

NO.161

泉南走ろう会

連絡先
泉南スポーツ社
0724(83)4653

関西に大地震発生(兵庫県南部地震)

災害は忘れたころにやってくる。会員の皆様には忘れ、なによりも今だからこの様な経験がなかったでしよう。昔にあつたんですよ。規模が大きいかわさいか知らないが私が生まれた時から地震、台風がありました。しかし、今回の地震は都市災害といつのが大変な事になりましたね。災害にあわれた方、誠にお気の毒にいたしました。まっさいことです。

会員の皆様には如何がでしたが、御無事でしたか。御見舞い申し上げます。

「寒」のトレーミップについて

会長 透健三

冬は暑さと同様に私たちを大いに悩ませ苦しめます。なんのなんの寒さの中で積極的に走ればスタミナがつくと思いますが、風邪をひいても走ってよいかどうかは、よく考えて、人がいふ風邪ぐらいなんだ。走れば風邪がなくなるんだ、ちよろくさい風邪ぐらい走れば、ほな走らうか、

その様なことのないように。よくよく注意して下さい。風邪に強い人がおりますが、そうでない人もおります。私なんか、駄目ですなあ。人といふが体質が違います。走ってよいかどうか、風邪の状態、疲労の状態などによって判断する必要があります。冬の病気は風邪が主役です。呼吸を大に行う。私達ランナーは呼吸器がたくましくなり風邪に対する抵抗力がでると同時に寒気に触れることが多いために風邪にもかかりやすいのです。人が笑うでしよう。走ってるのに風邪ひくんけん」とそんな時無理せず「いやや、そやアシは風邪には弱んだ」と言て余り無理をしないことです。外から帰ると「うがい」するものが原則です。

特に今年は四十年ぶりの風邪が猛威を振うという事です。充分健康に注意してよい一年を過ごしましょう。

インフルエンザ 大流行のきざし

インフルエンザが勢いを強めている。この冬は、ここ二三年続いたA型、B型の二種類にA型連型が加わった三種類混合流行が特徴。いったん治つてもまた別のウイルスに感染する恐れがある。大阪、兵庫などで患者数が、記録的に大流行した二年前の同時期の約二倍ペースで増えおり、大流行のきざし。

お知らせ

一例会日について

イ、一月二十日 集合時間場所

午前九時

新家権河神社前広場

ロ、コース

皆と相談を決めますが、A班は少レ長いコース

B班は少レ短かいコース

二月三日に行われるフルマラソンに備えて調整の意味にてゆくり走ります。

一、次回例会日

二月十二日 集合時間場所は今も通り

二月二十六日 例会はありせん。二月十九日 泉州マラソンをもって振替とします。

一、備考

一月十七日朝この原稿を書いている時まだ兵庫県南部地震の余震あり、テレビを見てみると近畿は大変な災害です。これから行われるマラソン大会は中止になるかも知れせん。交通網はズタズタです。この以上災害は大きくなうかのように、無事を祈ります。

二泉州国際市民マラソン参加について

会員の皆様は参加申し込みはほとんどの方は抽選に当選され、およろこび中と申します。張り切って大会に参加いたします。

「決意した事を実行しないと心に負担が残っている」と、抽選にあつたことをうれいような、かなわんなあと思つてる人がいる。それが誰か知っていると、先の機関紙に書きました私が私知つて、と、うんもありません。誰だ、て、かなわんなあ走るといふ事は大変だと思つて、違ひがありません。スイスイと走つて、肉体的に精神的に負担があります。四、九五米を走るとは大変です。なつとやそとでは走れません。

そこで皆さん無理のないよう健康に留意して、アロでもなし市民マラソンですから楽しく走つて下さい。さて参加方法を左記のようにしたいと思います。よろしくお願いいたします。

○集合時間場所

二月十九日午前八時梅井駅集合
八時八分の二台に乗り乗ります。一応集合は梅井駅となっておりますが各自は最寄駅から乗車して下さい。そして受付会場堺市大浜公園にてお会いします。

○応援について
スタート場所がスタート午前十一時午後

二時頃ゴール地点岸和田中央公園にて応援いたします。

。先走お祝いの打上げについて

ご用と帰りお急ぎのない方は例により打上げいたしました。思ひます。会費3,000円、5,000円場所未定、お上げする。しなにも未定です。皆さんと相談して決めさせていただきます。

6人を招待

関西空港の開港を記念した「泉州国際市民マラソン」が、昨年に続いて2月19日、堺市から泉佐野市までの9市4町を巡る42.195kmのコースで開催される。一般市民ランナー2500人とともに、上

来月19日大阪湾岸沿い 泉州国際市民マラソン

海国際女子マラソン優勝者のキャリー・メイ・エッジ選手（カナダ）ら6人の招待選手も参加する。

昨年は関西空港と対岸を結ぶ空港連絡橋を渡れたが、今年はコースを一部変更。堺市の大浜公園前を午前11時にスタートし、大阪湾岸沿いを走つた後、折り返して岸和田市の岸和田中央公園までのコースをたどる。

一、二月の機関紙原稿は石橋さんです。よろしくお願ひします。

一、会費の収支報告について

左記の通り収支を報告させていただきます。元に戻して、先に忘年会の席上支出十月までの会費で御承認頂いております。今回は十二月まで一年分です。

収入	支出
前年度繰越金 4,697	慶弔費 1,500
会費18名分 (会費1,000×18)	駅伝参加費 2,000
日割収入 5,940	駐車代 1,020
打上げ等雑金 (北条2,180 泉州1,770×18)	駅伝 3,765
計 78,397	計 56,185

78397 - 56185 = 22212
繰越金 22,212

一、会費の納入について

時代に逆行、会費の値下げ断行、三月三〇日から二〇〇月です。現在十一名の方から納入して頂いております。未納の方すみやかに納入をお願いします。一々年令二四〇〇月也。

