



泉南走ろう会

発行：
泉南走ろう会
ホームページ：
<http://imani.sports.cocacn.jp/wp>
[泉南走ろう会]検索

▽スケジュール

12月13日(日) 9:00 例会
(12日から変更) 別所バス停
※走った後、総会があります

12月27日(日) 9:00 例会
別所バス停

2021年

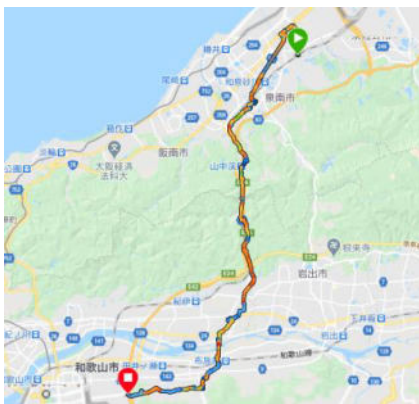
1月1日(元旦) 6:00 三社詣り
別所バス停

▽例会日誌

11月8日(日) 晴れ

参加者 7名
今仁、岡田、奥中、芝本、堀池、向井、和田
メニュー 約35km
新家駅～樫井交差点～泉南市埋蔵文化財センター～信達野田藤～林昌寺～岡中の大楠～和泉鳥取駅～山中溪山中神社～雄ノ山峠～中山王子～山口王子～イズミヤスーパーセンター紀伊川辺(買い出し)～紀の川堤防(昼食)～旧中筋家～花山温泉(入浴)～和歌山駅(多田屋)

メモ 写真は別掲



忘年会・駅伝大会中止のお知らせ

先月お知らせしました12月6日(日)の駅伝、12月12日(土)の忘年会は最近の新型コロナの流行状況からいずれも中止になりました。

忘年会

先月の会報にて12月12日(土)仁屋にて泉南走ろう会の忘年会を実施する旨の案内をさせて頂きましたが、その後コロナウイルス感染が全国で拡大し、大阪においても感染拡大が収まる気配がなく吉村知事による5人以上の外出自粛等の要請が出されております。従って、泉南走ろう会としても皆さんの安全を考慮し残念ではありますが、忘年会を中止する事と致します。

新年の三社詣り

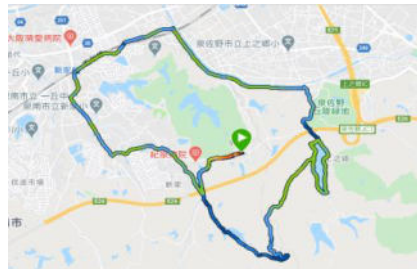
例年実施しています泉南走ろう会恒例の意賀美神社、日根神社、種河神社の三社詣りを元旦に実施致します。

参加者は、西さん宅に集合願います。尚スタートは午前6時となります。

11月22日(日) 晴れ

参加者 7名
今仁、岡田、奥中、西、堀池
(田中、増本?)

メニュー 約15.4km
青少年の森～新滝の池(2周)～意加美神社～兔田～新家駅～種河神社



メモ 例会の前、徳山さんが立ち寄って近況をうかがった。足の手術でランニングは止められているがウォーキングはできるということで、元気そうで体型も以前通りすりとしていました。

▽大会結果

なし

▽大会予定

12月5日(土)
第4回能勢妙見山パワートレイルラン2020
25キロの部：太田

2021年

2月8日(月)～2月21日(日)
第28回KIX泉州国際マラソン ONLINE
CHARITY RUN 2021

エントリー：先着3,000人(合計)

1月8日～1月29日

フルマラソン：3,000円

ハーフマラソン：1,500円

参加賞：イベントライト
ポーチ(アシックス)

★特別特典★：フルマラソン申し込みの方には、次回大会(第29回)のフルマラソン優先出走権進呈

2月28日(日)

第15回湘南国際マラソン
25km

フル：今仁

大会開催は12月10日開催可否決定

3月21日(日)

第10回淀川マラソン2021

フル：

エントリー：2/8

4月11日(日)

