# 美原走ろう会 会報
News & Information

平成17年 第3号

発行責任者 美原走ろう会会長 八田 武士

編集責任者 梶原 魁彦


## 第25回 大阪24時間リレーマラソン 2005.06.11～12

**「八田会長よりのメッセージ」**
**美原走ろう会と出場していただいた皆様**

第25回大阪24時間リレーマラソン大会への出場ありがとうございました。

今年はスタート時雨で先が心配でしたがその後天気も回復し良かったと胸をなでおろしました。そして今年のもう一つの心配は、美原の誇る主力選手が所用と故障で出場できなくなり、特に深夜はガラ空きの状態でどうするか苦慮しましたが何とか応援の方を含めた皆さんの努力により、乗り切る事が出来ました。

成績は**３２９km・5位**と昨年より良い成績で完走出来ました。再度厚くお礼申し上げます。

**所感**

最終12時まで15分を切ってタスキをもらった私は、14分台前半で走らなければゴールが閉鎖されるので、昨年まで最終ランナーとしてお祭り気分で走っていましたが今年は必死で走り数十秒を残して西井さんにタスキを渡す事が出来ました、箱根駅伝等の繰り上げスタートをされる選手の気持ちの辛さが、良くわかりました。

### 今後の行事予定

9月4日
　第1回美原
　　体協会長杯大会開会式
9月18日
　第1回美原
　　体協会長杯陸上競技大会
　（予備日：19日（祝））
11～2月
　小学生ランニング教室
1月2日
　新春ジョギング＆
　　菅生神社参拝
1月下旬
　走ろう会新年会
2月5日
　堺市民マラソン大会

## 第12回 小中学校合同練習会 5月29日

５月２９日（日）さつき野中学校において、今年で１２回を数える練習会に、太成学院大学から松隈教授とその教え子である現役の選手諸君が４名も指導に駆けつけて下さった。

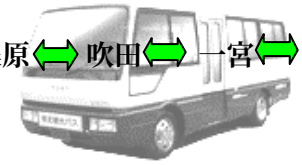
最初はいつもとは違う本格的な練習に小中学生諸君も戸惑いながらも「短距離」「長距離」「跳躍」の各部門に分かれ、松隈教授の緩急をわきまえた絶妙な指導のもと、充実した時間を過ごすことができた。

走ろう会の面々も負けじと参加させて戴いたが、極一部の人を除き、口数ほど身体は思うように動かず、日頃の練習不足がもろに現れ、そのハードさに音を上げながらも結構楽しんでいたようです。

このような機会を与えて下さった松隈教授及び選手諸君に「感謝！感謝！」楽しくしかも中身の濃い１日となった。

# 05'夏期研修会 行って来ました 乗鞍岳～上高地

7月16日～17日



美原⇔吹田⇔一宮⇔飛騨清見

畳平→乗鞍岳→平湯→上高地→高山→

待ちに待った乗鞍岳への旅、今回の研修会は１６名のメンバー全員が車の運転をしなくても良い貸切バスによる移動となり、今にも降り出しそうな空模様の中、いつもとは若干異なるイメージで一路乗鞍岳に向かってスタートした。

運転をしなくても良いと言う開放感からか、高速道路に入った途端に車内は盛り上がりを見せ、少し多目のトイレ休憩を取りながら一目散に平湯温泉迄直行、平湯でゆっくり湯治？をする人を降ろし、途中雨の中を不安な気持ちで進みながらも、標高２７００mの畳平ではガスが出ているものの雨はあがり、付近の雪渓では夏スキーを楽しむ人達が見られる状態となった。

## おめでとう 金剛山700回登頂

八田会長の１０００回登頂に続き、西上さん、高岡さんが金剛錬成会より７００回登頂を表彰されました。日頃の練習でも抜群の粘りを見せるお二人なればこそ。会長同様、次は１０００回の大台を目指して頑張って戴き「美原走ろう会ここにあり」を示していただければと願っています。

### 寒かった！標高３０２６m

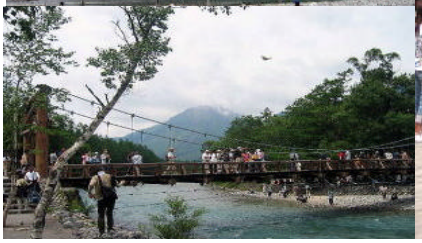
バスの中で雨具を着用し、いざ出発。大小の石で若干歩き辛さはあるものの、何とかメンバー全員が山頂を征服？することが出来た。山頂は気温が１０℃以下と非常に寒く数時間で２０℃以上の温度差に驚き、雷鳥に感激し、高山植物に話しかけ、楽しい思い出を作ることができた。

優雅な１日の後は、お待ちかねの温泉と宴会……後は押して知るべし

### 高地での早朝ラン

早朝５時前からゴソゴソ着替えが始まる。ウオーミングアップもそこそこに、平湯温泉から平湯トンネルまでの約３㎞の急坂をあえぎながら駆け上がる。

途中立ち寄った平湯大滝（落差６４m）は水量も多くその大きさと美しさに圧倒され、昨夜のアルコールと眠気を吹き飛ばすことができた。



### あこがれの上高地

指定の乗り合いバスを大正池で降り、梓川に沿って河童橋まで約４ｋmをぶらりぶらり、昨日とは打って替わって青空が見え始め、すがすがしい風と底まで見える透明な川、そして途中から見える焼岳も美しく、河童橋からは吊尾根・前穂高岳・明神岳がその威容を誇っていた。

帰路は、高山で古都の雰囲気を楽しみ、うまい蕎麦に舌鼓を打ち、大阪美原には全員無事に７時に帰着することができた。