

# NO.304 泉南走ろう会

連絡先  
泉南スポーツ社  
0724(83)4653

### 例会

六月十日(日) 九時 集合  
場所 種河神社

六月二十四日(日) 九時 集合  
場所 種河神社

### 1. 大会結果

● 宮古島トライアスロン 四月二十二日

六年ぶりの参加となった今回の大会には、息子と二人で行き、息子はダイビングで親父はトライアスロンのみとなりました。当初、私もダイビングをする予定でしたが、結局何やかやで時間がなくなりダイビングが出来ずじまいでした。

今回は、あまり練習も出来ていないし、最近のフルマラソンのタイムを考えれば前回の十一時間七分を超えて、十二時間から十三時間ばかりかかると考えていましたが、思ったよりも良いタイムで自信回復につながりました。また、今回は、時々練習を一緒にさせていただいている仲間まで大阪から3名と和歌山から2名の参加でした。前回参加の時には、ゴールすると直ぐにホテルにもどってしまいましたが、今回は、一人が制限時間の2〜3分前になり最後まで応援していたため前回の参加では味わえなかった感動シーンを幾つか見ることが出来、改めて宮古島トライアスロンに憧れ参加するアスリートが、多い理由が分かった様な気がしました。スタート(7時30分)して制限時間(21時30分)の1時間前になると合図の花火が上がり、これからゴールする選手を迎えにきた家族、友達、生徒などが、陸上競技上内に続々と集まり競技場内はお祭りの様になり選手紹介の放送を聞きながらゴールテープを切る瞬間まで完走の感動を満喫しながら長かった一日の終わりに向かって、足を引きづりながら歩く人、子供を抱えゴールする人、花束を貰い感動で涙しながらゴールする人、応援に来てくれた仲間と手を取り合いゴールする人、それぞれ自分の満足感を表しながらゴールする姿を見て知人、友人関係なく惜しめない拍手と「お帰り」「お疲れさん」「おめでとう」など色々な声や拍手が飛び交う。そして14時間のタイムリミットと共に再び火花が夜空に華々しく打ち上げられ競技場の門が閉じられ再び歌声と拍手の中、一日の健闘を称える放送があり終演となりました。この時「また来年も参加しような。」と仲間内の会話となっていました。

### ● 萩往還マラニック

五月二〜四日

今回で4度目の参加となった今仁さんは、過去3回全て完走されていますが、今回も、自己ベストを2時間も短縮する四十四時間台で完走されたそうです。どこにそんなパワーがあるのか驚くばかりです。月間の走行距離 を見ても2000キロ



### 2. 大会案内

● 宮古島国際トライアスロン 六月十七日

この大会は、広島県宮島から対岸へスイム(2.5キロ)その後中国山地に向かってバイク(55キロ)の標高800mの山岳コースそしてラン(20キロ)の大会です。どうしてこの大会に参加するのかと言うと4月の宮古島トライアスロンに参加した時、スイム前になってゴーグルを無くしてしまいお金の持ち合わせもありません。後払いしようとして断られ東急ホテルのコンビニで困っていたところ奥さんの応援で広島からきていた男性にゴーグル代を出していただいたが無事レースに参加し、完走することが出来ました。そのお礼を兼ねて広島に行くことにしました。

● 神鍋高原マラソン 八月二十六日

毎年参加している大会ですが、今年は珠洲トライアスロンと重なってしまい私は参加出来ませんが、参加される方は、各人で申し込んでください。尚、宿泊先は、昨年と同じ所で予約を入れますので参加される人数の確認は、6月20日までしたいと思います。