第4回紀泉アルプス TRAINIC STAGE

約22km：

エントリー：～3/29

参加費：6,000円(返金保証なし)

▽和歌山ラン

(11月8日例会)

出場予定大会がなく、モチベーションが下がりっぱなしのこの頃、例会で長距離をみんなで走ることになりました。新家駅からスタートしたのは、今仁、岡田、奥中、芝本、堀池、向井の6名樫井の交差点で和田さんが合流しました。

和歌山へは風吹峠、雄ノ山峠、孝子峠の3通りのルートがありますが、途中に名所の多い雄ノ山峠越えを選択して、途中いろいろ観光しながら、スーパーで買い出しして紀の川の堤防で昼食をとったりしながら平均ペースキロ12分くらいで岡田さんの故郷付近の花山温泉で入浴の後、最終ゴールの多田屋へ。楽しい1日となりました。



山中溪駅



雄ノ山峠



紀の川を渡る



和歌山県へ



林昌寺



旧中筋家



岡中の大楠



小川に魚の大群



多田屋で打ち上げ



北海道&東北地方ツーリング旅行No. 3 ～ 東北編 ～

岡田 盛助

9月7日(月) 晴

今日で北海道を離れ大間に渡る事になる。10時半すぎのフェリーに乗船。北海道上陸から13日間での走行距離は3,000kmを少し越えていた。「楽しい北海道旅、有り難う」と別れを告げた。



大間へは、1時間10分で着き本州最北端に向かう。そこには大きなマグロのオブジェと最北端の碑があり、此所で大阪からバイク二台と原付一台で来ていた学生3人組に声を掛けられ、これから道内に渡るとの事だった。



この後は、以前同じ会社の仕事仲間では今は下北半島に移り住み趣味の「鉄ちゃん」を満喫している知人宅を訪ねた。保存会の会長を努めていて機関車に乗せてもらったりして2時間程過ぎた後、30分程で着くと言う恐山に向かう。

恐山には観光客は殆どいなくて硫黄の臭いだけが漂っていた。この後六カ所村にある日本原燃の出向者用の住居施設前に向かう。そこは大阪の千里か泉北の様で少し迷ったが無事再会し、此所で二泊お世話になった。部屋はバス、トイレ、キッチン、8畳の部屋があった。

9月8日(火) 晴



昨夜友人からすすめられた十和田湖、酸ヶ湯温泉に行く。しかしルート選択ミスなのか小さい町中を通った事もあり結構時間が掛かり、18時からの懇親会に遅れる事が心配される為、十和田湖行きを諦め八甲田、酸ヶ湯温泉に向かった。酸ヶ湯には浴場が幾つもあり風情のある大浴場の混浴風呂と小さな風呂の二つに入った。此所も観光客は少なくゆっくり入る事が出来た。因みに混浴には、若い二人の女性が入っていた。帰りは思ったより早くて17時前に帰れた。懇親会は宿舎から10分弱の所にあり既に何組かの客がいて賑わっていた。集まったメンバーは全員単身赴任で長い人で10年以上と言う方や元々青森出身者もいた。

9月9日(水) 晴れ時々曇り



計画では今日から南下しながら東北地方を観光し、一般道で帰る予定だったが、昨日のツーリング後に相方のガソリントankから燃料が少し漏れている事が分かり余り無理出来ない事もあり計画を見直し、最短ルート(途中で日本海側に出る)で帰る事にした。7時過ぎに宿舎を出発、338号線で八戸まで行きその後は4号線で南下、北海道とは違い道が混んでいて思ったより時間が掛かったが、中尊寺には立ち寄り金色堂(写真撮影は不可)を見学した。此所は修学旅行生や一般の方も多かった。この後一関から10km程の所にある花泉運動公園キャンプ場に到着し、相方が買い出しに行き帰るなりシフトレバーが作動しなくなったとの事で携帯で何とか修理屋を探し、明日の朝10時に修理に来てもらう事になった。又、就寝後12時頃から雷が鳴り出し、慌ててテントを炊事棟の屋根の中に引張り込み何とか雷雨を回避する事が出来たが、六カ所を出てからは、相方もバイクを倒しブレーキレバーを折ったり、買い出しに出る際バイクが林の中に落ち掛け二人で引き上げたり、私も中尊寺を出る際、バイクを倒したりと踏んだり蹴ったりの1日だった。明日は、何とかバイクが動く事を願っていた。

