

新日本スポーツ連盟滋賀県連盟

Running Club

びわこランナーズ

Since 1977

ランニングNEWS 390号



発行日(令和2年) 2020年10月1日

〒520-0047 大津市浜大津4-1-1 明日都浜大津 大津市市民活動センター内

発行責任者 渋谷敏久(TEL/FAX) 077-566-2810 (携帯) 090-6554-6409

事務局 高畑克己(E-mail) gemini.0521.matsuri@icloud.com

(携帯) 090-1955-6491 URL <http://nisf-shiga.sports.cocacn.jp/biwakorun.htm>

大津月例マラソン

第220回

2020年9月13日(日)

会場：膳所城跡公園スタート・ゴール なぎさ公園

後援：大津市・大津市教育委員会

主催：びわこランナーズ

ゴール 順位	種目区分・種目	区分 順位	ゼッケン	氏名	タイム
7	第1部 男子 10km	1	8	磯野 祐路	36分23秒
8		2	117	安井 潤	37分30秒
9		3	129	山口 安美	40分09秒
10		4	29	上田 格也	40分40秒
11		5	427	木元 寛	41分18秒
12		6	88	高畑 克己	41分49秒
13		7	43	平岡 賢治	43分37秒
14		8	30	村田 昭一	44分30秒
15		9	123	塚本 一雄	44分48秒
16		10	67	西橋 洋	45分29秒
17		11	435	辻 貴史	**** 未確認
18		12	130	南出 陽	48分48秒
2	第3部 男子 5km	1	65	森本 亮一	23分32秒
3		2	118	池田 高德	24分00秒
5		3	20	森本 治夫	30分23秒
6		5		瀬川 繁信	途中棄権
4	第4部 女子 5km	1	31	村田 峯子	28分25秒
1	第5部 ジュニア12km	1	446	吉柳 美知花	07分45秒
19	第6部 ジョギングの部		26	松見 輝子	-----
20			32	亀井 有子	-----

<運営スタッフ>

スタート	平野 康夫
計時・記録	平野 康夫
着順	奥村 俊三
コース誘導	星 利三
周回チェック	野上 慎二
周回チェック	前川 朋子
場内管理	渋谷 敏久
場内管理	渋谷 明子

気温 25.8

天候 曇り

今回、分散形式での参加はありませんでした。

膳所公園月例会 2020/9/13

16名、スタッフ7名で月例会が開始されました。強い雨が朝まで降っていたせいか月例会の参加を見送るかたもおられたようです。気温はそれほど高くないのですが、湿度が高くランナーにはきつく感じられたと思います。ゴール後に残った方々で写真を撮りました。



月例会後に有志で浜大津港までの往復ほぐしランを行いました。



野洲希望ヶ丘滋賀県長距離合同練習会 2020/9/20

毎月第三日曜日は皇子山球場から比叡平までの坂道練習会なのですが、年に一度、九月第三日曜日は滋賀県のクラブチームが持ち回りで幹事役を務める練習会が希望ヶ丘にて開催されますので、びわこランナーズとして参加しました。

体調チェックシート持参必須、事前参加申込必須、設定ペース別のウェーブスタートなど新型コロナウイルスへの予防策を行い、95名のエントリーがありました。

中央道の片道3km折り返しを5往復の30km走とかなり負荷の高いコースを完走したときの達成感は半端ないです。1回目の参加で完走が難しくても、次回また挑戦しがいのある、練習会です。

コースの両端に各自スペシャルドリンクを運営サポートの方が設置・回収頂け、感謝です。

およそ60m登って降りてを5回繰り返します。(下のGarmin参照下さい)

私の場合は同じ設定ペースの方になんとか喰らい付いて、いい感じでビルドアップできました。

私の知っている結果です。

北村さん：1時間57分(3分55秒/km)、磯野さん：1時間57分、高畑：2時間16分

来年びわこランナーズからより多く参加できれば良いな、と思っています」



スポーツ君が主人公！ スポーツは平和とともに！

第75回 野洲希望ヶ丘3時間走&BBQ 2020/9/27

去る9月27日今回75回目になる希望ヶ丘3時間走&BBQさわやかな晴天に恵まれ開催されました。参加者は11名。スタート前は少し風も強く肌寒い感じでしたが、走るにはちょうど良いコンディションでした。思い思いのペースでいつもの山間コースを走りました。

