

—編集後記—

私は5年程前からランニングを始めた。走るのは得意でなく、中学時代の同級生に誘われ無理やりにと
いう感じだ。そのような中、モチベーション維持のため年に数回、マラソン大会に出るのだが、大会前は
体重を非常に気にする生活になる。大会で速く走ることを目指しているわけではないが（そもそも速く走
れない）お菓子を断ち、宴会の翌日はひたすら走って体重を落とす。そのような生活をしていると、大会
が一段落するこの時期は何も考えずに食べられ、小さな、本当に小さな幸せを感じる。

気持ちが荒んでいると小さい幸せを見落とし、さらに荒むという負のスパイラルに陥るらしい。

人は幸せになると前向きになれる。小さな幸せは気持ちの持ちようという部分もあるので、日々の生活
で見つけられるよう努めたいものだ。

ちなみに今この文章を書いている時、ボン酢しょうゆが頭に浮かんでいる。10年ほど前にリメイクも
されたが、私の中では昭和の話だ。

(うし)

埼玉放射線 第252号

印刷	平成30年5月22日
発行日	平成30年5月28日
発行所	〒331-0812 さいたま市北区宮原町2-51-39 公益社団法人埼玉県診療放射線技師会 Eメールアドレス sart@beige.ocn.ne.jp
発行人	公益社団法人埼玉県診療放射線技師会 会長 田中 宏 編集代表 八木沢 英樹
編集委員	清水 邦昭 大友 哲也 吉田 敦 宮崎 雄二 豊留 章裕 潮田 陽一 渡部 伸樹 堀越 隆之 肥沼 武司
表紙デザイン	肥沼 武司
印刷	〒338-0007 さいたま市中央区円阿弥5-8-36 望月印刷株式会社 電話 048-840-2111

事務所

〒331-0812
さいたま市北区宮原町2丁目51番39
公益社団法人埼玉県診療放射線技師会
電話 048-664-2728 FAX 048-664-2733
Eメールアドレス sart@beige.ocn.ne.jp

事務局長 渡辺 弘
事務員 植松 敏江
勤務時間 9:00~12:00
13:00~15:00