



# 泉南走ろう会

発行：泉南走ろう会  
<http://sports.coocan.jp/wp>  
泉南走ろう会 →

## ▽例会日誌

6月11日(日) 雨

雨天中止

朝からの雨で早々と中止決定

いつもの喫茶店に9:00集合し、9月の北海道遠征の打合せ。

参加：今仁、岡田、芝本、栗栖、和田

6月25日(日) 晴

参加者 9名

栗野原、今仁、岡田、奥中、川島、芝本、堀池、西、和田

メニュー 15.5km

別所～青少年の家～新滝の池～意賀美神～兎田～新家駅～種河神社～高架下～別所

通常コース：奥中、芝本、和田

短縮コース：今仁、岡田、川島、堀池、西

\*下の写真は、例会ランニングコース榎井川沿い



## ▽スケジュール

### ▽例会

\*7月より夏季時間となります。

7月 9日(日) 8:00 別所バス停

7月 23日(日) 8:00 別所バス停

### ▽大会予定

○7月16日(日)

第20回小布施見にマラソン

ハーフ 奥中

○9月16日(土)

第9回しまなみ海道ウルトラウォーキング

80km 奥中

○9月17日(日)

ニセコマラソンフェスティバル

ハーフ 芝本、和田

10km 今仁、岡田、西

○9月24日(日)

秋田内陸リゾートカップ 50km 今仁

○10月15日(日)

四万十川ウルトラマラソン

60km 今仁(予定)

○11月5日(日)

下関海峡マラソン フル 今仁

東北みやぎ復興マラソン2023

フル 奥中

○12月17日(日)

第21回和歌山ジャズマラソン

ハーフ 今仁

## ▽会報500号発行について

今仁 正義

泉南走ろう会会報は今年の10月号でいよいよ500号となります。これを記念していろいろなイベントを企画したいと思います。

2, 3については1年くらいの時間をかけて作成する。

### 1. 記念イベント

500号を記念して下記いずれかを開催する。

- ・BBQ大会 毎年西さん宅で行っていますが、りんくう公園もどうでしょうか
- ・ビアガーデン
- ・リレーマラソン 新滝之池または泉南ロングパーク 付近 前回中止となった3クラブ対抗も

### 2. DVD作成と配布

これまでの会報をできる限り集めてDVDに収める。歴代のメンバーにも配布する

### 3. 写真集の作成

イベントやマラソン大会遠征時の写真を中心に作成する。

## ▽会報500号原稿募集

テーマは何でも良いので、各自最低一つは原稿を提出する。

- ・私と「泉南走ろう会」
- ・思い出の大会
- ・自己ベスト(大会名、年月日、距離、タイム)
- ・秘蔵写真「私のベストショット」
- ・趣味





・近況 等々

期限：9 月半ばをまでに

▽近況報告

紀泉アルプストレラン練習 (山中溪～箱作)

和田 年弘

5 月の KOBOU トレランに参加した向井さん、奥中さんと第 3 土曜日にトレラン練習しようということになり、早速 6 月 17 日 (土) に実施しました。

参加者：今仁、岡田、奥中、奥田 (和田の知人)、和田の 5 名

コース：山中溪から箱作 約 16 km

時間：4 時間 30 分

トレラン練習と言っても安全第一ということでマラニックと言ったほうが良いかもしれませんが、やはり山を走るといのはロードでは味わえない爽快感を感じました。箱作到着後は駅前の「王将」で餃子と生ビールで反省会。これも目的の一つ。

次回も 7 月 15 日 (土) に実施予定ですので皆さんの参加お待ちしております。

詳細は走ろう会 LINE でお知らせします。



人生に迷ったら知覧へ行け

西 和秀

今、「人生に迷ったら知覧へ行け」と言う電子書籍を読んでいます。

以前走ろう会で指宿マラソンに行った時に、知覧特攻平和会館に行った時の感動が忘れがたく、たまたま Amazon の電子版で出ていたので購入。読み進めていくと、恥ずかしながら電車の中で涙腺が緩みばなしで、困ってしまいました。

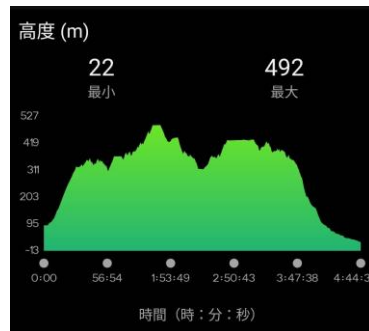
当時 17 才から 25、6 才の若者が、敵艦に体当たり攻撃の為、知覧から沖縄方面に飛び立って行きました。当時の若者は、自分が行かなければ日本は負けてしまう、大切な家族、母親、妻、兄弟、子供を守るためにと、そう考えたのです。自己犠牲の極致です。現代の若者には到底理解しがたい考え方ですが。

知覧特攻平和会館での隊員の遺書を読んで感じた事は皆さん、字がとてもうまく賢い人達だったなど想像できます。そんな人たちが命をかけて守ろうとした日本。今の日本は、当時特攻隊で散った方々が思い描いた理想の、恥ずかしくない日本になったのでしょうか。

近況 向井 幸司

6 月の月間走行距離は 60 km とあまり走れなかった。お天気や用事もあったが、大会にエントリーしていないので走ることへのモチベーションが上がらなかったのが一番の原因だと思う。マラソン大会やトレラン大会など、近々に何かエントリーしたいと思います。お勧めの大会などあれば教えてください。