9月10日(木) 晴れ時々曇り

最悪の場合にどうするか話し合ったが、相方は修理には時間とお金がかかる事になる為、その時はバイクを廃車し新幹線で帰る事を考えていた。荷物を最小限にし、二人乗りで帰る事を提案したが、受け入れられ無かった。修理屋は予定通り10時にやって来て状況を聞き紋別で行った処置を再度行くと何とかシフトレバーが作動し、ほっとしたのもつかの間1時間程走った所で再び同じ状態になり遂にバイクを諦め新幹線とバイクに別れて帰る事になった。そこは東北自動車道古川インターから15km離れた所で今

回初めて高速道路を走る事になりゲートを通しようとしたらETCが作動せず故障している事に気づいた。高速に入って昼食を取り、家内に電話をし、状況を説明早ければ明日中に帰れると伝えると「早いやね!」と言われてしまった。その後しばらく走りながらそのまま帰れば再び東北地方を訪れる事がないかも知れないと思い、仙台宮城インターで降り再び三陸海岸を北上する事にした。まずは仙台駅に立ち寄りそこから45号線に入り石巻市まで行く事にしたが、道路が混んでいて思う様に進めず東松島市に入った所で国道沿いのビジネスホテルに泊る事にした。この日の夜も昨夜と同じ様に雷雨が凄く台風の様だった。

9月11日(金) 晴れ



朝起ると昨夜の雨は嘘のように天気も良く今日は雨の心配はなさそうので早々に出発準備をし、9時頃ホテルを出る。今日の一番の目的は陸田高田の「奇跡の一本松」で勝手気ままな一人旅である。石巻、南三陸、南気仙沼と通り過ぎる中、至る所で未だ工事が行われ道路の彼方此方に津波到達の表示がされていた。陸田高田市に入ると目に入ったのが、膨大な堤防に囲まれた町で、奇跡の一本松は整備地の中に出てきたスーパー等が立ち並ぶ遙か先があり、そこに建てられた記念館を通り抜け広々とした芝生広場の2~300m先に堤防が作られ慰霊碑もあった。



更に堤防の端500m位の場所にひっそり「奇跡の一本」があり説明書きを読んでいると込み上げるものがあった。この後大船渡まで行きそこから107号線で岩手県を横断して北上市に出る。花巻温泉に行き3件のホテルに宿泊を確認するも休日前でもあり全て満室で仕方なく岩手県を離れ秋田県の横手市に向かった。駅前に行くとも直ぐにビジネスホテルが見つかりチェックインし、ホテル近くのスーパー銭湯に入った後、明日の行き先をガイドブックで

調べ、乳頭温泉、田沢湖、角館を観光し、後は海岸沿い7号線で山形県に入る事に決め就寝。

9月12日(土) 晴れ時々曇り



昨夜決めたコースで走っていると先に「田沢湖」の表示があり少して「乳頭温泉」の表示があり山に向かって登って行くと「鶴の湯」の看板がありその方向に行くと急に道が悪くなりこんな先に温泉施設があるのかと思っていると、そこはまさに秘湯場で時代劇に出てくる様な感じのする所だった。浴棟は、小さな川を渡った所に男子棟、女子棟があり、その奥に写真で見る混浴の露天があった。小一時間温泉を満喫し、来た道を戻り田沢湖に出て30分程で角館市内に入り武家屋敷を散策した。この後海岸線を走る7号線で山形県に突入。残念ながら鳥海山は雲が掛かり全景は見えなかった。酒田市に入り、直ぐにライダーハウスが見つかりチェックインし、駅前に出て居酒屋風の店で夕食を済ませホテルに戻り明日のルートを確認し就寝。

