



新連載 ちょっと変わった税理士シリーズ

春は 体を鍛えたいくなる

ついつい買っちゃいませんか、あれを

(その1) 冷やかされたくなく、自慢したいあなたへ



春は、運動をしても気持ちが良い時期ですね。

早起きのロダン君は、朝はテレビショップの運動器具に目が止まります。今一番見ていたのは、「ワンダーコアスマート」そう、ただ後ろに体をそらすだけで腹筋を鍛えるという器具です。

あるとき、関与先にいたら、関与先に仕事を出している会社の人がセールスに来られました。「取次ぎセールス」です。

商品を見たらびっくり、「ワンダーコアスマート」が書いてありました。値段もテレビ価格です。

事務所に届くと、「どうせ続かない・・・」と言われるから、ナイショで購入して、効果があったら「実は・・・」と自慢できるし、即決で買うことを決断、数日後現品が届きました。

話は少し変わりますが、ロダン君はしばらく月数回上越市に通うことになりました。今年の妙高山は大雪で、連休が明けても、赤倉から関燕方面には通行止め。そこで、赤倉区域で車を走らせていると、「赤倉温泉足湯公園」を見つけました。足湯の効能を温泉ソムリエが紹介している看板を見つけました。

運動の前に足湯をすべし

意味は、運動前の足湯は疲労が残らないそうです。

「血液のポンプ役である、ふくらはぎに効果があるのでは」

とかってな解釈をして、足湯をしてきました。

（その2）ワンダーコアは、単純な運動器具ではなかった。

ワンダーコアスマート初日、お風呂にお湯を少し溜めて、足湯をしました。
これで万全、ガイドビデオをスタートしたら……。 「全然違う」
何が違うのか？？？ 実は、体を倒す(そらす)だけでは有りませんでした。

ガイドビデオ10分のうち、そらすのは1コース。
他のコースには、二の腕鍛錬、腕立て伏せ、ブリッジなどなど。
10分で汗を書くことができました。

何十年ぶりの「腕立て伏せ」でしたが、この器具を使うと、いきなり
十回くらいすることができました。

なお、朝からのエクササイズですが、疲れがたまりませんでした。
これは、足湯のおかげではと勝手に解釈しております。

事務所には、密に行なっているワンダーコアスマートのエクササイズ
ですが、ここで公表してしまいました。

「いつまで続くやら」

事務所のスタッフに言われる前に、まず効果が出て欲しいと願う
毎年の春エクササイズ行事です。

まだ、やりはじめて2日目での投稿です。
3日目から筋肉痛が始まるのが、悲しい50才台です。



万代つばさグループ代表
発行者 八百板 誠

(税理士法人 万代つばさ 代表社員税理士)
(八百板誠行政書士事務所)

事 務 所 : 新潟市中央区下大川前通7ノ町2230番地 (8階建の1階奥です)

025(228)4697

編集者より 記事は独自の調査分析により書き上げております。

明示、黙示にかかわらず、発行者（当事務所）がこれを保証するものではありません。