

【定期練習会】

毎月第一日曜日：場所 サン町田旭体育館
 毎月第三日曜日：場所 サン町田旭体育館
 ★集合時間： AM7:45(夏時間)
 注意：4月から夏時間 AM7:45集合
 ☆給水は各自で準備すること。

町田いだ天クラブ年会費振込先について
 会費振込先：ゆうちょATMで通帳引き落としとして
 下記の通帳に直接振込下さい。

記号 10130 番号 73126171
 「マチダイダテンクラブ」と表示されます。
 上記の振込依頼以外は手数料が必要です。
 ゆうちょ以外の他銀行等で振り込まれる方は
 銀行用の下記口座番号をご利用下さい。
 店名 店番 普通預金口座
 〇一八 018 7312617
 (ゼロイチハチ) 会計：橋本俊彦
 2018年会費は1月から11月末までに
 納入お願い致します。
 11月末会計締切です。ご協力お願い致します。

< クラブスケジュール >

8月5日	練習会(7:45~)&バーベキュー	竹一ガーデン集合
8月19日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
9月2日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
9月16日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
10月7日	東日本国際親善マラソン大会	有志参加
10月7日	練習会(8:45~)冬時間開始	サン町田旭体育館
10月21日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
11月4日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
11月18日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館

バーベキュー懇親会(8/5)のお知らせ

1. 日時 8月5日10時30分頃~13時頃
2. 場所 竹一ガーデン
3. 会費 2500円/一人
4. 練習会場所は竹一ガーデン集合に変更しました。
 7:45 練習会集合 竹一ガーデン
 準備体操後、尾根緑道でジョギング
 ジョギング終了後、バーベキュー
 担当(長内、高倉、橋本)

参加予定者(16名)

飯岡、大塚、長内、小泉、渋谷、
 高倉、中島、中村、西谷、野中、
 橋本、伏見、松田(瑞江)、水沢、藪下、
 横山

町田いだ天クラブ夏季合宿収支報告(H30年6月23日~24日)

収入		支出	
会費(10000円×17名)	¥170,000	宿泊代	¥150,758
前回及び前々回繰越金	¥25,204	酒類、食料品等	¥9,167
		その他	¥950
		クラブ会計に編入	¥25,204
		今回繰越	¥9,125
収入合計	¥195,204	支出合計	¥195,204
		残高	¥0

マイランニング・・・シリーズ 76



にしたに こうじ
 西谷 光司さん

☆1948年8月生(70歳)
 ☆入会 1990年11月

富士登山競走に参加して

7月27日富士登山競走に参加しました。
 当日は天気も良く7時スタート時の頂上は快晴・気温8度・無風と最高のコンディション。
 スタートはBブロック全体の中ほどで、中村さんの進言通り昔のようにとにかく馬返しまでは目一杯走ろうと思うも浅間神社までで既にきつく、体調が良くないのか多めに吹き出す汗に最後まで持つか不安になるもひたすら走る。
 浅間神社、中ノ茶屋と上り坂を給水しつつ抜け、急な登りになる馬返し手前では心が折れそうになるも頑張る。
 しかし山に入ると今度は延々渋滞が進まず、今年から変更になった五合目関門前50mからの舗装道路でスピードを上げるも20秒くらい間に合わず無念。
 疲れはあるが天気が良いのでゼッケン類を外し八合目を目指して登り続ける。
 走り止めた人からペットボトルを頂いたのが嬉しい。やはり同じ思いなのか神戸から来たという女性もせっかくだからと同じ八合目まで行くとのこと。
 途中で関門通過ランナーに追いつき追い越し、渋滞にはまりながらとにかく早歩き。七合目近くから岩場になり八合目までが長い。やめようかとも思ったが下山道がある八合目まで頑張る。
 下山道はガラガラのザレ場、時間はかからないが砂埃がひどく靴に砂が入り足は止まらず疲れる。ちょうどゴール後のトップグループの下山と一緒に。うらやましい！
 何とか五合目まで戻って荷物を受け取り、無料バスで帰る。
 今までH16年まで13回連続で完走出来ていたが、今回は1ヶ月間の故障上がりもあって前回に続き五合目関門に引っかかり、その後の疲れ方からもう完走は無理かもと弱気になる。しかし今回選手宣誓をしたのが78歳の人で一生チャレンジと言っていたのを思い出し私も頑張ろうと思い直す。
 今回8合目からの山中湖・樹海・アルプスの山々など素晴らしい眺めで最高に気持ちよかったです。