9月13日(日) 晴れ時々曇り



酒田市から7号線を少し走り47号線に入ろうとしたが標識が見当たらず迷いながら庄内平野を走る。再び47号線に戻り最上川沿いを内陸方面に走った。最上川と言えば芭蕉の俳句で「五月雨を集めて早し最上川」が有名で日本三大急流の一つに数えられる川で途中急流下りの船着場に立ち寄ると、船頭らしき人が船の手入れをされていたが、人影がなく閑散としていてやはり此所もコロナの影響なのかと思った。この後新庄市に入り13号線を南下、天童市を通り山形市へ入った。此所で蔵王山に行く事も考えたが、山岳方面は雲が掛かり雨が降っている様なので諦めそのま

ま南下して福島市に向かった。米沢市に入りしばらくすると喜多方市方面の標識があり急遽ルートを変更し、喜多方から猪苗代湖に回って会津若松市に入り駅前ビジネスホテルに入った。此所でも夜になって凄雨が降った。

ルート推定図(作成:今仁)



9月14日(月) 雨

朝4前に目を覚ますと結構な雨が降っていた。天気予報では福島地方も新潟地方も雨の確率が90%だった。今日で何とか富山県に入れば「よし」と考えて出る事にしたが、雨も小降りになり時間もあつたので鶴ヶ城(2.5km)まで歩いて見に行く事にした。7時半頃で場内には入れたが、天守閣は準備中で入れなかった。ホテルに戻り8時過ぎに出発。東北に入って以降昼間には一度も雨に遭う事なく天候に恵まれていたが残念である。1時間程で新潟県に入ると予想していた通り雨が急に強く降り出したが、新潟市内に入ると雨も止み陽が照っていた。8号線で長岡市、上越市を過ぎ糸魚川で再び滝の様な雨になったが、直ぐに止んだ。此の時点で富山県入りを諦め海岸の国道沿いに民宿があり泊る事にした。民宿の主人に富山まで何時間で行けるか聞くと1時間半もあれば着くと聞き明日もこのまま8号線で下道を走り米原まで行きそこで名神に入り帰る事に決めた。



9月15日(火) 晴れ

今日で北海道&東北地方ツーリング旅行も最後になってしまった。思えば半月ちょっとバイクで走り続け何とか無事にここまで帰って来たので最後に帰りに着く迄無事に終わらせたいと思いつつ民宿を出発。途中、糸魚川の切り立った海岸線を走っていると50年前に走ったであろう旧の8号線跡が、今は草木に覆われ廃墟跡の様になっていた。確かこの辺りで朝を迎え眠気が酷くバイクを止め休んだ当時の事を思い出した。この辺りの事だけは今も記憶として残っている。富山市内に着くと3時間弱も掛かって此所で下道で帰る事を諦め金沢東か西で北陸道に入り帰る事にした。高速に入って直ぐは風が怖くて80km程で走っていたが、時間と共に慣れ何時の間にか100km前後で走っていて家には15時半頃に帰着いた。今回のツーリング旅行では、時間面、費用面で余り気にする事が無く出来た事が一番だった。会社勤めでは絶対に出来ない事だと熟々思った。又、車ではなくバイクだからこそ味わえる楽しさを感じ最高の旅行になった。機会があれば又是非行ってみたいと思う。



	合計	北海道	東北	信玄
走行距離	5,465km	3,015km	2,450km	
宿泊費	47,850			9泊
フェリー料金	25,650			舞鶴&函館
ガソリン代	25,570			
高速代	10,760			
お土産	24,630			
雑費	68,970			食事、テント、その他
合計	203,430			

第6次お遍路ラン

今仁 正義

2015年9月に7人で始めたお遍路ランは今回で6回目となる。2回



目以降は各自銘々で走っている。私は最近では四万十川ウルトラマラソンにかけて10月に行っている。今年は70歳代の部に70歳と2週間走ることになっていて入賞するには大チャンスだったのだが。

