

泉南走ろう会

連絡先
泉南スポーツ社
0724(83)4653

1. 例会

五月十二日(日) 種河神社
五月二十六日(日) 九時集合
場所 種河神社
時間 九時集合

2. 泉南走ろう会機関紙創刊号探し

先月、有志による栗野原会長の定年を御祝いする宴で泉南走ろう会の懐かしい話に花が咲きました又、機関紙が現在二百四十号を越えており発行以来二十年が経っています。これは泉南走ろう会がいかに歴史ある会であるかを物語っていると同時に歴代の会員の皆さん、現在の会員の皆さんの御協力のためものだと思います。そこで発足の当時から懐かしい記事などを振り返ってみてはどうかとの話もあり事務局としては進めたいと考えていますので創刊当時から機関紙をお持ちの方が居られましたら御連絡頂きたいと思ひます。因みに事務局(岡田)方は、百号前後からは保管してありますのでそれ以前のもので、あれば幸いです。会員の皆さん御協力宜しくお願い致します。

3. 大会案内

●アクアスロン(スフラッシュユ&ダッシュユ)大阪

この呼び慣れない大会といった何の大会かと言うと泳ぎと走りの大会です。しかも会場が近場の阪南市(箱作)で行われるとかで、興味のある方は参加してみても、如何でしょうか。
因みに開催日は、六月十六日 スイム一・五キロ、ラン 十キロ
参加費は、距離の割に高く八〇〇〇円です。
私(岡田)も参加を考えています。

2002年月別走り込み

km

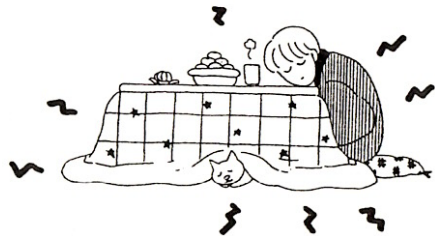
名前・月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
石井 繁貴	102	272	252									
	102	374	626									
今仁 正義	200	197	212									
	200	397	609									
岡元 邦博	150	230	64									
	150	380	444									
岡田 盛助	122	187	285									
	122	309	594									
芝本 鈴代	413	301	252									
	413	714	966									
出口 牧	250	365	440									
	250	615	1,055									
徳山 早苗	327	304	435									
	327	631	1,066									
西野 盛隆	249	134	34									
	249	383	417									
堀池 一夫	120	121	154									
	120	241	395									
宮下 哲	127	91	89									
	127	218	307									
西 和秀		140	175									
		140	315									

訂正：先月の芝本さんの走行距離ですが、間違っていましたので訂正しました。201kmから301kmに変更となっています。

私(岡田)も3月には、一年半ぶりに250kmを越える走り込みが出来ました。

それにしても徳山さん、出口さんは、今月も400kmを越え早くも1000kmを達成しました。

凄い勢いですね。この練習があるからこそ常に上位入賞が可能なのかもしれないですね。



時間を十二時と誤って計算してしまい「もうダメだ」と思いながら走った二十 km から三十 km は、ほんとにしんどかったです。十分違っていたことを知り、一人でニコニコしていました。これなら三時間三十分を切れると思いなおし、残り何キロと自分にいい聞かせ、足だけ前に運びました。

「歩いているよー」と思う速さでしたが、沿道の人にはいっぱい手を振り「有難う」と繰り返し、元気をたくさんいただきました。競技場の外周に入った所で、石井さん西野さんが待っていてくれて一緒に走って応援してくださいました。

「ガンバレ」「前の人抜けるゾ」と言ってくれたお陰で競技場の中へ走って入れました。十五分は切れなかったけれども、自己ベストの三時間二十分でゴール。「牧ちゃん」の声に気づき、上を見上げると母や主人や子供達が待っていてくれました。「良かったね」と言ってくれた母、この時がやっぱり最高ですね。