次月号以降のマイランニング投稿よろしくお願ひします。ニュース担当 藪下

平成30年7月新入会員

氏名 千葉 松夫(ちば まつお)
 生年月日 昭和29年10月3日生れ(63歳)
 ☎ 042-812-7651
 携帯 090-1214-4954
 E-mail : ch.eric0226@rg8.so-net.ne.jp



携帯mail : ch.matsuo@ezweb.ne.jp

コメント：私が走り始めたのは42歳の時、足のねん挫療法として始めたのがきっかけです。以降、10kmレースからハーフそして2004年遂にフルに出場し、それから15年連続何とかフル出場を続けています。静岡での単身生活から退職を機に自分の家の町田に戻りのんびり走ろうかと思っていた矢先、職場の人が「いだ天の小泉さんから入会の誘いがあるんだけど…」とお話をいただき、6月の練習会に参加(もう年なので大丈夫かな?と思いつつ)見学させていただきました。元々陸上系ではないので早く走るまでには及びませんが、皆さんと和気あいあい楽しく足を引っ張らないように活動できればと思っています。出身は岩手県で町田にはたまたま娘の学校の関係で住むことになりました。色々お話しをお聞かせいただければまた楽しい町田生活になると思っています。どうぞよろしくお願ひいたします。



写真は今年、5/20(日)奥州きらめきマラソン(フルマラソン)の時のものです。
 記録：3時間43分38秒

いだ天

第342号

平成30年8月



月見草
 (つきみそう)
 花言葉
 「密やかな恋」
 「無言の恋」



芙蓉
 (ふよう)
 花言葉
 「繊細な美」
 「しとやかな恋人」



向日葵
 (ひまわり)
 花言葉
 「憧れ」



百日紅
 (さるすべり)
 花言葉
 「雄弁」
 「愛嬌」

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2018/7/15 関東マスターズ陸上競技選手権大会(江戸川陸上競技場)			
800m	松田 瑞江	W70 1位	3' 26" 60
1500m	松田 瑞江	W70 1位	6' 45" 97
競技場36度、さすがマスターズのベテラン、救急車の搬送も一人もありませんでした。 スタートラインに並んでも暑さでポーとなってしまいました。スタートから思い切り走り、 ラストはバテました。2本目の800mは1周目は抑えて走りましたが、ラストのスパートが出来ず、 不本意なレースでした。			
2018/7/29 千葉マスターズ陸上競技選手権大会(千葉県総合スポーツセンター)			
3000m	松田 吉雄	M75 3位	17' 41" 43
800m	松田 瑞江	W70 1位	3' 21" 28
400m	松田 瑞江	W70 1位	1' 35" 58
1500m	松田 瑞江	W70 1位	6' 56" 26
台風一過、湿度が高く、気温も上がり厳しいレースでした。 座骨神経痛がほぼ治り、武相マラソン以来、3か月振りのレースでしたが気持ちだけが先行し、 暑さと風で目標タイムより1分以上遅いタイムでしたが、走れたことがうれしかったです。(松田吉雄) 12時半位から3時過ぎの2時間半位の間に800m、400m、1500mと欲張って走ってしまいました。 暑くてアップはほとんど出来ませんでした。少し自信がつかしました。(松田瑞江)			



千葉マスターズM75 3000m 3位の松田吉雄選手
同大会 W70 400m、800m、1500m 1位の松田瑞江選手

「東京走友連合だより」に下記の記事を寄稿しました。

「東京走友連合創立30周年に寄せて」

町田いだ天クラブ 会長 中村 正

東京走友連合、設立30周年おめでとうございます。

「いい汗かいて、生涯スポーツ」のスローガンの基に、早や、30年。長きにわたり、我々、市民ランナークラブの活動を支えていただき厚くお礼申し上げます。設立時のクラブメンバーとして、心より感謝とお慶びを申し上げます。

参考までに、我が町田いだ天クラブは、1970年8月、まだ、市民ランニングが一般化されてないころ、今は亡き、片柳会長、加藤会長を中心に10数名の壮年の同士により創設されました。