10月25日(日) 晴れ

ホテルA Z? 国民宿舎古岩屋荘

時間内に大宝寺に行けそうもない場合は44 大宝寺と45 岩屋寺を入れ替える。順番どおりにはならないが、たどり着けなかったらとも子もない。

時間に余裕がないので、6時に朝食をとらずに出発する予定だったがホテルの朝食が6時からだったので朝食をとることにした。予定より30分遅れて出発した。

ホテルを出てすぐに昨日まで主に通って来た56号線からそれで久万高原方面に行かないといけないがお遍路地図では良く分からなかった。昨日ホテルにチェックインする前に分岐するところを確認しておいた。立体交差を左に行き右折するようになっていた。その帰りに内子の歴史的街並みを通って戻れば良かったのだが、疲れていたのでは通らなかった。それで遠回りして街並みを通ったがいきなり道を間違えて昨日はなかったトンネルに出た。そして朝イチですませたのにまた便意をもよおした。コンビニくらいあるだろうとたかをくくっていたのが失敗だった。



3時間ほど走ったところで道の駅が4km先にあるとの表示があったがしばらく行ったところで工事で全面通行止で迂回路に行くようになっていた。迂回路は旧道だった。2km以内で元の道に戻らないとアウトである。元の道に戻ったところで道の駅まであと1kmだった。温水器のついたきれいなトイレがあった。



四国にもスキー場が



ハリーとトントみたいなお遍路さんがいた。トントは猫だったか。犬の吐く息が白かったのを見て自分の息も白いことに気がついた。手袋がほしいくらいだった。



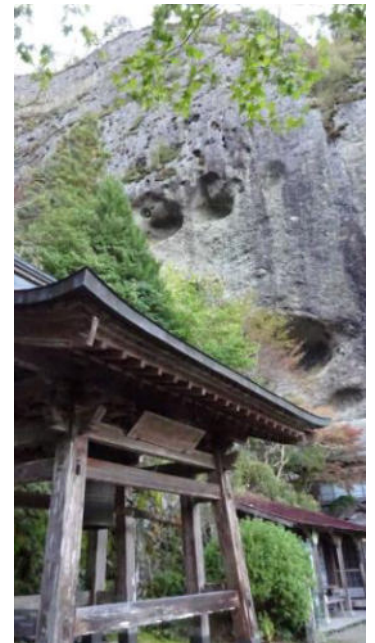
長いトンネルを抜けて久万高原町に入った。ほとんど海拔ゼロからのスタートでずいぶん上った。

分岐があって農祖峠経由のお遍路道を行けば大宝寺まで6.9kmだった。今日は時間の都合でお遍路道は通らないつもりだったか、5kmも違うのでは通らないわけにはいかない。峠の頂上までは特に険しいところはなかった。

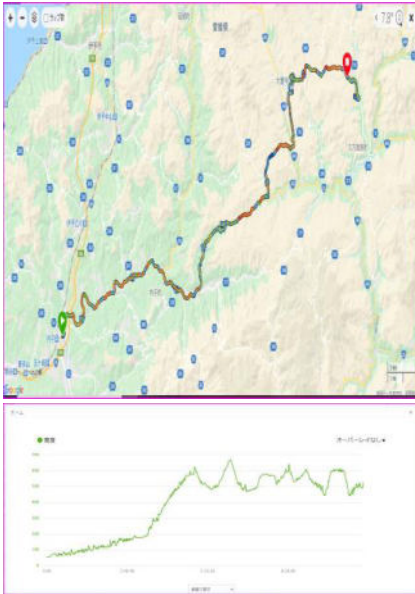
予定より1時間前の14時に大宝寺に着いた。



11km先の岩屋寺まで行くと明日の予定がかなり楽になる。今日の宿を通りすぎたのが16時ちょっと前だった。岩屋寺までは2kmのはずで道も下りだった。少し行ったところで道路標識は岩屋寺まで4kmと出た。googleで確かめるとあと1.2kmだった。4kmだと納経所が閉まってしまう。トンネルを過ぎてすぐに岩屋寺だった。googleが正しかったと思ったが住宅地から駅までの距離が一番近い家からの距離で表示されるのと同じで岩屋寺の敷地までの距離のようだ。入り口から本道まで20分となっていて急な坂で体感はそれ以上だった。



