

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て、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
優勝賞金110万円
綱引きで結果5位で、商品券1万円いた
だきました。私
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
まして、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♪

伊東温泉綱引き合戦に出場しました

(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きまあす。

・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
(5km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
(100km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きましたよ、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
、後全れでしまつ前真のなはの、の愛
、後全れでしまつ前真のなはの、の愛
、後全れでしまつ前真のなはの、の愛

わんこ運動会に行ってきました♪