一関楽走会

令和8年
4月号
No616
発行責任者
佐藤東
Tel23-0101
09068525852

3月例走会

３月１日道路に設置されている温度計は、マイナス２度を表示している。

まだ、手袋は手放せない。

今日の例走会の司会は菊田さんです。

「皆さん、おはようございます。厳美の菊田です。今日の日の出は、６時８分です。厳美から、この会場に向かってくるときに、朝日が素晴らしく、見事でした。３月になり、走り易い気候になってきました。

ただ、熊も冬眠から目覚めてくると思いますので、どうぞ、気を付けて走って下さい」との挨拶がありました。

前列左より菅原東・齋藤明美・佐藤東小野寺卓司・千葉丈夫　後列左より柴山東治・畠山真佐実・千葉健一・平澤和則・小野寺

司会を務めた菊田和夫さん。朝日が素晴らしいとの感想。

総会マラソンに９名

今日は、総会が午前１２時からあります。

その前に、総会マラソンと称して、２０kmと１０kmのマラソンを予定しており、目白押しの日程です。

例走会には、１２名が参加いたしました。

８時の総会マラソンには、６名が参加しました。

８時スタートの皆さん。　左より齋藤明美・細川慎一・小野寺伸也・柴山東治・小野寺仁写真齋藤祐二

定期総会

１２時から定期総会が、古戦場にて開催されました。

会員４０名中、本人出席１２名、委任状２１名、合計３３名の出席で、総会が成立致しました。

会長より「新年度も楽しく活動していきましょう」との挨拶がありました。

議長には、小野寺良信さんが選出されました。

７年度事業報告、会計報告、及び監査報告があり、満場一致で承認されました。

８年度の事業計画案、予算案が提案されました。

重点事業として

①会の活性化
・例走会
・駅伝の出場
・会報の発行

②会員の拡大
・元旦マラソン等により活動の理解を深める。
・ホームページの毎月更新

③独自事業の開催
・会員の親睦を深める

質疑で、独自事業の開催時期についての質問がありました。

事務局長から、「予定としては７月中旬を見込んでいる」との回答がありました。

その後、採決に入り、満場一致にて可決されました。

古戦場から、博物館２往復の２０kmコースには、細川さん、柴山さん、小野寺伸也さん、齋藤祐二さんの４人で、小野寺仁さんは、ウォーク、齋藤明美さんは、１０kmを走りました。

１０時からの１０kmには、畠山さん、小野寺良信さん、菊田さんが参加しました。

１２月の臨時総会マラ音では、シャーベット状の雪で走りずらかったのですが、今回は雪がなく一年間の話をしながら、走りました。２０kmの方々は、ゆっくり２時間３０分かけ走りました。

途中１０kmの参加者と、手を振りながらすれ違いました。

１０kmのスタート。
左から菊田和夫・畠山真佐実・小野寺仁・小野寺良信

議案説明をする齋藤事務局長と、それに対する質問等をとおして一年間の活動を充実したものに進めて参ります。

全部の議案が審議され、原案どおり可決致しました。

小野寺議長さんには、スムーズな議事進行ありがとうございました。

懇親会では、細川さんの進行にて会が進められました。

昨年は、２０名を超える参加でしたが、今年は体調不良等で参加を見合わせた方がありました。

昨年、フルマラソンを完走した柴山さん、四垂さんには、会長より記念カップが授与される予定でしたが、欠席となったため次回としました。

菅原副会長が、この時間東京マラソンで激走をしており、みんなで応援ナビにて、応援しました。

総会に参加の皆さん
左より　小野寺仁・齋藤祐二小野寺良信・神崎浩之・細川慎一・小野寺伸也・佐藤東畠山真佐実熊谷秀雄・葛西五郎・平井恒雄・千葉健一

第１回役員会

- 4月9日（木）
- 午後6時
- 庄や（一ノ関駅脇）
- 4，500円
- 議題
  1.独自事業について
  2.幹事の担当について
  3.持続的な会報について

4月例走会

4月　5日（日）

午前6時00分

山側磐井川河川敷き
司会は、葛西五郎さん
11月から3月は午前6時30分の開会です。

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　　**楽走会のホームページは「一関楽走会」で検索**

・新年度がスタートしました。今年は、どんな一年になるか楽しみです。
・さて、昨年は３名の会員が病気や事故で亡くなりました。今月号では、小野寺仁さんが、６月から病気治療に入るとの投稿がありました。どうぞ、お大事にして下さい。
・当会の規約第２条で、会の目的は「健康と親睦」と謳っております。昭和４６年５月５日発足以来５５年が経過しようとしていますが、ますます光り輝いて見えます。
・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（把握した範囲内）
3月29日	石巻登山マラソン	菅原孝一
4月5日	気仙沼つばきマラソン	安彦節子・安彦敏郎・齋藤明美・齋藤祐二・菅原孝一・細川慎一
4月12日	伊達ももの里マラソン	齋藤明美・齋藤祐二
4月19日	あおもり桜マラソン	細川慎一
	東北風土マラソン	四垂真弓・菅原孝一
	長野マラソン	齋藤祐二
4月26日	花巻ハーフマラソン	安彦節子・安彦敏郎・菊田和夫・四垂真弓・菅原孝一・曽田憲史・細川慎一
	ぎふ清流マラソン	齋藤明美・齋藤祐二
4月29日	一関市民マラソン	安彦節子・安彦敏郎・小野寺良信・齋藤祐二・柴山東治・曽田憲史・千葉隆・細川慎一

