



陽だまりとギター、 そして時々ISO

ストレスフルな現代を生き抜く
「コン太郎流」大人のデュアル・ライフ

2つのブログが交差する、ある男のリアルな日常

食品会社のISO管理責任者であり、自治会の組長。
そして、ソロギターと猫をこよなく愛する男、コン太郎。



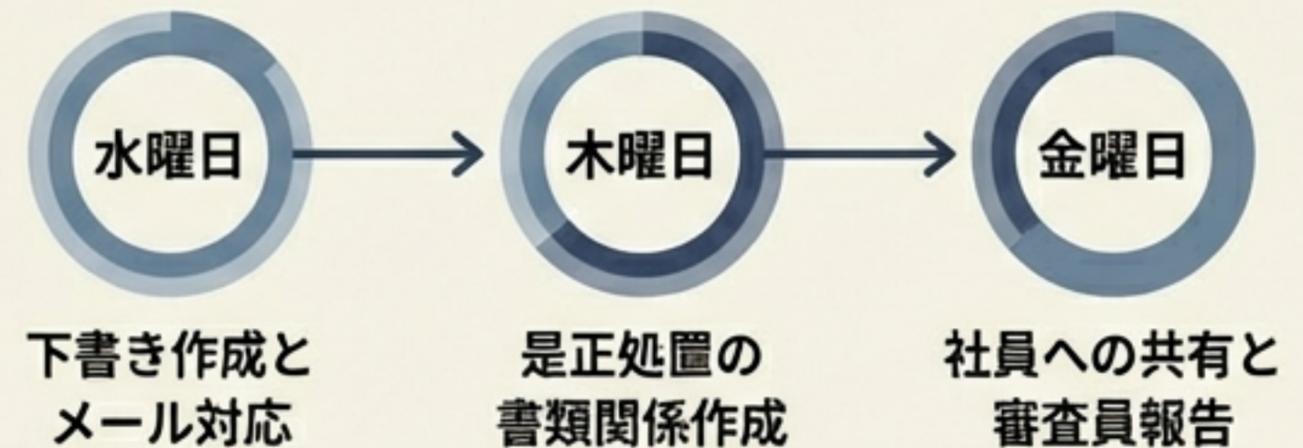
ゴロゴロ日記
リアルな日常の奮闘



ソロギターのしらべ練習帳
深い趣味への没頭

終わらないタスクと、現実世界の重圧

- 本業：食品会社のISO22000管理責任者（Stage 2 審査、不適合報告書の作成と見の是正処置）
- 地域：終わらない自治会の組長（班長）としての持ち回りの当番