結局この日は10時間以上かけて58km移動した。四万十川ウルトラマラソン60kmはだいたい7時間前後で走っているのだが5kmのリュックで山道も走るお遍路とはまったく違う。



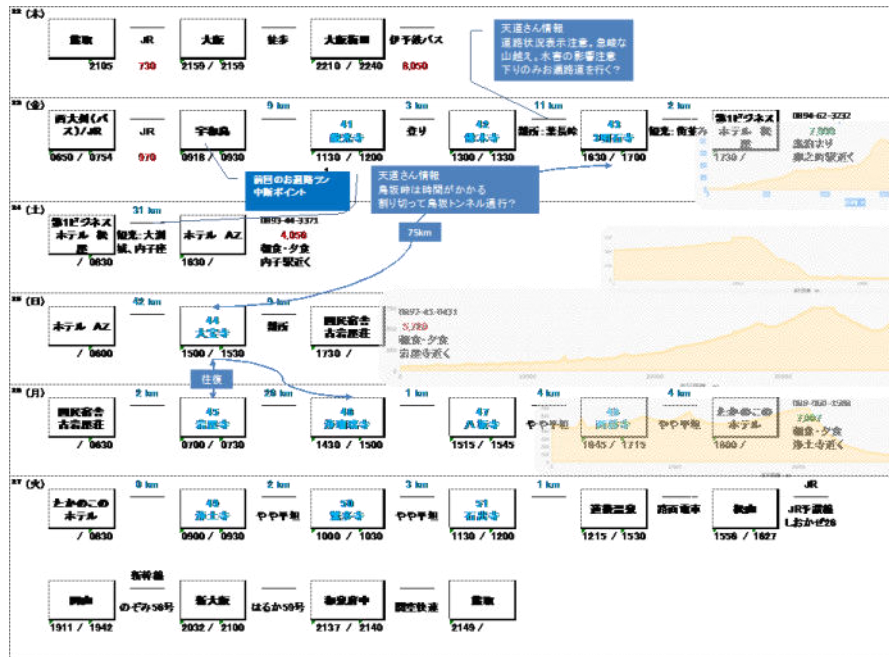
※以上は私のブログの一部です。
全文は以下にあります。

<https://plaza.rakuten.co.jp/imani/>
検索→「知らない道を」→トップページ
上部にある「別館」

▽近況報告

■西

この前、免許更新したのですが視力が良くなってメガネをしなくてもよくなりました。
年取ると目が良くなるんですかね？
ただ私は大型トラックとタクシー免許もあり、条件付きでこれらを運転する場合だけ視力の条件が少し上がるのでメガネがいりますが。



■芝本

11月の連休に、千葉と東京の孫に会いに行ってきた。飛行機のピーチは、コロナ対策は確実に実施していました。帰り、時間があったので、スカイツリーに行ってきた。平日の午前中だったので、ガラガラで、エレベーターも、私達二人だけでした。景色もよく見え、行ったかいがありました。11月の走行距離は、409キロです。12日土曜日仕事休み取ったので、13日の例会は仕事なので、欠席です。よろしくお願いします。

▽雨山通信

岡田さん素晴らしい北海道・東北の旅レポートありがとうございます。地図など修正してまとめて冊子にしましょう。

11月1日から始まったKIX泉州スマホスタンプラリーに参加しました。泉州地方の74か所をまわり、ポイントを獲得します。50ポイント目は23位で通過し、最後の74ポイント目は関西空港で達成しましたが、マラソン大会がない時期に良い練習になりました。

(今仁)

月間走行距離 (2020年赤字: 修正あり、緑字: 暫定距離)

