

# 一関楽走会

令和5年  
8月号  
No589  
発行責任者  
佐藤東  
Tel23-0101  
09068525852

会  
員  
募  
集  
中



前列左側から、柴山東治・畠山真佐実・細川慎一・佐藤東・小野寺卓司、後列 齋藤祐二・川向愛斗・千葉健一・菅原東・小野寺仁・平澤和則・阿部隆・菅原孝一の14名

## 7月例走会

7月2日、6時でも暑い陽が昇っています。今月は14名の参加で例走会が行われました。今月の司会進行は、柴山東治さんです。「これから夏に向けて暑い日が続きますので、水分補給をして、暑さに負けないように体調管理をしていきましょう」との言葉がありました。会長からは、「今日は、走

る仲間の会岩手奥州交流会があります。揃いのTシャツをきて参加しましょう」との挨拶がありました。ラジオ体操を行い、トリムコースを走りました。

### 「走る仲間 の会」18 名の参加

7月2日、「走る仲間の会岩手奥州交流会奥州大会」が開催されました。会場は、奥州市薬師堂温泉で、開会式のあと、10時温泉の周辺5kmをみんなで走りまし

た。気温もあがり、暑かったのですが、話をしながら和気あいあいと走りまし。ゴール後は、温泉にゆっくり入りました。



安彦夫妻が、5kmを楽しみました。



一関レディースの皆さんと踊りを披露センターが、小野寺知夏さんです。毎週の練習成果が出ました。



薬師堂温泉玄関前、前列左から 平井恒雄・佐藤東・小野寺知夏・佐藤文政・菅原孝一・細川慎一・後列 齋藤祐二・大越昭夫・阿部隆・柴山東治・小野寺仁・須藤正男・熊谷秀雄・小野寺良信・安彦節子・菅原東・安彦敏郎・石川徳雄の18名

12時15分からは、懇親会。各団体から、余興を出すことになっており、当会では小野寺知夏さんが、一関レディースの皆さんと一緒に踊りを披露しました。



懇親会にて、一関レディースの皆さんと佐藤会長。宴も佳境に入ってきました。左から 佐藤会長 諸岡さん、阿部さん、平井さん、伊藤さん、久能さん、齋藤さん

小野寺知夏  
平成30年の一関大会を懐かしく思いながら現地に向かいました。ランニングコースでは終始、写真撮影や声をかけあいながら楽しく走りまし。特に給水所が設けられた河原から田んぼに向かったコースはさわやかな風があたり気持ちよく走ることができました。懇親会では一関レディースの皆さんからお誘いを頂き参加した余興のダンスは大成功だったと思います。練習では落ちこぼれの私も皆さんの応援、素敵な背中でのゼッケンの後押しのお陰で自信を持ってステージに上がれました。本当にありがとうございました。

## 第3回役員会

7月13日、山目市民センターにて役員会を開催しました。

### 議題

- ① アンケート調査の結果
- ・メールよりラインを活用してはどうか。
- ・芋の子会や一泊の懇親会を企画してはどうか。
- ・会報で連載ものの企画してはどうか。
- ・今後の活動の参考にしてまいります。
- ② あっぴりレーマラソンの参加について
- ・1チーム参加する。
- ③ ピースランの後援依頼について
- ・後援する。
- ④ 一関国際ハーフマラソン打ち上げ会について
- ・市の「磐井川芋の子会」がやっていければそれに参加する。



上段左から菅原孝一・佐藤東  
下段左から小野寺知夏・小野寺良信・畠山真佐実・細川慎一・写真 齋藤祐二

## 8月例走会

8月 6日 (日)

午前6時00分  
河川敷「トリムコース」  
今月の進行担当は  
西城孝さんにお  
願います。

## 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

## 編集後記

・7月中旬までは、九州、東北（特に秋田）に経験したことのない豪雨に遭いました。下旬になり、梅雨明けが発表されると、猛暑が続きます。レースにおいても、練習においても水分の補給を十分に取らしましょう。

・楽走会の活動は、創設以来毎月の例走会を第1と考えております。毎月参加者の皆さんの顔を見ますと、ほっとします。ひとりで走っても、練習になりますが、みんなと話をしながら走るとはとても幸せな時間です。「継続は力なり」です。どうぞご参加ください。

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

開催日	大会名	出場予定者
8月19日	大仙市トレラン	菅原孝一
8月27日	北海道マラソン	齋藤祐二
9月17日	田沢湖マラソン	齋藤祐二
9月24日	一関国際ハーフマラソン	小野寺仁・齋藤祐二・佐藤文政・柴山東治 千葉隆(参加者はもっと思いたいますが、今のところの情報で掲載しました。来月号には、しっかり掲載したいと思いたいます)

