

泉南走ろう会

連絡先
泉南スポーツ社
072-483-4653

平成23年3月11日発生の東北地方太平洋沖地震で被災された地域の皆様に心よりお見舞い申し上げます。一日でも早い復興をお祈りします。ます。

なお3月27日の例会にて「泉南走ろう会」からも義捐金を贈ることに決定しましたのでお知らせいたします。

例会

● 4月10日(日)

場所 種河神社(9時集合)

※桃源郷マラソン(4/3)は中止になったので通常通り例会を行った後、花見にうつります。

● 4月24日(日)

場所 種河神社(9時集合)

【重要】お知らせ

5月の例会から第1日曜日、第3日曜日に変わりますので「注意ください！」

(5月の例会は5月1日と5月15日になります)

大会結果

● 篠山マラソン(3月6日)

芝本さんが参加。

● くまとりロードレース(3月6日)

岡田さん、栗野原さん、堀池さん、田中さん、和田さん、今仁と

篠山 ABC マラソン
フル
芝本 3:27:26
(登録女子 26 位)

「泉南走ろう会」ともお馴染みになった岡田さんの会社の人達が走りました。応援に西さんが駆けつけてくれました。少し肌寒い朝でしたが、心配された雨は降らず、風は冷たかったのですが、心配されたコンディションでした。ゲストは毎年来られるタレントの森脇健二さんでスターターから表彰式の進行まで忙しそうでした。表彰式の後の抽選会で岡田さんの会社の岡井さんがみごと折り畳み自転車を買ってました。その後、熊取駅近くの「中国亭」で打ち上げの宴会。最初から最後まで飲み放題メニューの飲み物が追い付かないほどでした。

くまとりロードレース		
10km男子 45歳以上		
岡田	46:47	43/266
堀池	49:41	72/266
和田	52:39	108/266
今仁	58:27	184/266
栗野原	62:09	229/226
10km女子		
田中	58:02	49/122

● 岩出マラソン(3月13日)

岡田さん、真鍋夫妻、田中さんが参加。岡田さんのゼッケンは510?

岩出市 会場では、男女共同参画推進委員6人が参加者に募金の協力を呼び掛けた。集められた義援金は

日本赤十字社を介して現地に金額寄付される。(「わかやま新報」ネット版より)

大会案内・予定

● 桃源郷マラソン(4月3日・紀の川市)

【中止】

● 武庫川ユリカモエウルトラ70kmマラソン(5月3日)

西野、和田

● 萩往還マラニック(5月2~4日)

250kmの部

岡田、今仁

● 神鍋高原マラソン

● 大阪マラソン(10月30日)

受け付け締め切りは3月15日

● 神戸マラソン(11月20日)

受け付けは4月頃開始

● 奈良マラソン(12月4日?)

受け付けは4月頃開始

● 京都マラソン(24年3月)

受け付けは未定

岩出マラソン結果

氏名	ナンバーカード	タイム	ネットタイム	種目名	種目順
西田 浩之	510	1:12:20		一般15キロ男子(50歳以上)	17/11
真鍋 裕香	825	1:26:31		一般15キロ女子(35歳~49歳)	16/35
田中 好重	906	1:28:00		一般15キロ女子(50歳以上)	8/17

＜近況など＞

3月13日例会は岩出マラソンと重なり参加者は堀池、和田、今仁の3名だけでした。東日本大震災は痛ましいことになりましたが、津波警報もでていたため、海岸コースは避けて新滝ノ池コースを3人でゆっくり走りました。走り終わったところに出勤前の西野さんがたい焼きを差し入れに来られました。野球の審判など忙しそうですが5月の連休の時は武庫川ユリカメモウルトラを走られるそうです。話題は出口さんのことや地震の時の南海電車の対応などでしたが、時節柄いつもより早く散会となりました。

＜大会参加記＞

●第18回泉州国際市民マラソン（2月20日）

泉州国際マラソン参戦記

きつかった。このレースは私にとってきついマラソンだった。

レース前は30キロまで行けたらいいなあ、と気楽に構えていた。

それがスタートして私にとって結構なペースで走れたものだから、根が馬鹿なので調子付いて、これはいけるぞ余裕でゴールだな、と考えていたものだが当然そんなにマラソンは甘くはなかった。

月間走行距離は正直で、早くも10キロ過ぎからのペースダウンは当然の結果だろうか。それとも歳のためなのか、それとも気力か。

悪いことに左足に大きなマメができてしまい、左足を引かずしながらの走りで残りの距離をなんとか消化するという情けなさ。

疲労で思考能力の欠如した頭の中、とりあえず次の関門までの時間を計算しながらのヨチヨチ走りで、ひとつづつ関所をクリアして行く。

なんとか私の目標であった30キロを過ぎてからさらにペースが落ち、走ろう会の皆さんの応援が多少なりとも力になり、なんとか残り2キロまでたどり着いたのである。

そこから応援の堀池氏の併走で苦しさをまぎらわせることができ、ゲートタワー下のゴールへ。

4時間29分10秒、間一髪でのフィニッシュ。

ああ、これで旨いビールが飲める。ゴール後の血液が不足した頭での考えがこれだ。なんと単純、でも完走できないとの差は大きい。

思えば去年の忘年会で、陸連審判員の今は亡き出口さんに、私は酔っ払った勢いで言った「泉州マラソンでの関門をまけてね」の言葉どおり出口さんはおまけしてくれたのか。ありがとうね、出口さん。

