

# 泉南走ろう会

先光  
泉南スポーツ社  
07248(3)  
4653

『泉南走ろう会長の

続或阿保の二日間

凸

達健三

金剛・和泉山脈長距離縦走(100キロ)に参加する。十一月十四日午前九時十三分、近鉄南大阪線二上山駅に着く。山岳会同僚と集合。九時二十分、愈々スタートする。

紀見峠まで四キロ、レストアで走くと同僚と同意する。気候はすこり秋である。

これから山野を歩くのは樂しみだ。木々がすこり紅葉し、何とも云えない等、話しながらぐんぐんスピードを上げる。暑い、水筒の水をのむ。あ、谷川だ、冷たい水だ、又のむ。約一時間歩く。こゝとちたもの少しきつと休養か、僅か二、三分の休けいである。そりそり歩き続ける。二上山、大和葛城山、金剛山を登り降りする。あつじがかかる。今度はビルのあ、みかんを食べ、柿を食べ記見峠に到着する。午後七時三十分、着約十時間かかた。これは時間のかかり過ぎ、本来ならば九時間。ペースである。まあ仕事

な。後本キロで短縮しよう。ニニギー服しようとしないかとなり、最近で天ぷらうどんを食べ、ビールをのみ、酒をのみ、午後八時出發する。もう真暗である。一気に和泉葛城山を越えろ。午前三時四十五分である。あ、冷たい手の指先が痛い。ねむいねむいながら歩く。歩きながらねむる。この経験皆さんありますか、ある人はうは、お分りだらう。こんな器用な事これが誰でも簡単に出来う。誰か云う。年当を持てハイキテして、やめたい、夜、夜車に走くなりて、これは正気じゃない」「えな事、誰かするか、まさしく阿保である。体力の限界に挑戦であり。あ、腹が痛い。紀見峠までの冷たいものがのみ過ぎ、食べ過ぎである。でも歩く気遂に泉南テレビ城に着く(ほんとん山であれ)走ろう会へ連中はどうしているだろう。俺はえな馬鹿下した事をしてさう。午前九時二分後もうケしだが、これからが大変だ。二等三角点四石山がある。あの登り恩だだけではなくとする。同僚に先に行ってくれ、自分は自分でマイペースで行くから」と告げる。同僚も「よし、分った。おまうする、君が道を知ってるから先に行く」と言ひ残し、同僚と別れる。尚も気力をふりしそうに進む。足と前へ巻きばんだ。何時か終りが来るんだ、自分自身に戦いである。でも、うかつであった。冷たい水を飲み過ぎである。自分は今まであれだけ三ニシギを行ない、一〇キロ、二〇キロフルマラソンと決合う。私は声をかけう。お早ようさん、頑張りまとう。子供達には、頑張れよとしつぶづぶに初めは駄かしきうに通り過ぎてしまう。次回は小さい声が返ってくる。そのうち幾度重ねる。何回か出合う。私に負けない程大きな声が返ってくる。心のふれあいを感じる。筆者も出たではないか、よくわかつて、まるはせずではないが、氣分的に何故、何故、もう云つてから決して遠く走れと言ひた。脣は路筋に咲く草花や新緑に心を安め、夏は蝶時

ダウンすれば、悔を残すであろう。一步、一步確実に足を進める。遂に十三時三十分、山中駅にゴールする。二十七時間三分、山縦走完走の感激もなんにもない、残念である。昨年は大々々口に挑戦し、好記録を残したのに、又明日から走ろう。トレーニングで、或阿保の二日間が終った。

皆が一ヨ集まれ

みんなと走れば

なふ樂し

野添廣己

66

今日も元気だ。身体が軽い。町角でよくジガ一と映合う。私は声をかけう。お早ようさん、頑張りまとう。子供達には、頑張れよとしつぶづぶに初めは駄かしきうに通り過ぎてしまう。次回は小さい声が返ってくる。その後、幾度重ねる。何回か出合う。私に負けない程大きな声が返ってくる。心のふれあいを感じる。筆者も出たではないか、よくわかつて、まるはせずではないが、氣分的に何故、何故、もう云つてから決して遠く走れと言ひた。脣は路筋に咲く草花や新緑に心を安め、夏は蝶時

雨に耳を傾けタリにうたれながら、秋は  
ゆれる柏樹に幸福を嘗めしめつつ移り  
変わる。自然に身体を包みながら、良葉  
に走る。こう前ままで灼熱の太陽に影を享し  
樹籬を生えてくれた緑の樹木も今はすかり  
紅葉し、落葉となつて足元を優しくマット  
してくれ。今年も残り少ない。本格的な冬  
がそこまで来てまる。木枯しか吹き剥むきむきれか  
ようしゃなく耳を襲う。ナチュラル  
毎年どうであるように、霜柱を踏みしめ、  
ながら、ある時は降りしきる雪の中を黙々  
と走る。大自然とは何んと偉大で素晴らしい  
んだろう。今日も生きているといふ生命の  
尊さを噛みしめながら、四季おりくに  
織成す大自然の中にロマンを感じながら  
黙々と走る。食事も変わりなく四季はめぐ  
り来ただけれど、ここで大自然の育みに  
感動を覚えるようになつたのも一重に  
ジョギングの成果である。



一定程度の走力で自然走、移り変わる  
四季と共に自然の心。

\* 今年最後の集りです。

お忙しさは思いますが、今まで  
御出席のほう方は是非とも  
初顔会させも兼ねて御出席  
をお願い致します。

お知らせ  
みんなと走れは  
なみ栗し

### 次回の定例ランニングは

十二月三十日(日) 新家公民館にて  
九時集合で行ないます。

定期ランニング終了後、今年一年の  
反省会を持ちますので、一人千円の  
会費の御持参をお願い致します。

毎日汗を流す事で風邪もひかず、乾  
布厚擦で健康とのものである。私はレ  
ーザになりたいと思った事はない。さりとて  
レースや大会に出場する事への否定ではない。  
常に自分の健康を保ちながら毎日の  
生活の一部として毎日歯を磨き、飲食  
をしているのと同様にジョギングは、私の  
ワークワークである。人生そのものに  
忍耐と安らぎを増し、私も四苦八苦  
では、中年といわれる年令であります。  
大自然の中で血が騒ぎ、肉が躍る、筋肉  
の躍動感、言ふ若者の気持ちにな  
ります。全力走はしません。常に七〇ペセ