ゴールの感激も早々に、急いで着替え閉会式に行かないと間に合いません。少しトラブルがあり閉会式に出られませんでした。山本さんと千里阪急ホテルに着くと『さよならパーティー』が始まったところでした。関係者の人達も入っているのでも人でいっぱいでした。次々と料理が運ばれてきました。さすが女性ばかり、次から次へとお皿が空っぽになっていきます。私もたくさんいただきました。とってもおいしかったです。みんなが待っていたデザートは、あっという間になくなり食べられませんでした。残念！ステージでは一位のキブラガさん夫婦、二位の弘山さん夫婦がインタビューを受けていました。あんなすごい走りをする人達なのに、どんな様のそばではかわいいステキな女性なんだと思うと気が楽になり嬉しくなりました。今日のレースのビデオも流れていましたが、「二つのレースがあったみたいだね」と友達と笑い合いました。

残念ながら、招待選手の写真やサインは、もらえませんでした。あっという間の一時間半でした。帰りには、記録証と全員の記録(5km ごと)の載っている新聞までいただきました。「今度は東京かな」と、今日出場できて完走できパーティーが楽しかったことを喜び合って別れました。レースを振り返ると「もう少し後半頑張れたかな」、やはり「最後の踏ん張りが足りなかったかな」と思いましたが、次回からの課題にしたいと思います。

私ほど「こんなに楽しく走れた人はいないのではないのでしょうか」と思えるくらい楽しく走らせていただきました。応援本当にありがとうございました。以上

出口 牧

私がこんなに早く国際女子マラソンに出場出来たのは、泉南走ろう会の人達に引っ張ってもらったお陰だと思っています。ありがとうございます。

エアロビクスやトレッドミルだけで外を走った事のなかった私が、一年近くで月 300km 走れたのは、奇跡だと思っています。

今年の吉野川・福知山も駄目で、「まあいいや」と思って臨んだ長居競技場でギリギリ公認記録を取れた時に、私の緊張は半分終わってしまったような気がします。

しかし、のんきな私でさえ、一月二十七日の四、五日前に熱を出し、寝込んでしまったのですから、やはり大変なことだったのでしょう。

前日の二十六日午後三時から開会式(千里阪急ホテル) ID カード、たくさんの参加賞をいただきました。ID カードを見た時「オリンピックみたい」と思ってしまいました。会場に入ってビックリ、一人一人のゼッケン番号が椅子に貼り付けられた指定席だったのです。両席の一人は、長居と一緒に来た人。もう一人が石井さんの友達の人だったのでリラックスできました。前には、ずらっと招待選手の人達が並んでいました。細くて小さい安部さんや小幡さん、それに外国選手達と一緒に走れると思うとワクワクしてきました。式は 45 分くらいで終わり、外に出るとポポッと雨が降ってきました。明日雨が止むことだけを願って、阪南の山本さんや中西さんと別れました。

家に帰ってから、子供や主人にも手伝ってもらってスペシャルドリンクを作り、容器に入れシールを貼り、花を付けたものを七本用意しました。早く寝るつもりが、一時、二時…。結局五時に目が覚めてほとんど眠れませんでした。五時にはどしゃぶりでしたが、私のレースの時間になるといつも晴れてくれるので、それだけを神様仏様にお願いしました。

スペシャルドリンクは、九時二十分までに競技場に届ける事になっていたのも、電車で競技場へ着き、山本さんに会いホッと一息。最初に、今日着るレース着と練習用着のチェック。二つ以上商標が見えるとガムテープを貼らなければなりません。私は合格でした。それをチェックしてくれたのが、息子の学校の先生。「恒君のお母さんですね」と声をかけられビックリ。「恒太君に聞いています」なんて。更衣室はゼッケン番号で分かれていて、個人個人の棚もありました。山本さん大谷さんと競技場の回りを二周走ったり歩いたりしました。石井さんに会いホッと一息。他のレースは、「二、三十分前には並んでください」ですが、外に出たのは十五分前、並んだのはなんと五分前、緊張が少なくて良かったです。始めは調子良くてドンドン前にいってしまいました。沿道の人もたくさんで、嬉しくなっていました。やっぱり雨も止み、太陽まで出てきてくれました。子供の同級生や阪南健走会の人にも、ニコニコ手を振ってしまいました。国際大会だから真面目に走ろうと思ったのに。芝本さんや、今西さんにも会い、とっても嬉しくなりました。

いつもは折り返し地点でたくさんの人が後ろにいるのに、ほとんど数えるぐらいの人しかいなくて本当にビックリしてしまいました。その後だんだん足の甲が痛くなり、出発