

一関楽走会

令和8年
8月号
No626
発行責任者
佐藤東
Tel123-0101
09068525852

7月例走会

7月5日、気温は、19度、日の出は4時14分でした。今回の司会、阿部隆さんです。

「昨年怪我をしてから、例走会に参加できなく、久しぶりにこの場で皆さんとお会いすることが出来ました。」



前列左より 安彦敏郎・安彦節子・千葉文夫・平井恒雄・菅原孝一・小野寺卓司・後列左より 佐藤東・平澤和則・阿部隆・柴山東治・曾田憲史・小野寺仁・藤田郁雄・齋藤明美・写真齋藤祐二 以上15名

この頃は、徐々に走り始めていますが、健康第一を身をもって感じております。

今後は、私も大会に出て皆さんと一緒に走ってみたいですよ」との話がありました。

会長からは「毎朝走っており、一関・栗原・カップマラソンにも出てます。今月の須川マラソン楽しみです。」

須川マラソンを8名が小雨の中走る



前列左から、小野寺仁・菊田和夫・細川慎一・後列平井恒雄・齋藤祐二・齋藤明美・菅原孝一・畠山真佐実・佐藤東・藤田郁雄の10名

走りましよう」との挨拶がありました。ラジオ体操後、トリムコースを2〜6回それぞれ走りましました。

7月18日、今年度の自主事業「須川マラソン」を開催しました。

前日までの一関の天気予報では雨。ましてや、須川は土砂降りではないかと心配していましたが、心地よい天候でスタート。

標高差661mをもろともせず、一気に駆け上がりましました。須川温泉に浸かり、夜は遅くまで懇親を深めましました。



5km地点。第1集団
左から菅原孝一・畠山真佐実・齋藤明美・藤田郁雄・齋藤祐二・菊田和夫の5名

須川マラソンを担当して、今回の須川マラソンを、担当幹事として菅原孝一副会長と私が担当しました。

須川マラソンは、かの箱根駅伝5区山登りを彷彿させるランナーにとっては挑戦意欲をかき立てられるコースです。かつては一関学院陸上部もこの場所で開催して強くなり、一関楽走会としても13年ぶりの企画、開催です。

当日は8名のランナーが挑戦し、2名のサポートで実施しました。小雨模様でしたが炎天下よりは走りやすい条件となり、午前10時20分、真湯温泉センターをスタート。15.6kmの厳しい上り坂が続くコースで須川温泉のゴールを目指しました。コース1/3位まではまだ皆笑顔がありましたが、半ば過ぎからは走力に差が出て集団は三分かれ、サポート車両からそれぞれ給水を受けて力走を続けました。

ゴール手前3km区間は最難関の急勾配で、先頭集団3人は本気のトップ争いを繰り広げてフィニッシュ。

後続集団は歩きや足を止めて写真撮影などもありました。

先頭1km毎のタイム	
1km	8:13
2km	8:50
3km	7:48
4km	8:39
5km	9:09
6km	7:51
7km	6:45
8km	7:09
9km	6:17
10km	6:12
11km	6:08
12km	7:53
13km	6:44
14km	6:46
15km	6:42
15.6km	4:25
合計	1:55:32



8km地点。急な上り坂が続きますが、まだ余裕があります。
齋藤明美・畠山真佐実

いずれも厳しい上り坂を、楽しんでのゴールとなりました。ゴール後は須川温泉のお湯に浸かって疲れを癒やし、栗駒山荘でお昼をいただきサポート車両で下山。

しかし、齋藤祐二さんはひとり引き続きランで下山しました。十三年前の須川マラソンでは「真湯〜須川山頂」往復コースに5名が完走しておりました。菅原孝一さん、畠山真佐実さんはその中のメンバーでしたが、今回はもうその挑戦意欲はありませんでした。

真湯温泉センターのコースの感想を語り合った。



5km地点。第2集団
先頭から50m後方で、細川慎一・佐藤東の力走

り、各自のマラソン経歴での武勇伝や失敗談を披露し合ったりして、お酒を酌み交わしながら交流を深めました。楽走会トップランナーの菊田和夫さんはマラソン初めの頃、最後尾でゴールした悔しさで練習に励んだ話や菅原孝一さんのフルマラソン大会出場もうすぐ百回、藤田郁雄さんの楽走会会報を見ての入会動機なども聞くことが出来ました。

楽走会事業の度、サポートいただいている平井恒雄さん、小野寺仁さん、今回もありがとうございました。（写真集は一関楽走会ホームページに掲載）

厳しいが楽しく走れた今年77歳になり、涼しくなった夕方に磐井川の堤防を歩いたり、走ったりしています。

13年前は、須川山頂まで走ったのですが、今は、そんな気力も無くなっています。幸いなことに、小雨が降って、走るのに都合でした。明美さんや、キットさんとお話をしながら走ったので、楽しく走ることができました。平井さん、仁さんにも助けられました。

ご協力いただいたみなさんに感謝いたします。ありがとうございました。

8月例走会

8月 2日（日）

午前6時00分

山目側磐井川河川敷き
司会は、伊藤克則さん。
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×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

