

# きちんとする ということ

私の1日のきちんと

まず初めはベッドの中でグダグダする  
それはその後のきちんとのために・・・

- ① 歯間ブラシ
- ② 歯磨き
- ③ 洗顔またはシャワー  
洗顔もボディーソープ
- ④ 化粧水とドライヤー（リップクリームのみする）
- ⑤ ベッド直し
- ⑥ 洗濯は毎日
- ⑦ ユニットバスの清掃も毎日
- ⑧ コーヒータイム
- ・
- ・
- ・

PM10:00 までにはほぼ就寝  
以前は PM04:00 に就寝の頃もあった

トレーニングのある日は・・・①の前か②の後に

このきちんとがあるから・・・何事にも妥協なしの正確な行動に通じている

ちなみに自衛隊駐屯地内では

## (優先順位)

一つでも階級が上であれば敬礼は必須 > AM06:00 ラッパ起床 > ベッド直し >  
靴磨きとアイロンかけ > 持久走 > 体力錬成 > 射撃 >  
クロスカントリースキー等(地域部隊により異なる) または 銃剣道

階級は下記のようになっている

士・曹・ ここから幹部→ 尉・佐・将(師団長や幕僚長など)

自慢話にはなってしまいますが、自衛隊の階級の仕組みということで私が合格した一般幹部候補生試験(大卒レベルだが大卒が受験条件ではない)は幹部候補生学校(防衛大卒も一緒に入校)終了後に上記の 尉 からとなるただし私の場合は金銭的に急を要していたため、上記 士 で入隊してからの幹部候補生受験だったため、一番下からも全て知っている同じ美幌駐屯地内に私の所属する「第一特科群部隊」と他の「普通科連隊」などがありましたが、他の部隊からも「幹部候補生」として噂になっていたのもまた事実ですが・・・

## 極端なケース

22歳で幹部候補生学校で23歳で卒業→階級は尉

55歳→曹長

敬礼は当然のごとく、上位階級に敬礼をする

ちなみに曹候補試験というのもあり、終了すると 上記 曹 から配属される

PM10:00 就寝

徒手格闘など・・・

夜間警備や駐屯地内隊員の食事を賄う糧食班などもある

幹部食堂は別にある

レンジャー部隊入隊希望の場合は

選考の上、入隊となるが超過酷サバイバルである

またちなみに教育隊での体力検定も非常に重要である

その中には

① 持久走(1500m)

② 懸垂

などがある

体力検定バッジ(1級) や レンジャー終了証のバッジなどを胸章として付けるのが  
習わしである

きちんとする ということが 古臭い考え ということにはならない

「清潔」「規則正しく」「鍛錬を怠らず」

昔も今も何一つ変わらないが、現代文明の発達により方法などが異なるし、  
また今は効率的な鍛錬が現代科学や現代理論で容易となる時代である