# 出 場 者 大 会 8 月 9 日

## 6月大会記録

- ・函館マラソン  
6月25日 ハーフ  
千葉隆 1:41:08
- ・おいらせ町いちようマラソン 6月25日  
10km  
安彦敏郎 59:20  
3km  
安彦節子 22:17
- ・サロマ湖100kmウルトラマラソン 6月25日  
齋藤祐二 12:22:54



### 函館マラソン

千葉隆

函館マラソンは、ハーフとフルの2種目で、ハーフには約4,500人が参加する大きな大会です。初めて参加しましたが、函館の市街地を走るコースは、道路も広く、沿道の応援も多く、坂も少なく、気持ちよく走れました。記録もベストタイムでした。

ちょうど、JRの「大人の休日倶楽部パス」が使えたので、30数年ぶりに札幌ビール園に行きおいしくビールを飲んできました。

おいらせ町いちようマラソン

八戸駅からバスで送迎してくれるので、新幹線です。

日帰りができます。お金と時間に余裕があれば八戸に泊り、みるく横町にくだすのもお勧めです。参加者は少なく、アットホームな大会です。若干高低があるくらいで、のどかな田舎道のコースです。当日は雨上がりで、畑から立ち上る湯気の中を、老人ホームの方々の応援をいただきながら走りました。スタート地点の体育館が高台にあるので、最後が登りになります。金ヶ崎ほどではありません。ゴール近くの公園に自由の女神があります。

### 安彦節子

10km女子優勝者の20歳前後の地元実業団らしき若い子が素敵。着ているシャツも淡い色でグラデーシオンがかっこよくて見とれていたら、小学生の親子がサインをもらっていました。



### サロマ湖100km

齋藤祐二

今年の最大の目標にしていた「いわて銀河100km」を欠場しました。

疲労が蓄積され、股関節周辺部の筋肉がカチカチに硬くなっていました。銀河より2週間後の大会なので、サロマ湖に出場しました。その間、積極的な休養が大切とのこと、6月はほとんど走っていません。

完走できなくても良いから、「妻と北海道旅行だ」と自分に言い聞かせました。

午前5時スタート。40km地点では、4時間05分。しかし、それ以降は給水所の度にゆっくりに休み、パンやバナナを食べる人の流れにそって走りました。

80km以降は、疲れて、1km歩いたり、収容車に拾われたいと思いましたが、90km地点で11時間01分。制限時間が13時間。あと10kmを2時間以内で走れば完走だ。それを支えに、何とか完走しました。本当に疲れました。

## 6月走行距離

順位	名前	6月	累計
1	阿部隆	333	1,860
2	千葉隆	250	1,436
3	大越昭夫	250	1,369
4	西城孝	250	1,190
5	佐藤文政	241	1,114
6	畠山真佐実	227	1,296
7	菅原孝一	211	1,200
8	菊田和夫	206	1364
9	伊藤克則	200	920
10	小野寺卓司	188	1,361
11	柴山東治	176	1,148
12	小野寺知夏	160	560
13	齋藤祐二	124	1,376
14	細川慎一	95	703
15	小野寺仁	90	1,014
16	熊谷秀雄	90	540
17	小野寺良信	80	520
18	須藤正男	79	544
19	平澤和則	68	296
20	千葉勇一	64	455
21	吉川勝哉	60	438
22	千葉健一	20	88
23	川向愛斗	10	112
24	菅原東	10	20
25	葛西五郎	未	240
26	金田真太郎	未	60
27	佐藤東	未	83
28	千葉忠夫	未	260
29	神崎浩之	未	15
30	熊谷正治	未	1
31	岩淵吉郎	未	0

## あっぷりレーマラソン

- 1.開催日 9月10日(日)
- 2.開催場所 安比高原
- 3.会費 5,000円  
(参加料2,500+車代等2,500)
- 4.集合場所 一関インター
- 5.集合時間 6時00分

### 参加者

監督	佐藤東	
コーチ	岩淵吉郎	
選手	安彦敏郎	安彦節子
	阿部隆	小野寺仁
	齋藤祐二	柴山東治
	菅原孝一	畠山真佐実
	細川慎一	

### 一関国際ハーフマラソン試走会

9月3日 10時  
大会に慣れるようにと、ハーフマラソンのコースを試走いたします。

昨年は、この大会で佐藤文政さんが出した記録が、9月の月間全国1位になりました。

試走をした成果が表れたのかもしれない。Uドーム集合です。

### 年会費納入者

・金田真太郎