

NO.113

泉南走ろう会

連絡先 泉南スポーツ社
0724(83)4653

一年の計は元且にあり

さうば 青春 何時々までも
若しく

会長 遠健三

新しい年を迎え、今年こそ、の決意にて、元気にトレーニングがされておられます。会員の皆様大慶に存じます。

さて、年末年始のアレビ番組は忠臣蔵、サッカー、ラグビー、駅伝であえられましたね。忠臣蔵はさておき、何故スポーツ番組は多いのか、あの箱根駅伝、選手は頑張りもやることなげう、怒狂する応援の人達、スパーツは身体、心、勇気を養う。見る人をも楽しませるからではなからうと思えます。私達も健康法の一つとしてランニング、ジョギングに取り組みました。

歳をとっていきけば、肉体が老化していくことにはたやありません。これは素直に認めざるを得ません。しかし、精神は肉体とは違います。二十歳の若者でも非常に老い込んだ人がおられます。「あんなに走らないうか

と言うと「へえー」とてもでは無いが、私は駄目です。あんなには泉南走ろう会の人でしょう。そんなのに、ようつて行かん」と言う人がおられます。しかし、歳をとっても若々しい人がおられます。これは皆様がご承知の通りです。精神というものは身体のように、物理的、生理的に動いていけば、伸縮自在です。ある場合はすくすくと伸び、ある場合は小さくなってしまふ。そういう事を考えれば、身体に歳とらうしても平成二年から三年となり、心に歳とらうしてはならない。肉体に歳以上の老化を進めてはならない。これには、自分自身を知り無理することなく十分な運動をすることです。ジョギング、自転車、ウォーキングよし、血管の硬化(老化)を防ぐ努力をすること。常に青春であらねばならないと思えます。

心も身体も服装もフットウェアにすること。服装は「C.M」泉南スポーツ社にて各種良品があります。そうすると、物の考え方もというものが、若々しくなってくる。希望というものが、次々と湧いて来ます。

甘んじて「今年こそ」と定めた決意、一年の計は元且にあり、目標に向き、自分自身をまた、会員と励まして、「青春の心意」に燃えて、何時々までも若々しく元気にトレーニングをいたしなう。よき日々を送りましょう。「青春は永遠にその人のものであります。」



会員の皆様には歳を感じると言う方がおられませんが、私の知人に、マラソン、スキー、登山等スポーツする人に「私はもう歳やから」とよく聞きます。活気がない、同じスポーツするのに、もう若々しく行って頂きたいと思えます。

会員の皆様にも、そういう人になつてほしくありません。永遠に青春であつて頂きたくこの稿を記しました。

「元旦マラン」と三社詣で

天邪鬼あまのまじく(石橋さん)と究極の雨男(遠)

「一月一日は雨、雨ならは皆んなが走るの止る」と言っているが、あんなにどうする」と石橋さんに電話する。石橋さん「私は雨でも行く」「雨ならば止めた方が良い」と念を押す。石橋さん「午前六時新家の取組ですな」「どうだ」とんなの変わり者、天邪鬼と言ったのだ、ではと電話を切る。

午前四時、外はドンブリの雨だ。石橋さんはどうするのだなめと思いがかり、午前五時はモレ他にも走る人が見えたならばと湯をわかれ、インスタント子ヒール、五人分を用意する。午前六時五分前、新家取組「石橋さん、もう少レ待ってAさんが来ると言っていて、いたから」と少レ待つ。来ない。午前六時六分スタートする。新家の宮さんに着く。誰もあらない。参拝を済ませます。御酒も甘酒もない。アイアム、ガッカリだ。「ぎや上之御の宮さんに向う。ここはくらの雨なら、雨具つけてもよい。ダイエトの積りなワ、着ていてもよいが」石橋さん「ここ以上、私がどうしてダイエト出来るのか」「それもうどうだが、ほな着て走れよ」と言て二人共、雨具を着けて走る。汗と雨、なんのなんの。釜三匹正こいて、とこは何処や。そこを右に廻りぬばと、上之郷の宮さんに着く。ここも

誰もあらない。参拝を済ませます。「あれ甘酒も御酒もある。では頂ミラ」と甘酒を二杯のむ。石橋さんは一杯。そのうち神主さんが見えない。テントに電気を付けて下さる。神主さんに「参拝もさせて頂きました。甘酒も頂きました」と礼をいへば、日根野神社に向う。午前六時五十分、日根野神社の鳥居前に着く。石橋さんに「天気なうば、ここからの景色が素晴らしい。雨山に太陽が昇り、私は何時もアラー、神に感謝の祈りを捧げると両手を上げ下げしお祈りする。ここは何処だと思ふ。神國日本だ、イスラム教と違うこの罰あたりめ」と石橋さんに「話くらう。」「それなら、五体倒地を行つ」と言うと、石橋さん「離れて走る。そうしないと、こんな人と一緒では恰好が悪い」と前を走る。神社には、十人程、神社の世話人の方があう。参拝を済ませます。甘酒どうぞとすすめて下さる。「生姜もどうぞ」と生姜を入れた熱い甘酒は格別だ。糖にしみわたる。私は例により二杯、石橋さんは一杯。では帰り近道(近畿自動車道)の側道を走ろう。と少レ野道を行き、近道の側道に出る。あゝ素晴らしい景色だ。雨に煙り、薄く近道の陸橋が見える。まるで南画(中国画)の三流派の、水墨、淡彩か山水を主観的にかくも、を見るよ。うた。石橋さん、残念だなあ、天気ならはよく見えるのに。石橋さん「これでええ分だ。この景色がよい。何んともいえない」と感じる。何度

も見馴れた風景でも、気候、気象、地質、地味により景色がこころも変わるものかと思ふ。自然現象と、ましてや、今日は元旦、雨の中を走るといふに理が、自分の本然の姿を思ふ鏡のような木々のあだに見出す。しばしば景色に見えながら走る。何処かで大の遠吠が聞こえる。石橋さん、その遠吠えの真似をする。「あんなの先祖、ピテカントロプス(直立猿人)のころ(五万年)の時代は、大だたのと違つか」と言うと、石橋さん「あんなはそれより前、アウストラロピテクス(人猿)の時代は、悪賢い猿だったのだ」と言い返す。

丘陵地帯にさしかかる。石橋さん、しばしば景色に見入る。女の血がきと騒ぐの、でい。石橋さん少し待て、ここは止って、ここは向井池遺跡その前の造成地は二千年前か、それより前の住居跡地という。それを今発掘しているのだ。年代は定かでないが、工事現場の監督さんに聞いたのだから。だとすれば、弥生か縄文時代だ。「あゝ、あるあ



も見馴れた風景でも、気候、気象、地質、地味により景色がこころも変わるものかと思ふ。自然現象と、ましてや、今日は元旦、雨の中を走るといふに理が、自分の本然の姿を思ふ鏡のような木々のあだに見出す。しばしば景色に見えながら走る。何処かで大の遠吠が聞こえる。石橋さん、その遠吠えの真似をする。「あんなの先祖、ピテカントロプス(直立猿人)のころ(五万年)の時代は、大だたのと違つか」と言うと、石橋さん「あんなはそれより前、アウストラロピテクス(人猿)の時代は、悪賢い猿だったのだ」と言い返す。