ちょっとハプニングが.., 田中高さんは野洲駅からバスを乗り間違えて、スタート時間には間に合わず遅れての参加となりました。今回は池田さんがご夫妻で参加、といっても奥様は走らず、みんなの荷物番をして頂き、またBBQの買い出しにも一緒に行って頂きました。初めての参加で、いろいろとお手伝い頂き大変ありがとうございました



さて、走った後の恒例のBBQは、食材の買い出しの頃は、曇りが広がり雨もぽつぽつと降り出し、ちょっと心配な天気。しかし買い出しから帰り、現地でBBQを始めるころには、その心配も吹っ飛び、晴れ間広がり最高の天気になりひと安心。BBQには11人全員が参加。今回はちょっとこじんまりの参加者でしたが、お互いに協力し合って準備し、もちろんコロナ感染防止対策も行いながら、食べて、飲んで、話して楽しいひと時を過ごすことができました。肉もおいしく、最後は焼きそばで締め、ビールや飲み物を含めて、購入してきた食材すべてをいただき。フードロスゼロ!!

コロナ渦で思い切って実施してくれて嬉しかった。楽しかった。との声も多く聞かれ、またびわこランナーズの運営や新しい大会の企画などの提案もいただき、大変有意義な一日でした。

..... 渋谷敏久

ご参加された方の感想をご紹介します。

6回目にして初めて「希望ヶ丘3時間走」で3周を走り切った。

用心して抑え気味に走り始めたのが功を奏して念願叶い、初めから最後までほぼイーブンペースで3周完走。

..... 伊藤寛之

のっけからバスを乗り間違えて、三井アウトレットパークに行ってしまったが、気を取り直してそこからまずは5キロジョグ。西口に到着してから、規定のコースへGO!のはずが、去年の記憶を頼りにしたのはいいが、今年はコースが違った...。まいいか。その後のバーベキューで盛り上がり!外でBBQなんて、何年ぶりでしょう。ビールもお肉も大変美味しくいただきました。

..... 田中高

特別寄稿 No.1

星さんの子どもスポーツクラブの活動記録を藤原慶子さんからご提供いただきました。

子どもスポーツクラブ

2020年9月発行 号

発行責任者 星 利三

国分山（海拔270m）登山に行く！

去る9月12日、恒例の音羽山の一部、北大路谷から登る海拔270mの国分山に登りました。当日はお天気も良く、若いお母さん方も参加され小学生8名とおとな4名の総勢12名で賑やかに登山を楽しむことができました。

今回の国分山コースは一昨年の大風台風でコースはズタズタにされ、コースには大木が横たわり歩けないような状態の登山道でした。その道を、今の上級生たちがコースに木札をぶら下げて大きな木は迂回道を作りながら歩いてきたコースです。なので愛着のあるコースとなっています。

今回の登山参加者に園児の年少さんも生き込んで参加してくれました。

すると、上級生は自然と手をつないでくれたり、登山道の道で危ない箇所を見つけると、「頭に気をつけて通りや」と親切に教えてくれたり、「ここは自然のアスレチクスや〜」(*^^)v 大きな岩には「これは、カエル岩や！」 こっちの岩は「地藏岩や！」などと岩を見てイメージを膨らませて名前を付けながら、ゆっくりと全体の歩調を合わせて、約2時間かけて無事に北大路中学校の裏側に到着する事が出来ました。

静まり返っていた山道は、元気な子ども達の声が響き渡って賑やかになっていました。

この子たちが4年～6年生になると月例マラソンに参加してくれるようになりますのでその時はよろしくお祈いします。

将来、必ずこの中から登山の好きな子どもや、走りの好きな子、あるいは野球の好きな子に育ってくれることを夢見ています。

小学生の時期は、植物の名前を知ったり、気候の変化に楽しみながら、自然から何かをつかんでほしいと願わずにいられないのです。(星)

頂上付近にて 集合写真 写す



特別寄稿 No.2

今年他界された玉木昌美さんの奥様から星さん宛てのお手紙を奥様ご了解の上でランニングNEWSへ掲載して欲しいと星さんよりご提供いただきました。

2018年4月より闘病生活が始まりました。

「抗がん剤で辛く苦しくて何もできなくなるより最期まで仕事も活動も趣味も全て楽しみたい。」と夫は少量の抗がん剤治療を選択しました。

その年の11月に生まれた孫を抱きあやし、一緒にプールに行き、一歳の誕生日をお祝いし、「じいじ」と言ってもらい、孫のおかげで闘病生活中も笑いに満ちあふれた生活を送ることができました。

