

NO.109

# 泉南走ろう会

社 465  
ツ 465  
ポ (株)  
先 入  
絡 南  
連 泉  
の 724

## 神鍋高原マラソンに参加して

会長 遠健三

泉南走ろう会恒例参加のマラソン大会だ。当初七名参加の予定であったが、何かと都合が出来四名参加となった。まあ仕方ない。行こう。

さて、八月二十五日午前十二時新家駅集合となっていた。定刻には、細井さんすでに皆を待つ。私は五分遅れて駅に行く。さうして五分遅れて石橋さん、夜内、待ち合わせでなくて良かったと思

う。ここから乗るのは三人が川本先生は車に直接宿泊に行かれるとのこと。「そうか、それならばここで泉南走ろう会最強のメンバーが揃ったなあ」と言うと、石橋さん、すかさず「自分も入れてな」とくる。「そうだ、最強のメンバーだ、ゆ

くり走ろう」石橋さん「初心にもどって走ろう。私「何を言うか、初心もへちまもあるか、完全走

てまれば良い」と言い、私は心に思う。私の参加する部で上位入賞を狙いたい。これは毎年思うことであるが、少し手を伸ばせば届くところのタイムであるが、それが出来な。毎年

駄目だ。いかなあ、こんなことではと思うの

がある。

宿舎に午後六時に着く。夕食をと思うが川本先生を待つ。それまで風呂に入るとするか。午後七時川本先生も来られ、四人揃って夕食。例により、大いに飲み、大いにダレれば誰か一人であるが、後の方少しのみダレ、こ

うしく一泊すると、日頃のトレーニングの話しや、世界の経済の話しまで、話しがつかない。各々の職場が違い、年令が違い、人様々であるが、ランニングという共通の場があり、大変面白い。たまたまにマラソン一泊マラソン大会参加も良いことだと思う。

である。

さてさて、レース展開となるのであるが、今年は何年にもない暑さ、日頃のトレーニングは如何ばかりや、あんまり無理をして体をこわしてはと思うのですが、大会参加者全部が全部元気で。私はどうもいかな。オーバーワ

ークかな。それにしても、日頃余り練習もしていない若僧に負けたくない。体に注意してな。細井さんは十キロ、良い判断だと思つ川本先生、石橋さん、私、ハハに参加スター

トする。こいから先は、余り書きたくない。もう止ようか、が書かざるを得ない。それ

レース終つて石橋さんに、さんぶんけなされた心掛けは悪い、性悪だ」と、でも仕方が私は何時もそうだが、余りにも神経質だ。ジリケー

トだ、何時もはきちんと洗面、トイレ、朝食とするが、場所が変わり、環境が変わる。朝のトイレが駄目だ。そこで五キロ地

あたりでもう駄目だ。トイレ、大の方だ。何か場所がないか、フロント・シャワーではないか、石橋の下を覗くが、適当な場所がない。橋の下、二回チャンスと失する。もう駄目だ。万事休す。民衆を御借りしようかと思つた時、体育館があり、そこに駆けこむ。当直の先生に御断わりして用を為す。

さて、マラソン、ロードにもどって見ると、もう人がおらんない。後から来るのは収用車か、そんなのあるか、まあ仕方ない。走ろう。一旦、ペースが狂うと、とてもではなないが、走りぬぐい、ヤツと後戻りに着く。そこで知り合いの人と会う。「あなたは二周目が」なのなんのトイレだ」と答える。その人も前に私と同じ状態になった人であるので、もう分かりが良い。そうか、そうか、それにしても今日は大変暑いです。ホカリスエトのみならず、ホカリスエトを差出してくれる。「今日は何より走ろうや、富士登山レースの話しや、夏山の話しをする」とそんな話しを何時までも話してはいいれない。「お先に」と懸命に走る。だが、精も根も盡きたよ。何時ものタイムより調度十分遅い。川本先生、石橋さん、細井さん、好タイムにてゴールしてあられ、御足踏な顔々。私はゴールして直ぐに例のスイカを食べたが、残念である。もう一度スイカ食べてこようとスイカにパラッ、十分遅れはつらい。石橋さんに「くせが悪い、日頃の心掛けは悪い、まさしく