ストレスが引き起こす奇妙な代償

「牧場で産直アイスを購入し、知らない若者グループから逃げるために田んぼを歩き、留置所の横を通り抜けて…という夢で目が覚めました」



ストレス消費：大人買いした「おやつはカール」

日常の矛盾に対する鋭い視点

おかざき市民応援・重点支援地方交付金に対するリアルな本音。

「お一人3000円分の商品券…ショボい。
わざわざ経費かけて配るなら、全部
一般般家庭の水道代金に振り分ければ
いいのに」



究極のストレス発散は「一人炭焼きバーベキュー」

食材費：
7,157円

業務用の肉屋さんで肉を一気買い。
お庭で一人、炭火で焼き上げる至福の時間。
残り15食分以上のストックを確保。

風を切り、美味を求める大人の休日

ルート：三河湾スカイライン
の絶景を走るバイクツーリング



目的地：先代工場長と共に
訪れた「あきん亭」姉妹店
(幸田町) でのラーメン

60歳からの「次なる一手」を模索する

🔍 定年後の趣味のを見つけ方

多趣味な男が、さらにその先へ。
ゴルフ（打ちっぱなし）再開の可能性も視野に。



初心者の頃から貫く、ソロギターへの情熱

インスピレーション：ジブリ音楽の世界観

リスペクト：名手たちの楽曲への絶え間ない挑戦

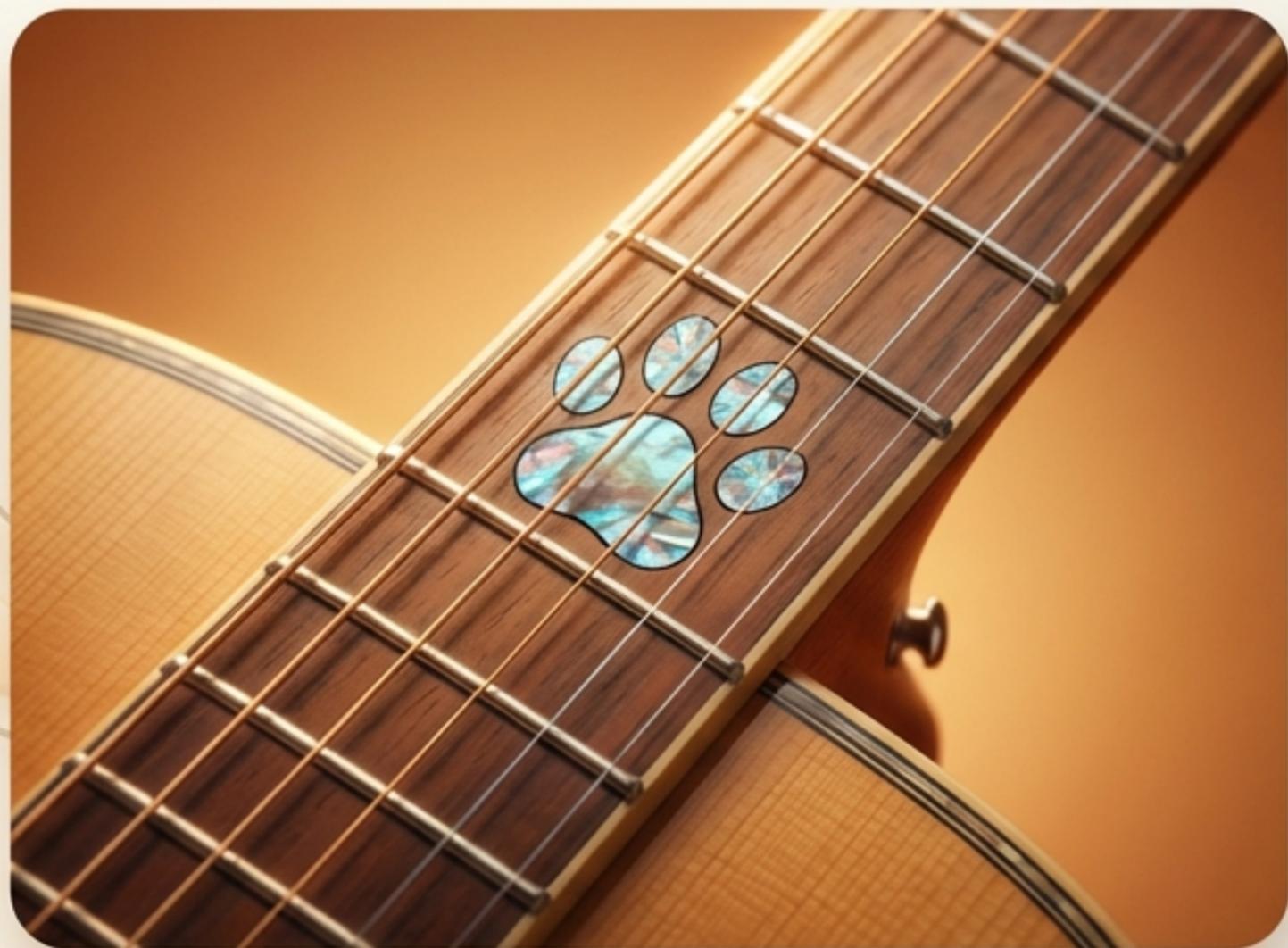


久石譲

岸部真明

押尾コータロー

こだわり抜いた愛機と音色への探求



愛機：3本目のK.Yairi「肉球ギター」
(ドレッドノート&ミニギターの豊かな鳴り)



