

第3回役員会を開催しました <定期総会3月4日「古戦場」に決定>

3月3日山目公民館で第3回役員会を開催しました。今年は走る仲間の会岩手県交流会はございませんので、それに変わる行事を検討しました。真湯・須川温泉間マラソンと真湯コテージ1泊旅行など予定しました。今回は役員の改選期になっておりますので多数の出席で選出する事としました。総会は下記のとおりです。地区幹事さんは会員に出席を確認してください。出席できない方は委任状の提出をお願いします。



記

- 日 時 3月4日(日) 午前11時
- 場 所 古戦場
- 議 題 1 平成24年度事業報告 会計報告
- 2 平成25年度事業計画 予算案の承認
- 3 任期満了による役員の改選
- 4 その他

総会マラソン

- 午前9時
- 古戦場スタート～
厳美道の駅折返し
- 入浴 定期総会
- 会費 2000円

一
関
楽
走
会

2013年
3月号
No.464
発行責任者
浅沼善治
Tel 24-3250
09048827059

いちのせき健康まつり

生活習慣病の予防等の健康づくりに関する情報発信や、様々な関係者の交流の場とすることの目的でいちのせき健康まつりは24日(日)一関文化センターで開催されました。一関楽走会も健康づくり団体として平成16年から参加し今回が10回目。1年間の会活動を紹介しました。

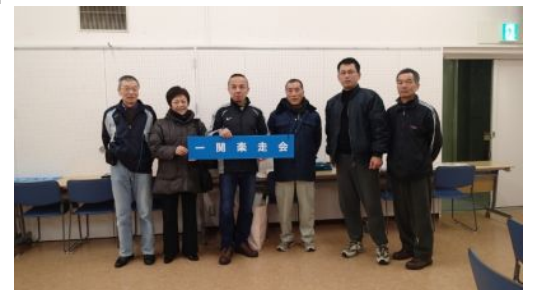
健康まつりには多くの市民が参加され自分の健康について専門家に相談したり、メタボ予防に対する食事の取り方など相談しておりました。

午後から医師でありながら46歳にして落語界の門をたたき50歳にして昇進、健康落語家として全国を講演、笑いは「がん・高血圧・糖尿病」の予防になると講演、詰めかけた聴衆を笑いの渦に巻き込みました。

楽走会コーナーにも多くの方が足を止めてくれました。

前日・当日の参加者

小野寺恒彦 畠山真佐美 小野寺富士子 菅原孝一 関野吉美 大越昭夫 浅沼善治



楽しい思い出をありがとう



最後となったカラオケ

私が高階さんのフルを始めて走った平成9年4月、高階さんは20回完走の節目の回だったのですね。それから参加者が少ない時でも『俺は遅いから』と一人で早朝からスタートして、山谷や本寺のコースで遭遇しましたね。

いつの日からか、あっちこちの大会と一緒にいくようになり、レース後の解放感と充実感を心に、風呂好きの高階さんとゆっくり温泉につかっていろんな話をしました。私をそのきにさせるあの独特の語り口調とキャラクターで、山形さくらんぼ、登米カッパ、雫石ファミリー、錦秋湖など…まだ走った事のない大会を教えてください一緒に参加。おかげ様で、年間20回大会以上に出場することができるまでになりました。

高階さんの積極性と好奇心旺盛なところとは馬が合うのか、いや高階さんが私に合わせてくれていたのか？16年間のレースや温泉でのエピソードは数知れず、楽しい思い出がいっぱいできました。

突然の別れで本当に残念ですが、たくさんの楽しい思い出と写真をありがとうございました。あの人懐っこい笑顔をもう見られないのが、寂しい限りです。

菅原孝一 記

近況報告

日頃は一関楽走会の活動に携わる事ができず、恐縮しております。

私は、間もなく手術から満2年を迎えますが思った以上に回復が遅く(この歳を考えると無茶なのかも知れません。)最近になって何とか1Km7分のペースで走れるようになりました。しかしながら、大腿4頭筋の衰えが止まらず長い距離になると【変形性膝関節症】の痛みが出てきます。今は大腿4頭筋の筋トレを重ねながら走っています。

1月はなんとか59Km消化しました。2月はもう少し延びることを期待しています。

諸先輩方の元気を目標に頑張りますので今後とも宜しく御願いたします。

高橋正憲 記

2月例走会

前日と打って変わって、寒風吹きすさぶ厳しい朝となりました。会長からは今月の「健康まつり」についてと、例走会を季節に合わせた7時の開始の提案がありました。また高階さんの突然の入院が話題になり(15日逝去)一入の一時となりました。

参加者

氷室一彦 菅原孝一 小嶋哲郎 小野寺卓司 田道イク子 菅原東 庄子祐之 菅原楯夫 千葉健一

菅原楯夫 記