ある。

宿舎に午後六時に着く。夕食をと思うが川本先生を待つ。それまで風呂に入るとするか。午後七時川本先生も来られ、四人揃って夕食。例により、大いに飲み、大いにダレれば誰か一人であるが、後の方少しのみダレ、こ

うしく一泊すると、日頃のトレーニングの話しや、世界の経済の話しまで、話しがつかない。各々の職場が違い、年令が違い、人様々であるが、ランニングという共通の場があり、大変面白い。たまたまにマラソン一泊マラソン大会参加も良いことだと思う。

さてさて、レース展開となるのであるが、今年は何年にもない暑さ、日頃のトレーニングは如何ばかりや、あんまり無理をして体をこわしてはと思うのですが、大会参加者全部が全部元気で。私はどうもいかな。オーバーワ

ークかな。それにしても、日頃余り練習もしていない若僧に負けたくない。体に注意してな。細井さんは十キロ、良い判断だと思つ川本先生、石橋さん、私、ハハに参加スター

トする。こいから先は、余り書きたくない。もう止ようか、が書かざるを得ない。それ

レース終つて石橋さんに、さんぶんけなされた心掛けは悪い、性悪だ」と、でも仕方が私は何時もそうだが、余りにも神経質だ。ジリケー

トだ、何時もはきちんと洗面、トイレ、朝食とするが、場所が変わり、環境が変わる。朝のトイレが駄目だ。そこで五キロ地

性悪だ」と盛んに言われる。まあ仕方がない。今度から気を付けよう。

川本先生、細井さん、石橋さん、今年の暑さに  
もめげず、神鍋高原マラソンを走るお目出と  
う。

泉南走ろう会最強メンバーに祝福を送  
ります。



「富士登山競争」

真鍋康人

今までこんなレースがあると雑誌では知ってい  
たが、あえて「そのページ」は見えて見ぬかりをした。  
富士山を走って登る、距離21km、標高差3000  
m、先走率60%……目にとびこえてくる数  
字はどれも信じられないものばかりである。自谷と  
しては、完走する自信もないし、それにもしも参  
加する勇氣もなかったため、「こんな大会、調子  
者の大公やの」と決めてかかっていたところがあ  
った。富士山くんたりまで行って途中でへばって完  
走出来ませんでした。ではあまりにもカッコが悪  
い。また完走するには、どれほどの練習を  
すればいいのかわからないし、する根性もな  
い。だからこの大会に聞けば見えて見ぬかりをし

ていた方が賢明だと思っていた。しかし平凡  
な生活にそろそろ刺激が欲しくなっていた  
し、今年三月の六甲縦走のゴール後の達成  
感も忘れられなかった。それなら日本一の山  
でと思い、挑戦を決めた。  
この達成感というやつは、人間の脳だけが  
感じるものが出来る最高感覚ではないだ  
ろうか。

そして体をいためつけられ、いためつけるほど  
成しとげに時の感覚が増幅され、やがて自  
分の心の中では昇華しまいがに、ついには  
体全体で欲びる表現してしまう。それだけ  
では終らない。次には自分の心の中にその  
感覚をいっしょにつめこんで、すばやく時、キラキ  
ラ輝くビー玉を大事そうに何度も舐して  
きこは、ながめていたように少しづつ、じく  
り自分だけでその感覚を味わう。

そしてビー玉が輝いて見えなくなると、たらま  
た別のビー玉を欲しがるように、また新たな  
達成感を欲しががる。なんとやっかいなもので  
あろうか。体はそのたびに強烈な苦しみ  
を強要されるわけである。  
では、その強烈な  
苦しみを少し  
紹介致し……



