北風の中に（弁護士 伊藤 明生）

ジョギング続けています。１１月には２１日続けて毎朝走ることができました。以前は歩くような速さだったので、スマホの歩数計は大半がウォーキングのマークになっていました。しかし、最近頑張って調子の良い時にちょっと速めに走るようにしたら、半分以上がランニングのマークになりました。左足が弱いので、できるだけ右足に体重をかけて走ってます。左足に重心をかけると不安定になるのです。また、走っている時、朝ドラの影響で戦後の昔の歌を口ずさんでいます。リンゴの唄（並木路子）とか寒い朝（吉永小百合）、下町の太陽（倍賞千恵子）とか。

♪北風吹き抜く 寒い朝も
野越え山越え 来る来る朝は
いじけていないで 手に手を取って
望みに胸を 元気に張って
ああ 北風の中に 呼ぼうよ春を

自分に言い聞かせるように口ずさんでいます。メロディーも哀愁を帯びていて、心を震わせますが、歌詞も心を奮い立たせられます。寒くなってきて、コロナの感染者数が増えていますが、負けないように頑張りたいです。

弁護士 伊藤 明生

（事務所ニュース・2021新年号掲載）