また私にとってこのレースが1年のひとくぎりであり、また改めてこれからのつたないランニング人生の始まりでもある泉州マラソンは、めでたしめでたし

第18回泉州国際市民マラソン

開催日：2011年2月20日（日）
開催地：大阪府（堺市他）
ランデスNo.: 00234



ランナー検索結果

氏名	ナンバーカード	グロスタイム	ネットタイム	種目名	種目順位
西田 浩之	1401	3:46:26		未登録男子	578/1514
和田 年弘	1580	4:09:20		未登録男子	1014/1514
住吉 稔	2326	4:13:10		未登録男子	1095/1514
栗生 暢雄	2459	4:26:17		未登録男子	1430/1514
西 和秀	3076	4:29:06		未登録男子	1492/1514

で終わったのである。

東北地方太平洋沖地震で被災された方々、がんばってください。そして無念にもお亡くられた方々、ご冥福をお祈り致しております。

これからの日本はどうなっていくのでしょうか。とても心配です。

西 和秀

●東京マラソン2011（2月27日）

東京マラソン 2月27日 岡田 盛助

今回3度目の申し込みで36,000人の中に入り初めて参加する事が出来ました。行きは、大谷さん（トリアスロン仲間）の車で23時に家を出て朝6時頃東京に着き車でマラソンコースの下見を兼た東京見物で昼頃まで過ごし、受付会場であるビックサイトに到着。広い会場には色々なメーカーの展示ブースがあり多くの人で賑わっていました。

翌日、7時過ぎにホテルを出て新宿駅へ行きスタート会場となる都庁庁舎合までの地下道は、既に人、人で荷物預かりの準備で混雑していました。着替えを済ませ荷物預かりに行くときと受付締切時間の放送が流れ始めたために急に忙しくなり、戦場の様な状況になっていました。それとトイレを待つ人で中々整列場所にも思うように進めない混雑で人であふれ返っていました。こんなに人が多く並んでいるのを見たのは、万博以来でした。

スタートはE列で号砲から約9分でなんとかスタートラインを超えスタートを務められた石原都知事に手を振りながら走り出す。コースは5km位まで6車線をフルに使っているため思ったよりはゆったりと走れたが、両側の治道には途切れること無く応援の人垣が続き、又所々では色々と思いを凝らしたグループの応援や私設エイドもありマラソン大会と言うよりもお祭りと言った方が合っている様に思いました。

皆さんも一度は是非参加して見ては如何でしょうか。また、この大会には多くの芸能人の方も参加されていますが、私が見かけたのは、亀田兄弟のみでした。しかし、ゴールタイムからすると国分さんとほぼ同じタイムだったのでもしかするとテレビに写っていないか楽しみにしていました。しかし、翌日のフジテレビで小倉さんが担当されている「とくダネ」という番組で私設エイドの場面が放送されそこに写っていた所を家内が見たとの事です。又、会社でも二人の方が見られていた様です。申し込みを行い抽選に当たらなければなりません、皆さんも参加してみてください。

氏名 NAME	岡田 盛助
ナンバー NUMBER	26875
記録 TIME	4:29:18
チップタイム(参考) CHIP TIME	4:21:40
種目名 EVENT	マラソン男子 Men
順位 PLACE	9778

通過点 Point	通過タイム Intermediate time	スプリットタイム Split
5km	0:39:43	-
10km	1:10:41	0:30:58
15km	1:39:26	0:28:45
20km	2:09:03	0:29:37
中間点 Halfway Point	2:15:14	0:27:56
25km	2:36:59	-
30km	3:09:50	0:32:51
35km	3:40:31	0:30:41
40km	4:15:50	0:35:19
フィニッシュ Finish	4:29:18	0:13:28

● 2011 そうじや吉備路マラソン (2月27日)

「そうじや吉備路マラソン」
2月27日(日)岡山県総社市で開催された「そうじや吉備路マラソン」に参加してきました。全体参加人数は1万2千人。うちフルとハーフで5千人位の大会です。

