

一関楽走会

2022年
6月号
No575
発行責任者
佐藤東
Tel123-0101
09068525852

会
員
募
集
中

50周年記念式典 開催

4月29日、一関文化センターにおいて、一関楽走会創立50周年記念式典がわれました。

一関市長、平泉町長、一関体育協会長が来賓として出席いただき、会員25名の参加で行われました。佐藤会長より、「昭和46

年5月5日、亀谷先生ほか2名で始めた一関楽走会も、50周年を迎えました。これも、偏に来賓各位と会員の皆様のご協力、ご支援の賜物と心より感謝申し上げます。



挨拶を述べる佐藤東会長



市長代理の伊東まちづくり推進部次長

今日まで、楽走会を支えていただきました会員の方々に心より感謝申し上げます。さらに60周年に向けて活動することを誓い申し上げます」と挨拶がありました。来賓を代表して、一関市長(代理)から「元旦マラソンなど、市民の健康づくりに貢献していただきました。今後のさらなるご発展をご祈念申し上げます」との挨拶をいただきました。

故氷室一彦様、故浅沼善治様に対し、感謝状を贈呈いたしました。贈呈式には、故氷室様のご子息裕史様、故浅沼様の奥様百子様にご出席いただきました。故氷室様は、平成11年より16年の長きにわたり元旦マラソンや、岩手県交流大会開催を初め、各種事業推進に多大なる貢献をいただきました。

故浅沼様は、平成15年から、事務局長として、会の要となり活躍いただきました。特に、定期的に発行される会報は大変工夫された紙面で、会員は会報が届くのを大変心待ちにしておりました。50周年を迎えることが出来たのも、お二人のご活躍があったからこそと、会員一同感謝申し上げます。記念誌は、出席会員に受付にてお渡ししました。欠席会員には、手分けして配布しております。



故浅沼事務局長への感謝状贈呈



故氷室会長への感謝状贈呈

記念講演



医療法人三秋会理事、一関中央クリニック名誉院長より、「運動と疾病予防」と題して記念講演をいただきました。

先生は、現在岩手県介護老人施設協会会長など多くの要職についておられます。「健康な生活を送るためには、生活習慣と、病気の早期発見が鍵となる。毎日、8千歩以上が良い。認知症の予防には、運動+頭を使う。例えばジョギングしながら、1000から7づつ引き算をする。健康長寿のための『3つの柱』①栄養をしっかり噛んで、しっかりと食べる。②身体活動たっぷりあるこう。ちよっと頑張っ筋トレ。③社会参加。お友達と一緒にご飯を。前向きに社会参加を。大変示唆に富むご講演ありがとうございました。

5月の例走会

今月は7名の参加です。進行担当は、熊谷秀雄さんです。会長から「創立50周年記念式典お疲れ様でした。今年は、県内各地でマラソン大会が開催されます。目標を持って、健康マラソンを行いましょう。」との挨拶がありました。

その後、トリムコースをみんなで自分のペースに合わせ走りました。進行担当の熊谷さんからは、「いつも、『参加したいなあ』と思っていました。時間が取れなく、しばらく参加していませんでした。長澤先生の講演にもあったように、走るのに加え、人と話をしたり、交流を深めることが大切だと思います。例走会に参加する機会が出来、これからは参加したい」と話されました。



左から阿部隆・熊谷秀雄・菅原東・佐藤東・菅原孝一・小野寺卓司・写真齋藤祐二の7名の参加

6月例走会

6月5日(日)
午前6時
河川敷「トリムコース」
今月の進行担当は
三浦真さんをお願いします。

会報原稿募集

皆さんの寄稿をお待ちしております。原稿〆切毎月15日

事務局より

・創立50周年記念式典が、開催されました。昨年度実施の予定でしたが、コロナ禍の影響で一年後の開催となりました。盛大に祝賀会を行い、50年の節目をお祝いしたかったのですが、延期となりました。記念誌を、OB会員にも配布することについて、その範囲等を検討しております。
・公認大会が開催されてきました。自分で走るのも楽しいですが、大会の緊張感と、全力で走ってみるのもまた楽しいものです。秋の駅伝大会まで、どうぞ力を試してください。
・朝、気候も良くなってきましたので、例走会にどうぞ参加願います。

事務局 齋藤祐二 連絡先：080-8213-1136 Kinako19631014@outlook.jp

4月〜10月大 会出場予定者

大会名	開催日	参加〆切	出場予定者
錦秋湖マラソン	5月29日	4月29日	佐藤東・菅原孝一・細川慎一・齋藤祐二
金ヶ崎マラソン	6月5日	終了	佐藤東・小野寺良信・細川慎一・齋藤祐二
いしのまき復興マラソン	6月26日	終了	千葉隆・齋藤祐二
山形・大高根山トレラン	6月26日		菅原孝一
一関国際ハーフマラソン	9月25日	6月30日	種目がハーフのみです。来月が〆切です。
いわて盛岡シティマラソン	10月23日	7月31日	フルマラソンです。

