

## 勤続\*\*十年分のリラックス (永年勤続による欧州山岳旅行)

ZOFFY が、勤続ウン十年の休みを利用して、スイス・フランスの山歩きを楽しんだことを以前の勤務先社内報の記事にしたことがあります。

タイトルは「勤続\*\*十年分のリラックス」です。この記事は「サイエンスを楽しむ仲間の部屋」に投稿します。下の写真は、旅行中に登ったブライトホルン(標高 4159m)です。



以下はその記事です。

\*\*\*\*\*

### 「勤続\*\*十年分のリラックス」

Relax を辞書で引くと「くつろぐ」「ゆるむ」とあります。「最近、運動不足でお腹が Relax してきたかな？」などと思いますが、それでは言葉の使い方が間違っている様です。これに対し反語は Strain「緊張」です。緊張を強いられる現実の中で如何に「くつろぐ」かは、自己管理のスキルではないかと思います。

自分の Relax 法は小さな冒険です。環境を変えることで気持ちを切り替えます。実践している事は、うまい酒・うまいものの探し、温泉巡り、自転車、旅行、などなど・・・ここでは昨年のリフレッシュ休暇を利用した憧れのスイス旅行で勤続\*\*十年分のリラックスを楽しんでいましたので、その一部を紹介します。

旅程はドイツのミュンヘンを基点とし、フランスのグルノーブル、シャモニー、スイスのツェルマットを訪れ、ミュンヘン帰着です。当初は一人旅の予定だったのですがドイツ現地法人の友人 G が付き合ってくれ、途中ではフランス現地法人の友人 J が住んでいるグルノーブルに立ち寄りました。二人とも同じ年齢の仕事仲間で、気安くして貰っています。

スイス旅行は観光目的だったのですが、ミュンヘンに着くなり友人 G から「その靴じゃあ駄目だ、これを使え。」と赤い登山靴とピッケル、アイゼンを渡されました。想定外の装備に驚いていると、「冒険したいと言ったのはお前だ。」と笑われました。その後起こった事は想像も易いと思いますが、まるで G 隊長のブートキャンプでした。ツェルマットでは、マッターホルン中腹のヘルンリ小屋(3260m)までの雪山訓練を行い、その後にブライトホルン(標高 4159m)山頂にまで登頂しました。登攀中は空気が薄くクラクラしました。また、安全確保用のロープが実は逃亡防止用だったことも知りました。最後は山頂までロープで引っ張り上げてくれましたので感謝しなくては行けません・・・。

本稿はリラックスがテーマなので、くつろいでいる時の写真を添付します。右写真はグルノーブルのレストランで夕食後のきつい酒を楽しんでいる様子です。昼は 6 時間のハイキングでした。山小屋で飲んだホットココアが、たまらなく美味しかったです。



次の写真は山岳鉄道でゴルナグラット(標高 3.089m)まで登り、ツェルマットまで高低差 1500m のダウンヒルバイク途中での一枚です。背景はマッターホルンです。



旅行などで環境を変えることは緊張も伴いますが、最高の Relax も味わえます。異なった環境で日常と違ったシステム、価値観に浸ってみることをお勧めします。きっと気付くこと、新しい発見がありますよ。最後に仕事を離れて付き合ってくれる友人に出会えた幸運とそのチャンスをくれた \*\* 株式会社に感謝致します。

— END —

\*\*\*\*\*