿ ポンポン菊三種

私を信じて

✿ テマリソウ

長く続く愛情

✿ 赤ドラセナ

幸福



松田院長からあなたへ 耳より情報！！

◆赤城トレイルラン 31 キロ 走破！

5月18日に第8回、赤城トレイルラン31キロを完走してきました！この大会は総登高1,420Mの赤城山を走るレースです。昨年は厳しいコースに脚はもつれへ口へ口になり、やっとのゴールでした。もうこんなツライレースには参加しないと決めたはずなのに、今年も参加。どうしてでしょうか？

◆忘れていたものを取り戻す！

昨年は転倒したことで恐怖感を感じて、レースに向かう強い気持ちを失っていました。特に後半は心が折れかけてしまい、全力を尽くせなかった自分に気づきました。このままでは悔いが残ります。全力を尽くすという気持ちを取り戻すために今年は参加しました！

◆1年前の自分よりも成長

今年もやはり転倒しましたが（苦笑）、それでも気持ちは前向きで最後まで全力を振り絞って走りました。結果は昨年より26分早いタイムでゴールできました。タイムは平凡ですが、昨年の自分を越えたことに大きな喜びと充実感を覚えました。

★院長よりメッセージ

歳を重ねれば気力、体力は落ちていきます。それでも1年前より今年、昨日より今日と何かしら少しでも成長し続けていきたいと思えます！ガンバルッス！