最近、通勤の電車内でマラソンやトレランの YouTube 動画を見えています。今更かって突っ込まれそうですが。走り方や練習の仕方など新たな発見があるので、日々のトレーニングにいくつか生かしていると思います。いくつか見た YouTube 動画の中で「くれいじーかろ」チャンネルがすごく面白かったです。マラソンやトレラン大会の実際に走っている映像が主で、すごく臨場感がありトップランナーの走りが実感できます。皆さん時間があれば一度見てみてください。





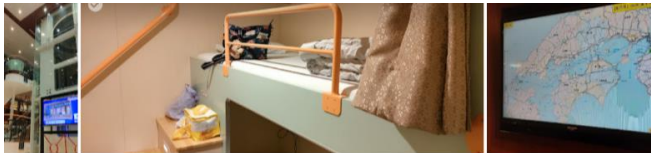


久しぶりの里帰り

今仁 正義

5月のゴールデンウィークは本来は長崎橋湾岸スーパーマラニック 273 で久しぶりに 173km の部で夜間走をするはずだった。1月13日の金曜日の雨の夜に自転車で転倒した時に左膝のお皿を骨折したのが治らず、出場を断念した。代わりに大分県耶馬溪の妻の両親の法事に行った。コロナ禍でも九州で行われた大会の帰りには大分の友達の家に泊まったことがあるが、親戚の家に泊まるのは久しぶりだった。

泉大津からフェリーで新門司に向かった。



フェリーに乗り込み露天風呂に入り、明石大橋をくぐるともうすることはなくなり、酒を飲んだらすぐ朝になる。フェリーのレストランで朝食を取り、売店で追加の土産物や焼き立てパンを買ったが、小倉の姉の家に寄ってパンを渡すつもりだったのに、渡すのを忘れてしまった。この頃物忘れがひどい。

東九州道今仁トンネル



このトンネルの左下が今仁地区であり、かつては今仁城もあったらしいが、今はほとんど痕跡がない。この姓も藤原不比等から賜ったと叔父が手書きしていた家系図にあったが、言ったもん勝ちのような気がする。うちは3人姉弟で、それぞれ二人ずつ姉妹がいて、その子どももすべて女性なので、今仁姓は絶滅寸前である。「苗字由来net」によると以下のようになっている。

- 【名字】今仁
- 【読み】いまに
- 【全国順位】 14,648 位
- 【全国人数】 およそ 390 人
- 【名字の由来解説】

現福岡県の一部と大分県北部である豊前国宇佐郡今仁

村が起源（ルーツ）である、中臣鎌足が天智天皇より賜ったことに始まる氏（藤原氏）。近年、宇佐市など大分県に多数みられる

落ちない岩



妻の旧実家は土砂崩れで家が半分流された。幸い事前に避難していたので人的被害はなかった。今は家の前が九州百名山の鹿嵐山（かのらせやま）758mの登山道となって、駐車場ができていた。名所案内の看板も設置されていて、落ちそうで落ちない岩というのがある、これから受験生に向けて売り出そうとしていたが、いつのまにか落ちていたようだ。

標的



とみくじマラソンツアーのとき立ち寄った双葉の里のすぐ裏の沖にコンクリートの建造物があり、子供の頃はそれが何なのか知らなかった。宇佐市のホームページで以下のように説明があった。

宮熊沖の標的

宇佐市出身の名横綱双葉山を顕彰する「双葉の里」に近い宮熊沖に、宇佐海軍航空隊が爆撃訓練を行った標的が残っています。小型軍艦の長さと同様 100m の直径で 6本の柱が並び、中央には直径 10m の円柱があります。訓練では上空 3000m から急降下して弾を落とすので、上空から見る標的はとても小さく見え大きな重力もかかり、標的に当てるのは難しかったそうです。





▽事務局だより

皆さん、いよいよ7月に入り泉南走ろう会例会も夏時間（8時スタート）となります。雨でなかなか走れなかったり、故障で思うように走れなかったりと思うようにいきませんが、通常コース、短縮コースありで無理せず、楽しくランニングしたいと思います。またランニング後のトークタイム参加でも結構ですので多数の参加をお願いします。

▽思い出フォト 雄姿



2014年

萩往還マラニック (250kmの部)

今仁



2014年 神鍋マラソン



月間走行距離 (2023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	313	235	361	322	337	327							316
	313	548	909	1,231	1,568	1,895							
増本 鹿吉	251	162	299	311	305	198							254
	251	413	712	1,023	1,328	1,526							
西田 浩之	202	186	203	210	224	203							205
	202	388	591	801	1,025	1,228							
和田 年弘	233	171	150	114	173	158							167
	233	404	554	668	841	999							
栗栖 貞行	139	137	281	157	100	101							153
	139	276	557	714	814	915							
向井 幸司	110	170	30	80	200	60							108
	110	280	310	390	590	650							
今仁 正義	118	5	40	179	123	108							96
	118	123	163	342	465	573							
堀池 一夫	68	80	95	74	108								85
	68	148	243	317	425								
西 和秀	52	105	35	85	70	78							71 ↑
	52	157	192	277	347	425							
岡田 盛助	179	124	0	35	20	35							66 ↓
	179	303	303	338	358	393							
太田 貴庸		14											14
	0	14											
真鍋 康之	0												0
	0												
石井 繁貴	0												0
	0												

