

# 一関楽走会

2017年  
10月号  
No.519  
発行責任者  
佐藤 東  
Tel23-0101

## 会員募集中

# いちのせき市民フェスタ17 走って健康長寿 アピール

大音響に包まれること5時間。2回目の参加となった「いちのせき市民フェスタ」。本年も約60団体が総力を結集。感動と興奮に終始する中で幕となりました。

指定されたブースでの多種多様な活動、ステージでのダンス、舞踊、武芸、歌唱、楽器演奏、手品等々、更にワンコソバや南部一郎カボチャなどのゆるキャラが通路を往来する、まさに人間の多様性の発露の場が展開されました。

“走って健康長寿”を横断幕に掲げ創立46周年に及ぶ



走って健康長寿を願った楽走会ブース

いちのせき市民フェスタ17は、市民活動団体もしくは個人や企業等が年に一度集い展示、活動紹介、アトラクション等により交流、地域社会の活性化を目的に8月27日なのはなプラザを会場に開催されました。

設立趣旨の公開に努めました。

前日の準備には、佐藤会長、菅原副会長、浅沼事務局長、菅原会計、畠山幹事が担当しました。

当日は会長、会計、幹事の3名が20年来のビデオを懐かしみながら、ブースに寄られた10人程のスタンプリーの対応に努めました。

菅原楯夫 記

### 9月12日はマラソンの日です。

紀元前450年9月12日、ペルシャの大軍がアテネを襲いマラトンに上陸したのをアテネの名将ミルティアデスの奇策でこれを撃退し、フェイディピデスという兵士が伝令となってアテネの城門まで走りついてアテネの勝利を告げたまま絶命したと言われる日です。

1896(明治30)年アテネで第1回オリンピックが開かれるに当たり、この故事を偲んでフランスの言語学者ミシェル・ブレアルの提案により、マラトンからアテネ・パナシナイコ競技場(42.195KM)までの競争が加えられ、初めてマラソン競走が行われました。

翌年1897年にはボストンマラソンが創設されるなど、欧米諸国から競技が広がり。1972年より、故事にちなんでアテネクラシックマラソンが開催されるようになりました。

## …いよいよマラソンシーズン…

マラソンの距離は42.195KMと設定されていますが、これは古代マラソンに直接由来するものではありません。オリンピックでマラソン競技が実施された当初は、大会ごとの距離は一定ではなく(同じコースを全選手が走ることが重要とされていたため)、約40KMで行われていました。

競技距離が統一されたのは、第8回パリオリンピック以後であり、42.195KM(26マイル385ヤード)とされ、この距離は第4回ロンドンオリンピック時の走行距離(市街地42KM+競技場の200Mトラック1周弱)をそのまま採用したものが現在まで続いています。

佐藤東 記

## 「シニアライフプラン講座」講師に 菅原初江さん

一関市シニア活動プラザ(なのはなプラザ内)によるシニアライフプラン講座が8月26日開催されました。

この講座の講師としてわが楽走会会員である菅原初江さんが担当され、60代のシニア世代17人に「資産を長持ちさせる工夫」「資産を減らさないための備え」について、実際市民から相談されたことなどを事例にお話しされました。

当日は27日の市民フェスタの準備でしたが早めに終了できたので、佐藤会長をはじめ4人が特別参加し受講しました。

浅沼善治 記



受講者を前に講義の菅原さん

## 9月例走会&ハーフ試走会



例走会&試走会参加者

9月例走会は9月3日一関ハーフマラソン試走会を兼ねて開催しました。朝6時河川敷トリムコースに9人が集いミーティング体操・河川敷周回後夫々ハーフの試走に出発しました。

### 参加者

成田頼大 千葉丈夫 佐藤東 菅原楯夫 小野寺卓司  
菅原東 菅原孝一 金田慎太郎 浅沼善治

## 安達太良山トレイル10k (実測13.5K)



無事ゴールしました

昨年60歳代で2位に入賞していたので、今年はさらに気合いを入れて挑みました。コースはだいたい頭に入っていたのですが、途中コースをミスしてしまい、数分のロスをしてしまいました。

下りのコースは数日前までの悪天候の為、荒れてぬかるんでいましたが、入賞を望みに必死に走りまわりました。ゴールまで3K程の所で

### 記録

60歳代  
優勝 菅原孝一  
1時間59分49秒  
菅原孝一 記

転倒し、膝から出血しながらゴールしたおかげで、昨年を上回る60歳代で優勝する事ができました。

## 10月例走会

日時 10月1日(日)午前6時  
会場 磐井川「河川敷トリムコース」  
＜スポーツの秋楽しく走りましょう＞

## 第2回 役員会開催

日時 10月12日(木)午後6時  
会場 丸東工務店 2階  
議題 元旦マラソン・県下交流会について