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	391.0	381.0	392.0	357.0	419.0	417.0	405.0	422.0	418.0	407.0	409.0		401.6
西田 浩之	281.0	284.0	250.0	269.0	225.0	212.0	220.0	259.0	258.0	275.0	257.0		253.6
岡田 盛助	266.0	200.0	110.0	251.0	360.0	303.0	215.0	220.0	142.0	303.0	275.0		240.5
今仁 正義	231.4	124.5	179.6	91.6	117.5	221.3	163.2	96.4	283.1	327.2	263.5		190.8
栗栖 貞行	163.0	167.0	164.0	177.0	220.0	212.0	104.0	181.0	138.0	118.0	125.0		160.8
増本 鹿吉	62.0	167.0	167.0	169.0	38.0	169.0	292.0	323.0	13.0	39.0	0.0		130.8
堀池 一夫	131.0	40.0	85.0	136.0	109.0	151.0	137.0	132.0	154.0	135.0	140.0		122.7
和田 年弘	105.0	10.0	100.0	34.0	50.0	159.0	81.0	161.0	86.0	93.0	108.0		89.7
向井 幸司	110.0	110.0	80.0	80.0	150.0	90.0	80.0	80.0	86.0	50.0	60.0		88.7
西 和秀	60.0	60.0	65.0	190.0	120.0	94.0	54.0	65.0	80.0	45.0	55.0		80.7
太田 貴庸	129.0	157.0	93.0	40.0	60.0	44.0	54.0	65.0	19.0	27.0	87.0		70.5
	129.0	286.0	379.0	419.0	479.0	523.0	577.0	642.0	661.0	688.0	775.0		

Tシャツ追加注文について

1枚 1,900円

内訳 ドライTシャツ : 680円
 カラー(茶またはグリーン)代 : 660円
 文字(白またはライム)代 : 660円
 たたみ袋詰めなし : 0円し

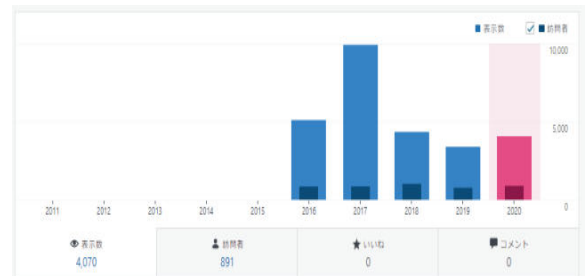
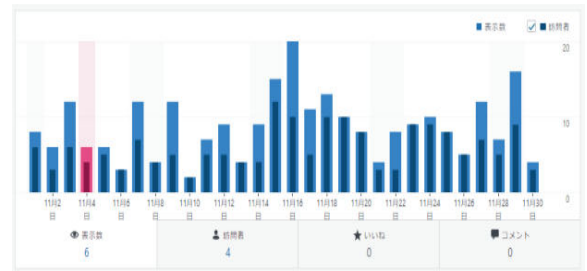
別途送料 : 770円(申込者で割り勘)

※カラーはその都度変更可能です
 現在は **茶** と **グリーン** を着用しています

ご希望の方は12月10日まで今仁に連絡ください



泉南走ろう会 ホームページアクセス状況



記事を書く場合はログインが必要です

メール登録している方は

ID : 名字のローマ字読み

PW : システムから送られたメールにあります

メンバー募集中新規! 泉南走ろう会

泉南市近辺の方一緒に走りませんか?

第2・第4日曜日、朝9時に泉南市別所バス停に集合。

新滝の池やミニトレイルランコースを走ります。

会費は会報の通信費程度です。

大会にみんなで行けば安くなります!

お酒の好きな方、特に歓迎します。

走ることの楽しみを共有出来ることを目的にしています。レース指向の会ではありません。

これからの冬のマラソンシーズンに向けて辛い時期も一緒にがんばりませんか? 体験練習でも良いです。

上記の練習会の日に一度、来てください。お待ちしております。

ホームページ <http://imani.sports.cocan.jp/wp>

「泉南走ろう会」→