- ・須川マラソンを「疲れたら車に乗ろう」と思っていたのですが、みんなと一緒に走れるものですね。帰りに下ってきましたら、こんな急な坂を良く走ったなと我ながら感心しました。
- ・1歳刻みランキングに藤田郁雄さんや、市内のランニング仲間も載っていました。おめでとうございます。
- ・今年の夏は、猛暑です。熱中症に注意して夏を走りきり、秋に備えましょう。
- ・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)
8月22日	遠野マラソン	安彦節子・安彦敏郎
8月30日	北海道マラソン	齋藤祐二

6・7月大会記録	
6/21 大仙田園マラソン (秋田)	
5km	藤田郁夫 20:54
6/28 函館マラソン (北海道)	
フル	齋藤祐二 3:42:17
ハーフ	千葉 隆 1:49:32 齋藤明美 2:14:24
7/12 小布施見マラソン (長野)	
ハーフ	齋藤祐二 1:36:37 齋藤明美 2:28:44

小布施

7月12日、長野駅4時発の満員電車に乗り、30分で小布施駅に到着する。スピードを競う人、エイドを楽しむ人、そして全国1・2位を争う仮装大会で盛り上がる日だ。

私は、今回2回目の参加で、エイドは牛乳とアイスだけで速くゴールしたいと考えていた。しかし、朝6時スタートで、食欲がわき、遠慮せず頂くことにした。

4km地点、「オブセ牛乳」
7km地点、「アップルジェラート」
9km地点、「ネクター」
16km地点、浴衣での振る舞いの「抹茶と栗落雁」
17km地点、「白熊アイス」

1歳刻みランキング

走りながら食べるのは、体力が要するものだと感じながら、やっとゴールできたと思ったら、広場では食べ放題のスイカ、オレンジ、キュウリ、蕎麦等のおもてなしで、朝食を兼ねた満腹のレースになった。

食後は、シャトルバスに乗り、須坂温泉で汗を流し、昼食に蕎麦を食べた。

大満足の長野の旅となった。

先月号で25年度ハーフマラソン1歳刻みランキングに、ランキングした会員を紹介しましたが、藤田郁雄さんもランキングしていましたので、紹介します。

また、会員ではありませんが、せんが、一関市内在住で、大会等と一緒に走る仲間

65歳 藤田郁雄 81位
1:39:21 函館

69歳 浅利誠司 21位
1:40:26 栗原

69歳 齋藤日出美 45位
1:43:58 仙台

の、浅利誠司さん(舞川)、齋藤日出美さん(中田団地)もランキングしていました。

おめでとうございませう。

いつも10kmのレースにしか出てなかったのですが、函館マラソンは10kmのレースがないのでハーフマラソンにエントリーして走りました。

函館マラソンは「大人の休日倶楽部パス」が使えるお得な期間の開催だったので、旅行を兼ねて参加しました。

1時間40分を目標にして走り、なんと1時間40分を切ることができました。

今後はハーフマラソンのエントリーも増やして来年もランキングに載るように持久力をつけて挑戦したいと思っています。

6月走行距離

順位	名前	3月	累計
1	齋藤祐二	354	1,569
2	藤田郁雄	264	1,069
3	菊田和夫	240	1,553
4	千葉隆	222	1,431
5	小野寺卓司	215	1,334
6	畠山真佐実	185	1,113
7	伊藤克則	170	1,100
8	小野寺伸也	160	1,340
9	菅原孝一	160	977
10	四垂真弓	153	844
11	齋藤明美	150	800
12	阿部隆	140	140
13	小野寺良信	125	535
14	安彦敏郎	95	506
15	細川慎一	74	763
16	佐藤東	68	225
17	平澤和則	64	272
18	佐藤文政	58	102
19	千葉勇一	46	366
20	安彦節子	43	295
21	吉川勝哉	30	168
22	曾田憲史	30	365
23	小野寺仁	10	45
24			

このほど、アールビーズスポーツ財団より、MCCグラントスラム1000の達成証が交付されました。

公認大会で、フル、ハーフ、ウルトラの



MCC1000

あっぴりー
・9月13日(日)
・安比高原
・一関インター集合
・午前6時00分出発
・自己負担5,000円
・担当幹事 佐藤東 小野寺仁

・選手
安彦節子 菅原孝一
安彦敏郎 曾田憲史
小野寺仁 畠山真佐実
吉川勝哉 藤田郁雄
齋藤祐二

アールビーズスポーツ財団が指定した大会に、ランネットで開催した大会に、完走した距離の合計が、1000kmを超えたものから交付されたものです。

私の場合は、22年10月の盛岡シティから25年6月の函館までの大会で、フル20回、ハーフ8回の合計距離数が、1012kmになりました。

これも、大会に出かけることをバックアップしてくれた、母親、娘夫婦、妻のお陰と感謝しています。

これからも、健康で走りたいです。

私の趣味にはマラソン以外に硬式テニスがあります。

6月27・28日、岩手県運動公園テニスコート(盛岡市)で第78回岩手県民スポーツ大会テニス競技団体戦(市町村対抗)が開催されました。

私は一関市のチームとして選手兼監督でシングルスに出場しました。各試合は2ダブルス&3シングルスで行われ3勝以上で勝利となります。

一関市チームは男子団体戦でなんと3位入賞！

3年ぶりの快挙となりました。今後ともマラソンと同様に張り切っていき



岩手県民体育大会で、3位に入賞した、一関市選手団の皆さん。前列左より2人目が、曾田さん！

会員寄稿