3月大会記録

3/1　東京マラソン
フル
　菅原孝一　　5:25:32
3/8　びわ湖マラソン
フル
　齋藤祐二　　3:28:38
3/8　かつしかふれあいRUN（東京）
ハーフ
　四垂真弓　　救護ランナー
3/15　いしのまき復興マラ
10km
　菊田和夫　　43:28
　齋藤明美　　60:01
　安彦敏郎　　63:55
3/15　板橋シティマラソン
　菅原孝一　　5:17:57
3/15　鳥取マラソン
フル
　齋藤祐二　　3:26:03
3/22　徳島マラソン
　齋藤祐二　　3:27:43

東京マラソン　トボトボ日記

菅原孝一

１８年振りに東京マラソンに参加する事が出来た、初回は第２回大会で個人的にフル３０回目でいちばんピークの時でタイムをかなり意識して真剣に走った記憶がある。タイム３時間１４分３１秒だった。あれから１８年いまはトボトボランナーになってしまったのでスマホを持って楽しみながら走る事にした。

３月１日は私の誕生日でも有りフル９５回目、いろいろな節目の日でも有ります。

ポジションはＫ最後から２番目で１８年前はＢポジションでロスタイム５２秒。今回はロスタイム２６分１３秒。１８年間にとんでもなく走力が低下している。

そのためスタートしたのも気づかず皆が動き始めたのでついて行く事ほぼ３０分やっとスタートポジションを通過出来、下り基調の」Ｒ中央線沿いの眺めの良いコースを楽しく観光名所では撮影をしながら走ったが、２５kmも過ぎた辺りから疲労が出始め足を運ぶのが辛くなってしまった。

特に３４km辺りでゴール付近を横目に見ながら、更に８km品川方向に向かうコースはかなり辛い思いをした。

唯一の救いは３８km付近の私設エイドの方がワイン有りますと皆に声をかけていた。ほとんどの人が通り過ぎる中私はちゅうちょ無く吸い寄せられるようにトレーの上の赤白のワインから白を選択、冷えたワインをありがたく頂いた。

たくさんの私設エイドの中には、私の心から望んでいる事を察して下さる方も要るものだと感謝したしだいです、お陰で血の巡りも良くなりゴールまで何とかたどり着けました。

春季フルマラソン
・4月5日
・フル　7:30
・20km　9:00
・10km10:00
古戦場
・お風呂等は、各自負担。

いしのまき復興マラソン

菊田和夫

「昨年の記録より１秒でも早く」が今年の目標で、今年初の大会。冬の成果がどう出るかが楽しみの大会でもありました。

天気は良いが、風があり結構寒い。さあスタート。

「スタートは、ゆっくり、ゆっくり」と言い聞かせ、１kmが４分２０秒でいい感じでいたが、どんどん後続に抜かれ、ちょっと不安でしたが、４～５km付近から前の選手が落ちてきましたので、ひとり抜き、ふたり抜きと気持ち良く走る。

ほぼイーブンペースで走った感じでしたが、ゴール手前で同年代の選手に抜かれ追い付けずゴール。

昨年より２０秒とタイムをよくし、まずは今年一番の大会目標クリアーでした。

2月走行距離

順位	名　前	2月	累計
1	菊田和夫	301	570
2	小野寺伸也	280	580
3	伊藤克則	260	460
4	千葉隆	253	453
5	齋藤祐二	248	557
6	小野寺卓司	212	442
7	畠山真佐実	193	390
8	柴山東治	192	399
9	細川慎一	190	342
10	菅原孝一	160	331
11	齋藤明美	125	260
12	四垂真弓	98	183
13	安彦敏郎	95	173
14	千葉勇一	87	180
15	安彦節子	75	144
16	平澤和則	42	48
17	小野寺良信	30	105
18	曽田憲史	30	45
19			
20			

鳥取マラソン

齋藤祐二

鳥取砂丘からスタートし、市内を回りゴール。

荷物をもらい、空き地で着替えをしながら、先客のランナーに挨拶。その方は、「５週連続フルを走っていて、びわ湖、鳥取、来週の徳島も走る」とのことなんと、私と同じではないか。しかも、私より上手だ。

新潟県の方で、５８歳。タイムは、ほとんど同じ。奇遇なものだ。

話が弾み、今後ラインにて情報交換をすることにしました。

病気に負けない自分へ

小野寺仁

会員の皆様お変わりありませんか。

皆さんの事は、会報や大会の記録等で楽しく拝見させていただいております。

楽走会の皆様の活躍を見ていると自分が少し寂しくなる時もあります。

私は、昨年の秋より医師から、心臓心房細動そして１０月には前立腺がんといわれ少しがっかりしました。

その後、磐井病院や岩手医大で検査を受けました。気持ちは現在半年くらい経ちましたので冷静に考えることができています。現在は薬飲んでいますが、生活はいつもと変わりません。

６月より放射線治療が始まります。健康診断は若い時から気をつけていましたが、いつ病気なるかわからないものですね。

今までマラソンしていたおかげで病気もあまりなかったです。

今は治療に専念して少しずつ走ろうかと思っています。前を向いてじっくりゆっくり新たな目標に向けて走りたいと思います。

会報見たり例走会参加したり年間行事に参加することが、とても楽しみです。皆様に感謝いたしております。

ファイト！

スーパー　仁