

新型コロナ禍により大会・各種イベント中止による今後の予定話合う

第1回役員会開催

一関楽走会

2020年
6月号
No.551
発行責任者
佐藤東
Tel.23-0101
09068525852

会員募集中

第1回役員会は当初9日の予定でしたが、会場の都合で16日に延期開催しました。

4月・5月の大会・イベントはコロナ禍によりことごとく中止されました。その中例走会は、3密を避け運動による体力造りに効果ありとのことで継続しております。

6月以降も自粛で各種大会・イベントが中止されていることより今後の予定を協議しました。

- ① 例走会は継続開催
- ② 12 H.ピースラン
- ③ 8月9日(日)開催
- ④ 一関国際ハーフマラソン・盛岡マラソン 動向確認中
- ⑤ 県下交流会中止それに代わる一泊旅行の実施など検討しました。



第1回役員会 5月16日

⑤ 創立50周年
令和3年50周年を迎えます。
事業について御意見を
お願いします。

会報発行ピンチ
大会・イベント中止により会報原稿がありません。身の回りの出来事・趣味・街の状況等原稿をお願いします。
編集委員

五月晴の下例走会



新型コロナ感染収束を祈念しました

5月例走会は憲法記念日の3日五月晴の下開催、今月は久方振りに畠山さん、黒のTシャツ・短パンにタイツ黒覆面で平澤さん参加。今日も話題は新型コロナでもちきり、各地の大会諸行事の中止等報告。ラジオ体操、集合写真はコロナ感染拡大収束を祈念し観音様の前でした。

浅沼 善治 記

マラソンシーズンで巣ごもり?(自粛中)の皆さんへ

武漢ウイルスで非常事態宣言が出され、不要不急の外出制限のなかスポーツイベントはほとんどが中止され市民ランナーとしての会員の方々も日頃の成果を発揮する機会がなくなっているところだと思います。私は昨年の夏から左膝が、今年の3月末に腰と右膝が故障、現在も整骨院でリハビリ中、今年体調を整え来年の元旦マラソンを手始めに月1回の目標に向かって頑張っているところです。興味ある記事がありましたので皆さんにお知らせします。(日経 XTECH より)

「ウイルスは10m飛ぶ、高速ランナー背後の流体解析で判明」

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、くしゃみや呼吸で出る飛沫について流体解析でシュミレーションを実施した事例が増えている(表)。シュミレーションツールの米アシスト(Ansys)はくしゃみやマスクについてのシュミレーションの動画を公開。ソフトウェアクレイドル(大阪市)はマスクの効果をシュミレーションで試算し、交流サイト(SNS)などで公開した(関連記事)。それぞれ独自の視点で条件を設定し、人と人との安全距離や、マスク装着の効果などについて知見を得ている。

オランダ・ベルギーの大学とアンシス・ベルギーなどは共同で、歩行者やランナーが感染者だった場合の距離の取り方を明らかにした。ランナーの真後ろにいて、呼吸に含まれる微粒子をまともに受けてしまうため、10mは離れる必要があるという。一方で、立ち止まっている場合は2mの「ソーシャルディスタンス」があれば飛沫を直接受けることはない、米アンシスが確認している。ただし、ソフトウェアクレイドルがマスクの装着効果を確認した計算は、飛沫がもっと遠くに飛ぶ場合があると示唆する結果になっている。(原文)

「くしゃみ・呼吸による飛沫のシュミレーション」

- ・シュミレーション計算者
A: オランダ・アイトホー工科大学、ベルギー・ルーバン・カトリック大学、アンシス・ベルギー、ベルギー・アビセンナライアンス B: 米アンシス C: ソフトウェアクレイドル
- ・主要な結果
A: 歩行者(4 km/h)の真後ろは5m、ランナー(14.4 km/h)の真後ろは10m距離をべき。
B: 距離1.8mで飛沫は落下、ひじでカバーすれば0.9mで落下。(立ち止まり)
C: マスクの圧力損失効果で微粒子の飛散を強く抑えられる。(立ち止まり)

以上の結果から、練習は2人以上で走るときには、並走は1.0m、前後は10m離れて行いましょう。とは言っても、無感染者の人はいつも通り「和気あいあいと、楽しく」走りましょう。

感染された方、重症者の方々にお見舞い申し上げますと共に、早い完治を願うところです。

この国難に、会員の皆さんと共に「元気で健康で頑張りましょう！」
「楽しく走ろう！」 一関楽走会 佐藤 東

5月例走会堤防の上をランニングの参加者



5月例走会参加者

千葉丈夫 菅原東 菅原楯夫 小野寺卓司
畠山真佐美 平澤和則 菅原孝一 佐藤東
浅沼善治

6月例走会

日時 6月7日(日)
午前6時から
会場 河川敷トリムコース