

■肩の調子

昼もまた食べ過ぎてしまった。

兄が帰ってきて、昼を食べに行った。

また、ソースカツ丼を食べてしまった。

カツ丼率が高すぎる。

店によって味が違うので、食べてみたくなるのだ。

午後は、自転車に乗ろうと思って、町に出た。

土地柄、坂が多いので、足にくる。

体力が落ちているのが明らかに分かった。

自転車が良いので、少しの下り坂だと、少し漕げばスイスイ進む。

30分くらいを走りました。

しかし風がとても強かった。

橋の上を通った時は、飛ばされそうになった。

その後、球を投げたくなった。

先々週に、大阪で友に肩を観てもらってから、少し調子が良くなっているのだ。

高校時代は、ソフトボール投げで85mを投げた肩。

5年前くらいに肩を痛めて、それから思いっきり球を投げれなくなっていた。

壁に向かって、球を投げた。

調子が良い。

完全では無いが、以前の違和感がなくなっている。

このままいけば、肩の復活があるかもしれない。