

№. 85

泉南走ろう会

連絡先 泉南走ろう会
0724(83)4653

神鍋高原マラソンに参加して

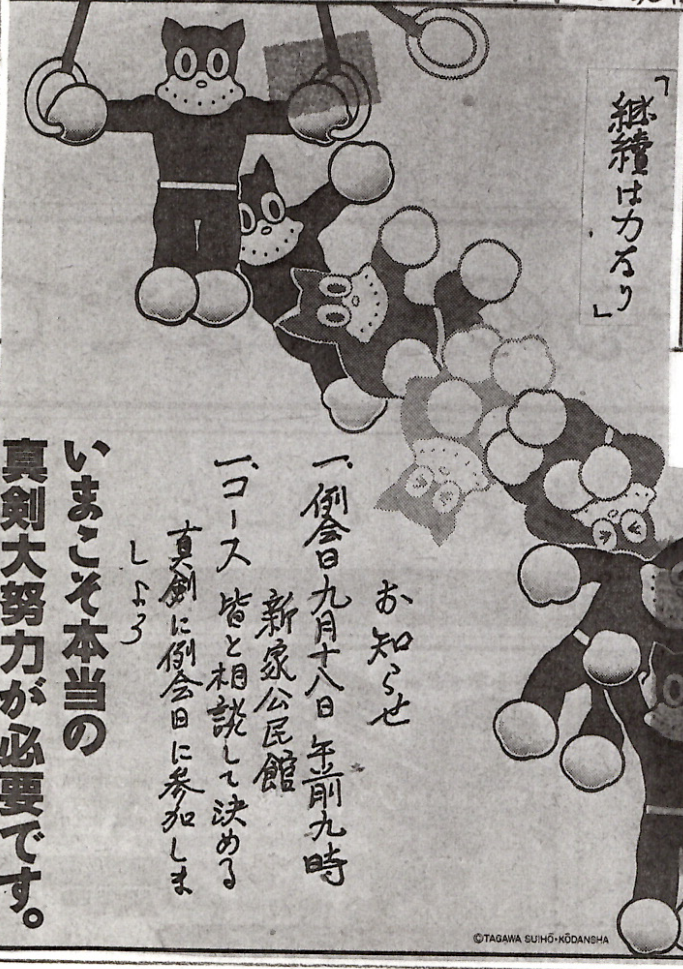
朝夕涼しくなりましたね。朝また走っている人
をよく見かけるシーズンとなりました。

この人達が何時まで続くかと思ひますが恐らく
九月十月二ヶ月位でしょう。我が走ろう会も参
加者が少なく、今や、風前の灯です。今回の神鍋
回神鍋高原マラソンに参加して、つくづくそう思
いました。初めて会より参加したのはオチノ位置の
時だったと思ひます。その時は頂上でしたね。
今回は参加申し込みながら、急用等により参
加出来なかつたのは仕方ないとして、民宿神
鍋屋に泊つたのは、ラン友「泉南ロードランナーズ」
の方ともに、七名でした。但し外一名は職場の
関係で別宿舎となりましたが。

さて参加された方、お疲れさまでした。しか
し、面白かった。とにかく暑い。三月に篠山マラソ
ンに参加して、それからあつたこの大会に参加
また、自分で一人トレーニングをしての八月神鍋
高原マラソンは、一年のマラソンシーズンのため
拵りとしてよかったと思ひます。なんだが、シ
ーズンが終了した。ほつとしたような気もします

が、皆様のおすえにも来て、いるので、
各地にマラソン大会の案内状、どれかに参加し
ようと思ひますが、初心に帰り、なぜ大会に参
加するのか、なぜ泉南走ろう会が出来るのか
考えて見ると、健康増進、ストレス解消
会員相互の親睦、大会参加による旅行等、
いろいろあります。それが何故、趣味なのか、
私に思ふ。私は最初健康増進のためであつた
が、今は何んのために走るのか分らない。不健
康マラソンかも知れない。でも走る。なぜな
らば「可能性へ挑戦です」或る日新聞で見ま
した。そこに橋本聖子選手の記事に「貴女は
何故冬を五輪として、今回の白鷺車によるオリ
ンピックに挑むのか、どうして挑戦し続けるのか」との質
問がありました。答えは
「現在の自分の限界と未知
の可能性を一度に感じ
させてくれるものそれがオ
リンピック。だから、厳しい
トレーニングに立向かえは
どありました。なほほ
いながら、皆さんいかがでし
ようか。初心忘れず
走りましょう。」

私は今回の神鍋高原マ
ラソンに参加して、そして
素直でハーフマラソンを走
りつくくよう思ひました
初心不可忘
会長 遠健三
(泉南のガッシュマン)



「カタルシスの効果、浄化（カタルシス）の効果に価値をおくところ
えかたがあります。
日常生活において生じた欲求不満による緊張は、なん
らかの代償的行為によって解消できるものです。欲求不
満の原因となったものを直接に攻撃したり、攻撃的行動
の形を変えたものによって敵意のはけ口を求めることな
どは、すべて緊張をやわらげるために行なわれます。
精神医学者のメンンガーは「競争的ゲームが本能的な
攻撃的衝動の非常に満足な社会的なはけ口となっている」と
述べています。さらに運動を行なう者だけでなく、
観衆にもカタルシス効果があるという主張もあります。
一般に遊びやスポーツが気晴らしになり、現代生活の
ストレスや欲求不満によって生じた緊張の解消に役立つ
ものとしてとらえられているといえます。」

いまこそ本当の
真剣大努力が必要です。

お知らせ
一 例会日 九月十八日 午前九時
新築公民館
一 コース 皆と相談して決める
真剣に例会日に参加しま
しょう