

No 253

泉南走ろう会

連絡先
泉南スポーツ社
0724(83)4653

1. 例会

三月九日(日)
熊取ロードレースへの参加としますので。
例会はありません。

2. 泉州マラソン

三月二十三日
場所 種河神社
時間 九時集合

去る二月十六日に泉州マラソンが行われました。大会当日は朝からあいにくの雨で肌寒い中で大会でしたが、泉南走ろう会から参加された皆さんは、好記録で全員無事完走されました。本当にお疲れ様でした。泉州大会の結果は既に御存じかと思いますが、石井さんが遂に30分台に突入、又芝本さん、西野さん、和田さんも自己ベストを更新されました。他に真鍋さんと奥さんも何年ぶりの出場で完走、西さんも好記録で走られました。堀池さんも昨年の屈辱を晴らし今年には納得の行く走りが出来たようで満足そうでした。何時もこの大会で一年に一度しかお会いできない山瀬さんも無事完走、栗野原会長、徳山さんは何時ものマイペースでゴール、レース後はりんくう25階「団欒」にて打ち上げを行い完走を祝いました。私事ですが、1ヶ月前に足(お尻の当たり)を傷め結局出場出来ず応援にまわる事となってしまいました。現状では少し長引きそうなのでこの後エントリーしている熊取ロードレース、美山、桃山全てキャンセルとなりそうです。

3. 大会案内

●熊取ロードレース
三月九日です。参加される方は新家に集合してから会場に行きたいと思えます。
集合時間 八時とします。

●美山マラソン

三月十六日 参加予定は栗野原会長、石井さん、宮下さん、西さんの四名の予定です。



「出合い」

宮下 哲

そもその始まりは、今から15・6年前になります。私も、40才近くになり運動不足の為か体重が増えてきたので、少しランニングでもして汗を流そうと思い走り出したのがきっかけです。JR和泉砂川駅の上に住んでいたころ家の前に周囲1Kmほどの池があり走るのにちょうど良い所がありました。この池の周りを毎日3周づつ走ることになりました。ふしぎな事に三日坊主にはならず続けることが出来ました。同じところを走っていてもつまらないのもう少し遠くまで行こうと思いついて13号線を越えてJR和泉鳥取駅まで行く事にしました。少しづつですが長い距離を走れる様になり、休日には、早朝から1時間程走ってひと汗かかないと一日が始まらないまでになりました。1年が過ぎた頃には、雄ノ山峠まで走れる様になりました。しかしながらここまで来るにはたいへんで、思い起こせば、峠からの帰り道、膝を痛めて寒い冬に歩いて帰ったこと、又、喉が渴いでやっとの思いで自販機の所までたどりつき、お金を入れた物が出ず死にそうになったこともありました。楽しいことばかりではなくいろいろ苦しい事もありました。

話ばかりですが、いつものように雄ノ山へかけた帰り道のことです。会長の粟ノ原さんと出合いこの泉南走ろう会に入れていただきました。まだその頃は達さんが走ろう会の会長をされていました。前会長の達さん、現会長の粟ノ原さんは、登山の愛好家から出かけるのが好きな為か、この会で走るコースはいつも青少年の森からお菊松、高倉林道から堀河ダム周辺、又、滝の池よりゴルフ場を越えて種河神社まで戻ってくるのがいつものコースでした。入会をした日に、市民の里まで連れて行かれて、いきなり「こんな坂道」びっくり！声もでなかつたことが、思いでにのこっています。どこも良いところはばかりですが、私はなかでも、自然がまんきつできる、高倉、堀河ダムは、とくに好きなコースで、ここはまだ地道が残っているのでもよく出かけました。市民の里からは林道になります。汗を拭き拭き峠まで登りひと休み、ここで大きく深呼吸をすると空気がうまいこと、ふと我にかえります。行きは和泉山脈を眺めながら、帰りは眼下に広がる大阪湾は絶景なこと。四季を通じて飽きがこないのでもこんなにいい所はありません。

六甲縦走に始まり大江山、富士山、高野山へと、参加をさせていただき、マラニックの楽しみ方、醍醐味を教えてくださいました。

いつも思いますが、走ることもおもしろさ、走られると言うよろこびは、健康である証拠です。あたりまえの事ですが忘れてはなりません。又、泉南走ろう会に入れていただき、おおせいの方々と友達、親友になることができ、私にとっては何よりもかけがいのない宝ものをたくさんもらう事ができるこびでいっぱいです。

近況、この1、2年は、練習をさぼってばかりなので、会の皆様について行くのがたいへんですが、今後共よろしくお願致します。