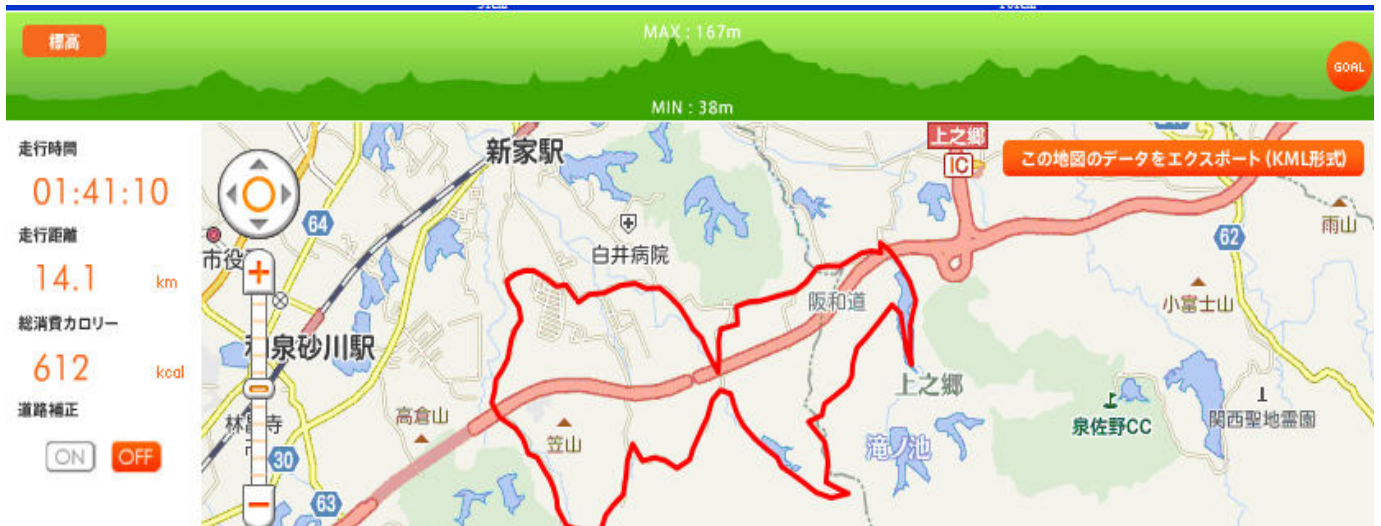
当日の天候は「晴れのち曇り」。気温は少し高め。コースは市街地、古墳や寺、田園地帯で変則周りもあり風光明媚かつ変化に富んだコースでした。記録を目指す方には、5キロすぎの大きなアップダウン、古墳や寺社地区の連続したアップダウン、曲がりが多いコース設定であるためお勧めしませんが、古墳・寺社・田園地帯は走っていてほんとに気持ちの良いコースです。さらに、応援の方々も多く私設エイドもかなりあって、地元の皆さんが造り上げてくれている大会でありました。また、主催者の「東の東京マラソン」「西のそうじや吉備路マラソン」に育てるといふ意気込みは十分伝わる大会でもありました。

川島 巖



312	1452	川島 巖	大阪府	泉南走ろう会	4:29:27
-----	------	------	-----	--------	---------

例会コースマップ(新滝ノ池コース)



走行距離（2011年）

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	平均
芝本 鈴代	492.0	440.4											466.2
	492.0	932.4											
岡田 盛助	301.0	293.0											297.0
	301.0	594.0											
西野 隆盛	160.0	194.0											177.0
	160.0	354.0											
今仁 正義	198.0	146.0											172.0
	198.0	344.0											
和田 年弘	104.0	133.0											118.5
	104.0	237.0											
堀池 一夫	128.0	78.0											103.0
	128.0	206.0											
西 和秀	90.0	110.0											100.0
	90.0	200.0											
栗野原 泰正													#####
	0.0												
石井 繁貴													#####
	0.0												
田中 重好													#####
	0.0												
川島 巖													#####
	0.0												



帽子のひさしに挟める優れたもの
LEDライト（白2、赤1）。泉佐野のドン・キホーテで売っていました。ボタン電池で連続20時間以上持つそうです。価格は998円

●ヘッドライト

知り合いのランナーが会社を立ち上げました。詳しくは <http://runlife.jp/>



◀お役立ち情報
●かかと補修材

◀ごあいさつ
大震災の時は東京にいました。これまでに経験したことのない揺れが続く、震源が東京でない場合はほとんどないことが起きたと思いました。
昨年忘年会において岡田さんから事務局を引き継ぐことになりましたが、ようやく3月1日に単身赴任先の博多から熊取に戻って来ました。遅ればせながら今月から会報を発行させていただきますのでよろしくお願い致します。

と、思っていた矢先に次の仕事が決まってしまうました。最初は人事本部から6月まで学生採用の面接をやってくれないかという話だったので、その後山口県の光市で大型受注物件があり、その現場の事務員の話があり、ダブルブッキングになりましたが両方引き受けることになりました。4月18日から光市に単身赴任することになりました。
皆様の原稿を例会で受け取れない場合はメールで、よろしく願います。（今仁）

例会に出られない場合の原稿送付先
電子メール：
right.imani@nifty.com
ホームページ：
<http://homepage3.nifty.com/imani/>
「知らない道を」→検索

