

美原走ろう会 会報

2020年 第4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

第3波、Goto自粛、大阪非常事態「赤信号」、2021東京五輪の開催は？ しかし コロナの夜明けが見えたアスリート達



走りたいたい子供達を先生方が支援
第6回美原マラソン&駅伝大会開催！

コロナの勢いが止まりません。大阪府の新型コロナ感染者数21,864人、9月号の会報発行段階では8,544人。3か月で13千人が新たに感染したことになります。年明けの第75回堺市民駅伝が中止、2月の泉州国際マラソンも中止が決定しランナーの皆さんは何を目指して走るのか、そのモチベーション維持に四苦八苦の状態の中で、一筋の光が差してきたようです。

例年なら6月に開催される陸上日本選手権ですが、5か月ずらして現在大阪・ヤンマースタジアム長居での開催にこぎつけました。無観客での開催です。アスリート達はといえばハイレベルの戦いを演じています。準備は万全でした。

美原陸上競技協会主催の第6回美原マラソン&駅伝大会も開催の判断を何度かしてきましたが、最終的に開催することが決定しました。それは走りたいたいと望む子供達の声とそれに応えてあげたい先生方の意気込みが後ろにありました。

第104回陸上日本選手権開催 男子10000女子5000で日本新

一旦引退して復帰2年半の新谷選手(積水化学)が女子5000で30;20;44で18年ぶりの日本新記録。男子10000では相沢選手(旭化成)が27;18;75で5年ぶりの日本新記録です。大迫選手(ナイキ)も自己新27;36;93と順調です。

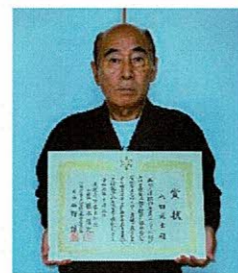
2019年度最優秀選手賞 73歳でフル完走の原本さん

美原走ろう会でフルマラソンに毎年チャレンジする一人が原本さん。去年は福知山マラソンを見事完走。終わりのなき挑戦者です！

今年度の定時総会は異例づくめで最優秀選手賞を授与してたのに報告が出来ていませんでした。

大阪府警本部から功労賞 八田会長 地域から頼られる防犯委員

わが家へ警察官が2人訪れてきました。「大阪府警察本部から八田さんが功労賞の表彰を受けられたのでその表彰状と記念品(メダル)をお持ちしました。コロナウイルスの感染防止のため受賞された方々にお持ちしております」とのこと。皆様方のご支援とご協力のおかげだったと感謝しております。今後はより襟を正して公明正大をモットーに毎日の行動に反映させていきたいと思っております。



家族から感謝を込めて74歳で賞 原本さん 忠告すれどマイペースな父さん



お陰様で8/30で74歳になりました。ここまで走ってこられたのも走ろう会の皆様のお陰です。とっていたら娘達から表彰状を貰いました。内容は、「あなたは1年前の皆からの忠告を気にもせず、ますますマイペースを貫き通し、一生懸命前向きに生きてきて立派に74歳を迎えられました！ある意味、ええ根性してますね！っとしか言いようがありません！よってここにその榮譽をたたえこれを賞します」

Topics

1か月に30k、31k、42k、42k、えっもっど？ 実はインスタ映え狙い



美原走ろう会に入会して1年 目標は美原駅伝と1500サブ5

こんにちは。美原走ろう会に参加して1年です。今の目標は駅伝と1500mの5分切りです。今はそのためにスピード練習を週二回しています。1日は200mか400mのインターバル、もう1日は坂道ダッシュ。あとの日はゆっくりジョギングしています。



実は距離はさほど走ってません(^_^;) フルの距離を二回走ってるのはFacebookやらインスタに載せるネタ作りのためだけです。もうやらんとは思いますが、ただ、リラックスして走った割にはけっこう早いペースでいけたので、走力がアップしたのかな、とは思っています。

今年はとりあえずスピード強化して、来年はハーフでサブ90(もちろん着ぐるみで(^_^;)) 再来年はどこかで着ぐるみ脱いでサブ3狙ってみようかとは思っています。

臨時特集

経済活動、教育活動、文化活動、スポーツ関連活動は自粛せず いつか訪れる舞台に向かって走る物語

GoToキャンペーンで宮崎へ
泊研修は自粛して少人数で



10/4~7船中2泊の3泊4日の行程で美原走ろう会の有志5名が宮崎ツアーを企画。様々な取り組みがアフターコロナの形に繋がるかも...

10/25に大阪淀川河川敷で開催されたロケットマラソン。昨年からは始まり、今年はバージョンアップして東京大会とオンラインの部を創設。参加費の一部をロケット事業に寄付し大きな夢をかなえるという新しいコンセプトを持った大会です。美原走ろう会からは村上さんが参加。見事フル完走されました。



まいど1号にあやかってロケットへ寄付 ウェブスタート制で2m間隔で走る

今回は12月に走る赤穂のフルマラソンに向けての脚作りのために4:30/kmのペースで42.195kmを走りきることが目的でした。(目標タイム3時間10分)

序盤は夕焼けランのメンバーと集団を作って走り、430km通過した時には脚が残っており、このまま行けそうな感じでしたが、38kmからペースダウンしてしまい、結果は3時間12分48秒でした(^_^;)



前向きに 今後のスケジュール

- 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 中止
- 3/21 桜ちらほら金剛寺RUN

何回もフルマラソン走っていますが、何回走ってもフルマラソンは難しいなと思いました(^_^;) 振り返って見ると、30km手前で集団の先頭にたったのが失敗したかなと、35kmまでは大人しく走らないといけないものかなと反省です。12月のレースでは3時間を切りたいと思いますので、宜しくお願いします。