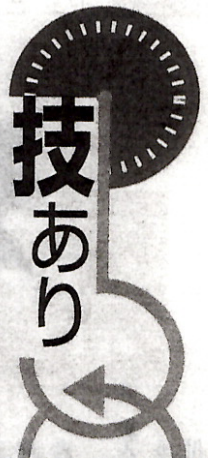
### 3. 新入会員の御紹介

5月から新たに泉南走ろう会に入会されました。

川島 巖さん 53歳  
住所 泉南市新築  
電話 090は



氏名		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
芝本 鈴代	月	468	478	485	501								
	累計	468	946	1,431	1,932								
和田 年弘	月	130	146		39								
	累計	130	276										
今仁 正義	月	139	126	201	136	282							
	累計	139	265	466	602	884							
堀池 一夫	月	152	149	115									
	累計	152	301	416									
栗野原泰正	月	100	200	80	80								
	累計	100	300	380	460								
岡田 盛助	月	315	332	341	296								
	累計	315	647	988	1,284								
ラン バイク	月	453	306	450	471								
	累計	453	759	1,209	1,680								
スイム	月	12	13	10	21								
	累計	12	25	35	56								
西 和秀	月												
	累計												
石井 繁貴	月												
	累計												
出口 牧	月												
	累計												
宮下 哲	月												
	累計												
西野 盛隆	月												
	累計												



クッション長持ちシューズ

最近の健康ブームで、朝晩ランニングに励む人は多い。その中でランナーとして、気にならぬのがクッション。スポーツ店には様々なランニングシューズが並ぶ。

ランナーが気に入ったものの、クッション性のいいもの、履き心地……。愛好者でランニングシューズは楽しんで履き、履き心地もよい。職場の愛好者や買い替える時、聞くと「履き心地がいいから」「靴底が厚いから」といふ声が多い。しかし、ランニングシューズの履き心地は、約30%も向上した。

■1の倍長持ち  
シューズの耐久性は、これまで約5000～6000kmと言われてきた。靴底がすり減った布が破れたりするためだ。では、5000km走行後に、クッション性がどのくらい向上したかを調べるために、約30%も

素材頼みから「構造改革」

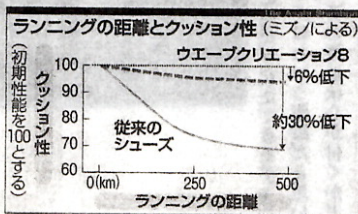


クッション性が倍長持ちするランニングシューズ

低くすることがわかった。そこで同社が開発したのがクッション性が倍長持ちする「ウエーブクリエーション8」だ。かかとには体重の約4倍の衝撃がかかるという。クッションが硬すぎれば地面からの衝撃がそのまま伝わる。ウエーブクリエーション8は、かかとには体重の約4倍の衝撃がかかるという。クッションが硬すぎれば地面からの衝撃がそのまま伝わる。

ひとつこと

さっそく買ってみた。履き心地がいい。クッション性も快適。持続性を試したいが5000kmも走れるかな。タイエットになるかしれない。(中村浩彦)



満足に伝わり、柔らかすぎれば安定性が悪く足首の障害につながる。クッション性は重要な開発ポイントだ。フットウェア開発課の佐藤夏樹主任は「新品の時のクッション性を求めるあまり、低下させ過ぎる必要がなかった」と話。

■精度を向上

佐藤さんらはスポンジ素材は使わずに、より緻密な方法に出た。代わりにガラスチップの波形プレートと板の間をゴムでつないで中空にした。しかし、波形の厚さや形状をそろえるために、クッション性が変わってしまった。佐藤さんは「構造のゆがみで、性能が大きく変わってしまう。これまでのシューズは、3mm単位でも許容範囲だったが、0.5mm単位で精度を上げる必要があった」と話。

完成後、クッション性自体も従来より16%もアップした。5000km走行後には、新品時より6%しか性能が低下しなかった。ランニング性能を素人が頼るのではなく、構造の設計でコントロールできる時代になった。この手法を「ミズノ野球」や様々なスポーツシューズに活用して「ミズノ」の大躍進は話している。

〈タミ〉価格は総込み16800円。開発には高機能シューズの人気の高い欧米のランナーの意見も多く採り入れた。発売は9月10日。1週間後に開かれた東京マラソンでは、さっそく履いて力走するランナーの姿もあった。発売直後から人気を集め、品薄状態が続いた。07年度は全世界で41万足の販売を目標としている。