

MY 新聞

発行所
仲間新聞社
伊東市内

11月 吉日
第22号

大井川マラソンで潰れてきました！



私自身のフルマラソン 歴代最低記録を作ってきました♪

★愛犬欄



やっちゃいました。20kmまでは、まあまあペースだったのですが、その後が少し調子悪かったのと、33km地点で大エイドステーション(給食場)で協賛に来てた「ユキクラメン」と「ヌテーキ」と「バナナ」2本食べました。と、そこからが、食べすぎのせいか残り9kmが生き地獄のような苦しさと、お腹の痛さが襲ってきました。最低記録を作ってしまった。教訓！ マラソン最中、食べ過ぎに注意！



合同青年部チーム



伊東温泉綱引き合戦に出場しました

優勝賞金110万円、結果5位で、商品券1万円いただきました。私たちのチームは、沼津、熱海、下田、東伊豆、伊東と5つの商工会議所青年部員55人の合同チームで出場しました。試合には負けましたが和気藹々とした楽しい綱引きを味わうことができました。

(有)土屋装飾 土屋順史
伊東市 松原本町 13-6
TEL: 0557-37-3455
携帯: 090-7317-1961
◆住宅リフォームとイベントの専門店をやっています。◆

★マラソン記★

やああ 先日の大井川のフルマラソンはひどい有様でした、、、富士山マラソンではリベンジで、楽しみながら走って来ます。

・10月27日
大井川マラソン
(42.195kmマラソン)
目標: 3時間40分
結果: 4時間34分

・11月24日
富士山マラソン
(42.195kmマラソン)
目標: 3時間35分
修正 ↓
目標: 4時間15分

・1月19日
オレンジビーチマラソン
(5 kmマラソン)
目標: 21分

・3月2日
静岡マラソン
(42.195kmマラソン)
目標: 4時間

・4月21日
チャレンジ富士五湖
(100 kmマラソン)
目標: 13時間

2件目も商工会議所青年部の仲間とトスカナに行ってきました、下の写真にあるようにビールに、肉の入ったプレートが付いてきました、みんなご機嫌でした(^_-)☆



1件目は、「ソウルフル バー フリークス」に行きました。1ドリンクに、手土産菓子いただきました

今回もたくさん行って来ましたよ、やっぱり自分の町のバルは気兼ねなしでも楽しいですね、

第三回湯のまちバルに行ってきました。



三件目は、NANKURU(なんくる食堂)に行ってきました♪写真にあるのは、生ハムとサーモンとビールで、この時すでに酔ってました



まだまだ 湯のまちバルありますよ

3件のほかにも个和菓子にし村さんで日本酒飲んだり、
↓錦也さんでカラオケしたり 遊んできました。



こちらは カフェタチスイーツさんで、私が食べたのは、名を忘れてしまいましたが、「つみれの豆乳スープ膳」のような献立でした。さらに1ドリンクと焼き菓子が付いていました。ホント今回のバルは食べ過ぎました。

これはヤマモトコーヒーさんの「しょうゆカルボナーラ」です、バルチケット1枚で、これとサラダに1ドリンクとっても贅沢でした



バルは家族でも行ってきました

★ちょっと自慢写真欄★



先日、釣り船に乗って「うずわ」「かわり」「まあじ」「まさば」などなど 逃がすくらい吊ってきました♪これからの時期は、魚の美味しい季節ですね(^o^)



よ、位も勢て目場写真ならすが、たのこ、う
、くら全いしまつ前真のなはの、の愛
、後全れでまむのなはの、の愛
、後全れでまむのなはの、の愛
、後全れでまむのなはの、の愛

わんこ運動会に行ってきました♪