2019年4月に沖縄の伊江島マラソンに参加し、薬の副作用で足の裏が痛くて歩行にも支障をきたすなか、マラソン仲間と伴に完走しました。沖縄観光も含めて大切な思い出です。

夏の参議院選挙に向けた野党共闘のための活動では「いろいろな意見をまとめるのは大変なんだ。」と言いながらもとても生き生きとしていました。そのように活動している夫の姿を見てこれが夫に与えられた使命なのだと感じました。

12月に入り体のいろいろな機能が低下しているのは素人の私から見ても歴然で、今度のお正月が最後になることを覚悟していました。

年が明け2日は琵琶湖湖岸の新春びわこ健康マラソンに息子と参加し、3日は新春建部ロードレースで歩くような速さで走ることを楽しみました。これがラストランです。

3月になると自宅で過ごすことも多くなりましたが、可能な限り仕事を続けておりました。

5月の連休明けにはもう残された時間がほとんどないなかで娘の新居に遊びに行き孫の歓待を喜び、葬儀のことを決め、緊急事態宣言解除後にカラオケ仲間と思い切り歌い、亡くなる前日には事件の相手方に自宅から電話をして最後の仕事をしました。

6月9日朝食の時に「(ラインに)花奈(娘)から返事がきた。」と言った直後に意識を失い救急車で病院に運ばれましたが、旅立って逝きました。

肝臓が肥大化し腹水が溜まり足のむくみや痛みのあるなかでも、最期まで自分の力で立ち歩いて自宅で生活ができたのは夫の精神力の強さであったと思います。

闘病生活中も人生を楽しむ姿勢は変わらず、最期まで自分らしく生き抜いた夫に35年間伴走できて幸せに感じております。

亡くなるまでの1カ月が私たちにとってとても濃い日々でしたので亡くなるまでの時間の流れる速さに戸惑っておりますが、夫のように前向きでありたいと思います。

暑い日が続きますのでどうぞご自愛くださいませ。

まずは書中にてお礼申し上げます。

2020年8月

玉木 泉

星 利 三 様

この後の活動計画(10月～'21年3月)

(第221回) 大津月例マラソン の開催は

10月11日 (第2日曜日です)

○集合場所：膳所城跡公園 ○受付 8:45～9:15 スタート9:30
 221回大津月例マラソンの運営担当はEグループのメンバーの方が担当となります。
 よろしくお願ひします。

2020年度びわこランナーズ活動計画表

年	月日	曜	行事	場所	時間
2020	10月11日	日	第221回大津月例マラソン	膳所公園・なぎさ公園	*
	10月18日	日	練習会	皇子山球場前の駐車場集合	8:40スタート
	10月31日	土	全国RC 第18回定期総会	大津市市民活動センター大会議室	13:00受付
	11月1日	日	(WEB会議方式で開催予定)	宿泊) ホテルピアザびわ湖	
	11月8日	日	第222回大津月例マラソン	膳所公園・なぎさ公園	*
	11月22日	日	びわこ男女駅伝フェスタ(参加)	-(日程は不確定) 野洲希望ヶ丘文化公園	
	12月13日	日	第223回大津月例マラソン	膳所公園・なぎさ公園	* *
			忘年会	別途ご案内	
12月20日	日	練習会	皇子山球場前の駐車場集合	8:40スタート	
2021	1月10日	日	第224回大津月例マラソン	膳所公園・なぎさ公園	*
	1月17日	日	練習会	皇子山球場前の駐車場集合	8:40スタート
	2月7日	日	大津市民駅伝(参加)	田上公園	別途ご案内
	2月14日	日	第225回大津月例マラソン	膳所公園・なぎさ公園	*
	2月21日	日	練習会	皇子山球場前の駐車場集合	8:40スタート
	3月14日	日	びわこ男女駅伝フェスタ(参加)	野洲希望ヶ丘文化公園	*
	3月21日	日	第226回大津月例マラソン	膳所公園・なぎさ公園	*

* 大津月例マラソンの受付時間は8:45～9:15 スタート9:30

- 例年11月に開催されている男女駅伝フェスティバルは新型コロナの影響で、来年3月14日に開催予定となりました。従いまして、来年3月のびわこランナーズの行事予定を上記予定表の通り変更させていただきます。よろしくお願ひ致します。

尚 男女駅伝フェスティバルには、2チームを編成して出場を予定しています。