

泉南走ろう会

No. 133
連絡先 泉南走ろう会
〒724(83) 4653

” 目標を持つこと “

会長 遠健三

人間目標を持つことはいのことだ。先日「敬老の日」があり、各新聞に高令者社会の実態調査の記事がありました。また、「敬老の日」の行事も各地で行われておりました。なんの趣味も話題ももたない人が一日「敬老の日」に参加して何が出来るというものが、いかし笑ってはおうれない。いつかは自分もそうなるのだ。春と思えば夏が来て、あ、という向に秋になりまして、ふふふとしておられない。

先々横綱千代の富田がいました。少し手を伸ばせば届くところに目標を置き、それに努力する。それをクリアすれば次の目標をねらうと。また「大関小錦がいました。目標も希望もない。人生は生きていくも仕方がない」といいました。人間何が目標を持つことですか。

この頃よく聞く言葉です。「まあ走りたいが、この頃走らなくなると走らない」「もうもう走らない」と。私からみれば、何をいうか

私よりまだ若く、今頃こんなこと言っていてどうするか。何も走ることだけが能ではないが、なるといって「歩くと走ること」が人間健康の原点で、気候がよくと新泉でも午前五時頃歩く人、走っている人を見かけますか、どうも歩き方が悪い。だから顔、表情も楽しくない。毎日歩くという事はいいことだ。健康によいのだと、本を読みたい人に聞かうでしよう。

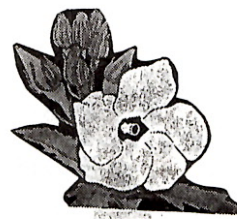
自分から歩くのが好きだ、私が生花のりズムだ。一日歩かぬばよと走りぬばビルが美味しくない。今度何処まで大会に参加するのだと目標を持って、いる人が、元氣、いっどこであても「ヤ」と声をかけくる。それは比べて「健康によい、歩くのが一番だ」という人は、お早ようさると声をかけても返事もしない。い、い、年をして

私の言いたいのは年をとってから幾分走っても、生きていても、もう駄目です。筋肉、肺機能が落ちてゆけない。余程の同好会か、よきリーダー、また友達がないと歩くとと自体が面白くもない。常に目標を持って努力することです。

さて、いよいよマラソンシーズンです。今年のどない来年の話しです。もうすでに、この秋、フルマラソンを走らぬ方がおりますが、また、登山マラソンに参加する人がおりますが、明日から来年の何が目標を持って岸和田、千原利マラソン、篠山マラソンで

もよい。ウルトラマラソン、富田登山競走は平地だ、トレイルランニングでは、駄目だ、山野を走るねばならない。常に生き生きと目標を持って走りましよう。

お知らせ



一、例会日 九月二十七日 午前九時

集合場所 新家檀神社

前広場

一、コース 皆と相談して決めよう。

一、備考 当日は栗野原さん、岡田さん 遠く席をします。

(大江川マラソン参加のため)

一、川西一庫ガムマラソンについで (No. 133)

申込期間(九月十六日～十月十日まで)
参加御希望の方は申込用紙から
走ろう会事務局 泉南走ろう会
へお送りください。

十一月例会

十月十日 場所時間はいつもと同じ

十月十五日

備考

十日遠欠席

十五日 高野のウルトラマラソンがある

ります。それに参加の方は例

会日欠席

一、大いなる野外ハイキング(焼肉)にしよう

泉南走ろう会発足して十有餘年になります。が、それらしい記念行事を行っておりませんでした。今回會員の皆様の盛り上がりで盛大なる十周年行事「焼肉ハイキング」を開催しようという事になりました。

毎回の例会日に参加する人、しな人、走る人、走らない人すべて走ろう会の会費一同に会し、ランニング談議に実りの秋を楽しく過したく存じます。今、ハイキングの内容を準備委員の方により企画してあります。別途ハイキングの案内が届きます。大いなる参加をお願ひ致します。会の開催日は十一月十五日(日)を予定しております。

〃

富士登山競走について

この程で四十五回富士登山競走五合目コースの記録を送り届けて来ました。お知りせたいと思います。あわせて今までの記録もついでに今回の富士登山競走行き帰りは珍道中で楽しかったが、その話しは別にしておき、一番印象に残ったことを述べさせていただきます。宮下さん、真鍋さん、真走しとおれば、下りはそうでもないが、完走なら下りはしんどいことこの上もない。ええ、ええ、真鍋さん、前はさうでもないが、今回は参加したのも不思議なく、頑張った。すがすがしい顔です。自分でもあれだけ頑張ったという事に悔いはないです。〃

【第45回富士登山競走参加者一覧】

コース	性別	当日参加者	完走者	完走率%
山頂コース	男子	2068名	1013名	49.0
	女子	117名	24名	20.5
五合目コース	男子	457名	422名	92.3
	女子	85名	71名	83.5
富士根間コース		117名	116名	99.1
合計		2844名	1646名	57.9

第45回富士登山競走成績表 H.Z.N.S.F.

(5合目コース：男子の部)

順位	ゼッケン	氏名	タイム
330	4198	松山 勇人	2:37.45
331	4275	津田 健三	2:37.47
332	4351	松本 邦	2:38.02

(5合目コース：女子の部)

順位	ゼッケン	氏名	タイム
29	5068	吉原 美代子	2:29.31
30	5007	志村 典子	2:29.32
31	5044	栗田 幸子	2:32.14
32	5058	松井 裕子	2:32.39
33	5064	坂口 恵美子	2:32.58

33回 富士登山競走
期日 平成5年7月25日
順位 199 68 氏名 ツシマ アンソウ 馬返し五合目 1:13:08 2:13:55

第43回富士登山競走成績表 H.Z.N.S.F.

(山頂コース：男子の部)

528	942	真鍋 康之	4:07.09
-----	-----	-------	---------

(5合目コース：男子の部)

326	4297	津田 健三	2:38.32
-----	------	-------	---------

(5合目コース：女子の部)

37	5056	真鍋 律子	2:30.09
----	------	-------	---------



のふ陰で三島駅での打上げハル。チキンの松井さんは学生時代に富士登山で来たこととあります。今回五合目より雄大なる下界を眺め感に入り、何処から来たのでしようかと聞きます。そんなことわかちもんか、遙か彼方に街があり、私達はそこから直線に駆け来たのですから、スタート地点はずと向うでしよう。ちよみに帰り五合目より、バスでスタート地点富士吉田まで一時間かかったよ。會員の皆様来年富士登山競走は、頑張ります。

どん亀の 達 健三