

島とヨガ

第11期 OG 並木 由美子
(旧姓 長澤)

世間では出社が再開される中、私はデジタルアキュイジション担当なのもあり約2年間ほぼ在宅勤務をしています(2年間で出社したのは5回くらいです)。時には月～金まで一度も外出せず、金曜日の夜に初めて外の空気を吸うなんてことも発生しています(自分でもドン引きですw)。1日の歩数100歩の日々を送っているせいで、まだぎりぎり20代なのに肩こりと腰痛に悩まされ、去年から週2～3回ヨガに行き始めました。また、最近はやっとでも遠くに行きたい一心で島にはまっています(良い島あったらぜひ教えてください)。ということで、ここからヨガと島の写真を紹介したいと思います。つまり元気に楽しく生きていますというご報告です!



絶景トイレ@西表島
ピナイサーラの滝という西表で一番有名な滝を見ながらトイレができます! 最高!



線路は続くよどこまでも@屋久島
縄文杉までの道中です。
往復20km! つらい



島では色々な所でヨガをしています
下手でも絶景効果で上手く見える気がする!