すと、まず富士山に登るわけですから、行  
程は当然坂の上に行くほど傾斜が  
きつくなっていく。よまけに八合目あたりで  
経験する希薄な空気による頭痛と

呼吸の苦しさ。とくに呼吸の苦しきだけは、  
水も飲めないくらいで、とにかく一口で飲め  
る量の米でも、飲む間、息をとめているのが  
苦しくて三〜四回にわけて飲まねばなら  
ないのには、さすが高地でのレースの実感で  
した。

九合五つまでくると、登山道わきにうすく  
まっているランナーが目立ってくる。上をみれば  
まだまだ岩の道が続いている。立ち  
止まりたいが、いったん止まると次に足が動  
くかどうか自信がなかった。もう限界に東  
ていた。

やがて白い鳥居をくぐり、石段を何段か  
登るとヤとそこには、目指すゴールがあっ  
た。富士山頂である。「ヤ、ア」と思った瞬  
間涙があふいてきた。

まわりでは見知らぬランナー同氏が抱き合  
って喜んでいる。素晴らしい風景だ。  
ふりかえってみれば、練習も含めて、苦勞  
が大きければ大きいほど、より大きな達成感  
が得られるという、ごく当たりまえのことを  
より強烈に体験させてくれた大会であった  
ような気がする。

また、十年振りに五合目コースに挑戦し  
た逓会長と初参加の妻も見事完走し、  
三人三木の達成感を、おみやげにござ  
した素晴らしい大公でもあり、  
ました。



お知らせ

一、例会日 九月二十三日(日)午前九時

(雨天決行)

集合場所 新家煙河神社

二、コース ウルトラコース

青少年の森よりお菊山を経て  
高倉林道コースを走りたいと  
思います。

但し、ゆくりと走りましょう。

一、案件

(一)

十月四日(日)中八日吉野川二日  
ワドレース参加について

先日の例会日に、この大会に参  
加しようかと決まりましたが、  
参加用紙が届いておりません。

申し込み期日は九月三十日まで  
です。参加される方には、二十三日

例会日にお渡しいたします。

例会日に来られない方は走ろう  
会事務局にて受領して下さい。  
日帰り参加ですが参加方法に  
ついて打合せいたしたく思います。

(二) 川西一庫ダムの周遊マラソン大会  
に因りて

日時 十一月二十三日(祝)

種目 五km、二十km

申し込み期間

九月二十四日〜十月十日  
まで

参加希望者は事務局まで  
御一報下さい。

ニュース



その一

川本先生、この八月にオ十回モスクワ国  
際マラソン大会に参加されました。好タイム  
に完走とのこと。それにしても、なんで  
モスクワまで、ボストンとか、パリマラソン  
大会とか外にもゆくとあるのに、大し  
たものです。夢・ロマンがありますね。

コ文はレーニン中央スタジアムをスタート  
し、文クレニン宮殿や赤の広場を横  
目に、モスクワ河畔を快走キエフ駅が折  
り返し再びレーニン中央スタジアムへ、あ  
の日本には幻のオリンピックと名付たモ  
スクワ五輪のマラソンコースを走られたと  
うです。皆さん川本先生に拍手を

送りましょう。

その二、

栗野原さんまたまた変わった大会、インド  
ネシフ、バリマラソン大会に十月参加さ  
れる予定 御健斗を祈ります。

東南走ろう会々員の皆様も地球を東  
西南北に走る時代がやってきました。

その三、

透みみちい、国内のそれにしても、おんや  
まあ、九月三十日大江山鬼伝説、一  
〇〇年記念かや、大江山登山マラソンに  
参加いたします。根性が走りますよ。御  
期待下さい。

追伸

秋から冬にかけてはいよいよマラソンシー  
ズンです。何か目的を持って健康に留意し  
走りましょう。今、大相撲秋場所が行わ  
れておりますが、私は非常に感じた言  
葉は十代の富士閣は「少レ手を伸ばせば  
届くところに目標をおき、それに努力して  
来た」と言うことです。

小錦閣は「希望のない人生は生きていても仕  
方がない」と言っておりました。なかなか  
一流ともなると大したものだなあと感銘  
を受けました。