マラソン大会報告

伊藤克則 記

郡山シティマラソンの2日前に、足にハンマーをぶつけ、走れるのか心配でしたが、コースがなだらかなので、何とか完走出来ました。

東北希望の襷マラソン山形大会は、2・5kmを8周+1kmのコースです。朝から雨で、途中大雨になりました。ラスト1周は、デットヒートしました。

仙台ハーフマラソン 千葉隆 記

コロナで2年中止となり3年ぶりの大会です。

参加者が減ったとはいえ、4千人のランナーは多い。スタートしてすぐに、10分前にスタートして1・7km

地点で折り返してきた先のグループとすれ違うのですが、片側2車線、両側で4車線の道路が色んな華やかなウエアのランナーで埋め尽くされているのは壮観でした。私は、そのとき、大会に参加できて本当に良かったと思いました。

また、高橋尚子さんと大迫傑さんが途中途中で声を掛けてくれたのも嬉しかった。

きらめきマラソン 小野寺良信 記

コースは平坦な田園地帯で、至る所で代掻きや田植えが真っ盛りの中を走るもので、普段の生活空間と同じ空気感で、家の周りを走っている感じさえしました。

レースの10日前から健康チェックシートに体温、体調とともにコロナワクチン接種日等を記載した用紙2枚を当日提出しなければなりません。

会場へのアクセスは、シャトルバスが運行されました。バスに乗る際は検温し、OKの場合のみマスクにシールが貼られ会場入りが可能となるものでした。

小生は、久々の公式マラソン大会とあって、前日の代掻き中には、やる気持ちは抑えきれずイメーজトレーニングに余念がありませんでした。(笑)

スタート時刻の10分前にスタート地点に駆け付け、事前に指定されたCブロック(一番遅いブロックらしい)に並び、どこがスタートゲートかわからない状況の中で号砲を合図に歩き始めました。やや行く道路脇のタワーに美人が小生に笑顔をくれました。大会のアンバサダー那須川

4月〜5月 大会参加記録

- ・郡山シティマラソン 4月29日
伊藤克則 10km 49:15
- ・遠野馬の里ダートマラソン5月1日
菅原孝一 20km 1:31:58
- ・仙台ハーフマラソン 5月8日
菅原孝一 ハーフ 1:52:14
千葉隆 ハーフ 1:48:44
- ・奥州きらめきマラソン 5月15日
佐藤 文政 10km 57:06
小野寺良信 10km 55:45
細川 慎一 10km 52:30
齋藤 祐二 10km 44:56
- ・信夫山パークランニング5月22日
菅原孝一 10km 1:14:16
- ・東北希望の襷マラソン 5月22日
伊藤克則 ハーフ 1:49:43

瑞穂さんです。相変わらずお美しい！今回は10kmのみの大会でしたが、結構大掛かりに仮装する参加者が目立ちました。

コースはほとんどフラットで、自己ベストの人も多かったことと思います。

レース後は、大好きな岩谷堂の「もちた屋」で海老天大盛そばを食べ、帰宅後は代掻きに専念したのであります。

4月走行距離

順位	名前	2月	3月	4月	累計	順位
1	阿部 隆	318	299	346	1253	1
2	齋藤 祐二	229	267	256	954	2
3	菅原 孝一	208	216	230	899	3
4	小野寺卓司	135	210	223	648	8
5	伊藤 克則	200	200	200	800	6
6	畠山真佐実	202	249	187	816	5
7	大越 昭夫	225	213	184	819	4
8	西城 孝	180	180	180	720	7
9	千葉 隆	80	286	174	540	11
10	佐藤 文政	147	98	158	566	10
11	須藤 正男	58	86	150	424	14
12	葛西 五郎	130	150	140	570	9
13	細川 慎一	127	149	128	518	12
14	菅原 楯夫	10	125	125	270	17
15	小野寺良信	85	90	100	365	15
16	佐藤 隆義	105	180	95	510	13
17	熊谷 秀雄	70	80	80	300	16
18	佐藤 東	17	90	72	211	19
19	平澤 和則	21	7	51	96	22
20	阿部 洋一	20	3	15	128	20
21	千葉 健一	70	45	5	128	20
22	菅原 東	10	3	5	18	24
23	岩渕 吉郎	90	40	0	230	18
24	川向 愛人	-	10	-	40	23
25	長澤 茂	-	-	-	0	25
26	金田真太郎	-	-	-	0	25



徐々に回復中の岩渕吉郎さん。
一関国際ハーフで復帰戦を予定

止めようか、止むまいかスキー 皆さんこんにちは、会員年長組満73歳の岩渕です。

今年こそはと張り切ったマラソンシーズンを迎えたのですが、怪我により、走れなくなってしまいました。

毎年冬期間は「スキーとワカサギ釣り」の二刀流でどちらもシーズン中に8回は行くように努めています。4月にスキーの最終にしようと夏油高原で上級コースを滑り、雪面の窪みにはまり転倒。

年会費納入者

令和4年度分
伊藤克則
関野吉美
千葉隆

年会費は、5月末までに納入願います。

退会会員

小野寺利美様

私事ですが、50周年記念を最後に退会します。会長さん、会員の方々大変お世話様でした。

右足の脛腓筋肉断絶による内出血、更には、靭帯損傷で走るどころか歩くことすら難しい状態となりました。

2か月を経過し日常生活には、支障のないようになりましたが、まだ、走れる状態にはありません。

復帰戦は、9月の一関国際ハーフマラソン大会を予定しています。

無理をしないで調整し、徐々に走れるようにしたいです。