

美原走ろう会 会報

2020年 第2号

美原走ろう会会長

発行責任者 八田 武士

編集責任者 藤本 和典

終息の見通し未だない
前後10m左右1.5mが走り方



美原走ろう会の皆様 八田武士

お元気で毎日お過ごしのこととお喜び致します。さて昨今は新型コロナウイルス拡散防止のニュースが毎日テレビや新聞で報道されています。そしてコロナウィルスの終息の見通しは見出されておりません。緊急事態宣言は5月末で廃止ですが様々な制約はそのまま残ります。不要不急の外出、府県をまたいでの外出、イベントや集会の自粛。またランニングの走り方も制約がなされています。前後10m左右1.5m間隔をあげ、マスクの着用等です。コロナウィルスの終息まで厳しいでしょうが、皆様方には健全なランニングをして頂きますようお願い致します。このような状況を鑑み、皆様が一番楽しみにしていた一泊研修は、5/17開催の朝のミーティングで皆様に「中止にする」をお諮りしましたところ出席の15名の方の賛成で中止が決定されました。今回の一泊研修を企画して頂きました村上さんにはご苦勞をおかけしましたがご容赦ください。次回の開催を楽しみにして頂きたいと思ひます。

定時総会は中止 書面配布に留める 非日常が日常になりつつあり

4/19(日)に予定してました美原走ろう会定時総会は中止となりました。3月中は新型コロナウイルスが拡大傾向にあったものの走ろう会の活動は計画通り実施する予定でした。ところが4月になり緊急事態宣言発令が騒がれるようになり、発令に先んじて定時総会の中止を決定した次第です。

令和1年度活動報告、令和2年度活動計画、令和1年度会計報告は既に作成されましたので、走ろう会の皆様にお配りすることで総会に替えさせて頂きました。

緊急事態宣言発令後は美原体育館、青少年グランド、狭山池駐車場が次々と閉鎖され、我々の日常も変えざるを得なくなりました。

変えなきゃ!

新型コロナ禍 緊急事態宣言 働くこと、集うこと、走ること

- オンライン会議
- 在宅勤務
- 時差通勤
- オンライン名刺交換
- オンライン飲み会
- ソーシャルディスタンス
- リモート音楽会
- 入場制限
- マスク&ゆっくりジョギング
- フェイスマスク
- 勝手にマラソン
- 縦並びより横並び

終息後元には戻らないならば新たな姿に

新型コロナ禍の終息後にはどんな世界が訪れるのだろう。少なくとも元の日常は帰ってこないでしょう。ならば新しい日常の中で楽しめる新しい姿を模索しては如何でしょうか。集団で走って集団で旅行して集団で宴会をする従来のランニングチームの在り方もパラダイムシフトが必要なのかもしれません。思い付きですが“美原オンライン走ろう会”なんて今どきの若い人達には人気が出るかもしれません。

あくまで暫定 令和2年度活動計画

- 4/12 大阪陸協審判講習会 **中止**
- 4/12 チャレンジ山岳マラソン支援 **中止**
- 4/19 定時総会(15:00~ イカリ寿司) **中止**
- 4/29 堺シティマラソン(大仙公園) **中止**
- 5/17 ツアーオブジャパン堺s自主警備 **中止**
- 6/20 一泊研修(奥琵琶湖) **中止**
- 8/2 恒例 大台ヶ原RUN
- 8/30 恒例 二上山マラニック
- 9/6 体協理事長杯選手権大会開会式
- 11/29 第46回堺市民オリンピック
- 12/4 さつきの中学マラソン大会支援
- 12/13 第6回美原マラソン&駅伝
- 1/2 新春ジョギング&初詣
- 1/24 第75回堺市民駅伝
- 3/21 桜ちらほら金剛寺RUN

Topics

臨時特集

皆様からのお便りを 編集しました

みんな走って走って走った自粛期間 コロナの先を目指して



水野 隆史 楽しかったのが九度山

お久しぶりです！緊急事態になって仕事も休みが多く、暇なもので4月は久々に月間300km超えました！何回かロングを走りましたが、一番楽しかったのは自宅~九度山~橋本のランですね。外出自粛要請(;´Д`)

妹尾 行治 250キロ歩きました

私事です。4月250キロ歩きました。去年の一泊研修からずっと膝の故障で月100キロ前後でしたが4月コロナで自宅待機と言うこともありほぼ平日毎日夕方歩く事ができ250キロ歩く事ができました。

それはコロナのお陰ですね。少しはいいこともありますね。私も土日の帰省が出来なくなって、3月4月と400k近く走るようになりました。しかもGW明けから在宅勤務です。

川田 孝夫 毎年のレースはまた走りたい

私の場合、脚の故障で1年走れなかったですが、春先から少し走れるようになりました。無理は禁物ですが、これからはタイムや順位を意識しないでレースを楽しみたいと思っています。毎年走ってきたレースはまた走りたいですね。



村上 和弥 厚底シューズで走るの今の楽しみ

大変なご時世ですが、元気にされてますか？私の近況報告しますね。今は、長居公園や狭山池公園は一般の人が多く走りにくい状態です。そのため比較的人が少ない金岡公園や大泉緑地で走ってますが、大泉緑地はアップダウンが多く脚が疲れます(T_T)。不整脈から復帰後サブ4より少し速いペースで25から30kmまで走れるようになりました(^-^)

秋のレースが中止になり始めましたので、モチベーションを維持するのが大変ですが、トレーニング用の厚底シューズで走るのが今の楽しみになっています(^_^;) 脚が弱くなりますか(^_^;)

松野 正幸 マスクは心肺の強化と思

基本今は自主練習になっておりますので、カワタコースを中心に走っております。以外と、人と会うことが少ないので、最近覆面レスラーみたいなランナーを見掛けますが、マスクより楽しいですね。

後、世の中の風潮がマスクして走れみたいな空気になっておりますので、口元を隠し走っております。だんだん暑くなってきて、苦しいですが、心肺の強化と思ひ頑張ってます(笑)



この頃は早朝が爽快です!

本当にコロナのせいで、毎日会社と家の往復だけです！行くのはコンビニ位です！仕事だけはかなり有りますので残業ばかりしています！この頃は、夜が明けると、早く4時過ぎには、明るいですが、最高です。近代病院の近くの公園で、懸垂20回と、逆立ちして、腕立て伏せや、色々トレーニングしています！普段使っていない筋の、箇所を動かすのも新鮮です。狭山池に帰ってきて、走っている仲間と、挨拶して、家に帰って、腕立て伏せ腹筋して、朝の、トレーニング終わりです。この頃は、早朝が、爽快です！

藤本 和典 お陰様で 吉備路満喫