機材投資：500円玉貯金で購入した
「DOUBLE OS1」後付けトランスピックアップ

自分だけの「しらべ」を作るためのクリエイティブな投資

南澤大介氏へ直接アレンジ依頼を実行。あえて定番のジブリや有名曲以外から選曲し、自分だけソロギターの世界を構築する。



トラブルも乗り越える、Audacityマスターの知見

- 音量調節、正規化、ノイズ除去の徹底解説
- 読者への救済：「保存時のフリーズ問題」を回避する独自の対策フロー



保存時のフリーズ



独自の対策フロー共有

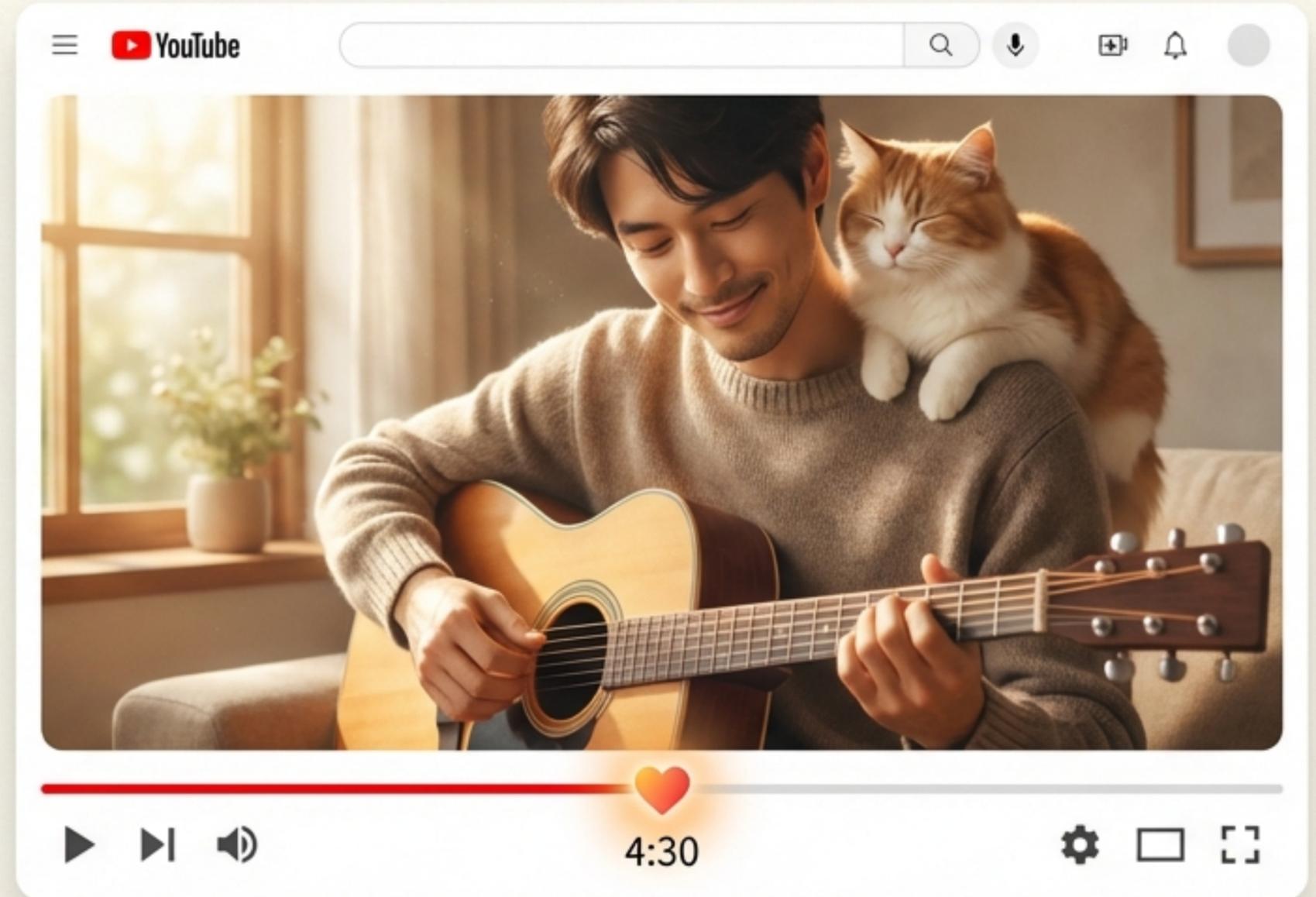


「まさに同じような事を経験しました…なおって助かりました」

陽だまりの特等席：至福のセッション

ナウシカの曲を演奏中、肩に乗ってくる愛猫「テト」。

登録者664人のコン太郎チャンネルで輝く、4分30秒の奇跡。



コン太郎流・ライフスタイルの黄金比



[圧倒的なプレッシャー] ÷ [没入できるサンクチュアリ] = 豊かなQOL

仕事や日常の重圧から逃げるのではなく、それを相殺するだけの「圧倒的な熱量の趣味」を持つことで、人生のチューニングを合わせる。

大人になっても 「自分だけのしらべ」を

日常のノイズにかき消されない、
あなただけの旋律を見つけてみませんか？

ゴロゴロ日記



ソロギターのしらべ練習帳