お陰さまで、我がクラブは2年後に設立50周年を迎えることとなり、栄光と伝統のあるクラブとして、発展してきました。私たちはいつまでも健康で楽しく走れることを誇りに思い、地域密着的な活動を地道に展開しております。

私が入会した30年前は、丁度、我々団塊の世代が壮年時代に入り、まさしく、第一期、ジョギングブームの到来の時代でした。

市川邦夫、小泉進、金子達男、加藤清さん始め、強者が多く、関東では、イヤ全国でも敵なしと言われたぐらい強くて恐れ多いクラブでした。

特に、私の周りのメンバーは、5^キ16分、特に、17分台で走るランナーはザラにいたので、私自身Aクラスメンバーに這いあがることは難しく、常に私は、Bクラスの常連でした。

このように、沢山のライバルやメンバーがいたことが、大いに刺激になり、駅伝、合宿、登山、トレラン、練習内容も豊富で楽しく活動することができました。

いつしか、二流のランナーであった私が、ハーフ1時間20分、30^キ2時間、サブスリー、富士登山競争15年連続完走を達成できたことに対し、メンバーに心から感謝申しあげたい。

我々団塊の世代も70歳代に突入り、高齢化の波とともに、私自身、町田いだ天クラブの会長を拝命し、早や、一年が、経過いたしました。振り返ってみますと、これといった苦勞もなく、ただ、日々、漫然と過ごしているような状況です。

参考までに、当クラブの組織の現状を申しあげますと、30-50代の中間層の人材が絶対的に少なく、いつの間にか、60・70歳代の年齢層が主流になっております。組織としては、非常に心配な状態に陥っており、最早、他人事ではなく、新しい血の導入による組織の活性化は、喫緊の課題になっております。

私の在任期間中に、過っての強い「いだてん」を呼び起そうと、いろいろあたりましたが、所詮、無理があり、先ずは、仲間を1人でも増やすことが一番。ということで、クラブ総会でメンバー全員にお願いしました。

「とりあえず、走れなくても結構である。年齢が高くて構いません。」一人ひとりが、クラブ員獲得の意識をもって、仲間を増やしましょう。

と……………。

お陰さまで、現在、2名の新入部員を獲得できました。



「東京走友連合創立30周年に寄せて」

東京レディース 会長 松田 瑞江

連合発足から30年。初代渡辺会長、駒場理事長はじめ発足に中心にかかわった町田いだ天の会田さん、円谷さん等皆さんお亡くなりになり、発足時からのメンバーは菅原さんと私だけになりました。

やはりこの30年は永かったと改めて思います。

発足翌年の平成2年8月11日、連合主催の七沢温泉での夏季合宿に

参加した9名で「東京レディース」を立ち上げました。渡辺会長、駒場理事長は私達クラブの面倒を見て下さることを快く承けて下さいました。おかげで私達は市民ランナーでありながら、ユニホーム、シューズ等の無料提供を受け非常に恵まれた環境でスタートをすることができました。お二人の偉大さを知り、ずいぶん大胆なことをお願いしたと後になって思いました。

沢山の事を教えて下さった駒場さんは、レディース10周年の前年に体調を崩され平成11年9月お亡くなりになりました。容態が急変した際、私達は奇しくも入院先のすぐ前の駒沢公園陸上競技場で大会に出場しており、かけつけた時にはまだ体温が温かく皆でお別れをすることができました。

翌12年6月、皇居でレディース駅伝を開催し「東京レディース10周年」の記念行事を盛大に行うことができました。

来年、私達のクラブも30周年を迎えます。



RUN伴2018

「RUN伴」は、認知症の人と一緒にタスキをつなぐ体験を通して、誰もが暮らしやすい地域づくりを推進する活動です。8年目となる今年も、日本中、すべてのまちがオレンジに染まることをめざして、全国各地で開催ルートを増やしていきます。あなたの暮らす地域の人たちと出会い、お互いをもっと知り合うことで、認知症について考える機会としてみませんか。

【東京7】9月23(日)町田市 市役所前 11時スタート
町田いだ天クラブ参加予定者(6名)

渋谷、横山、肥後橋、伏見、中村、西谷

参加費 2500円/人

コース: 市役所前から小山方面20km以下で申込

詳細はRun伴事務局からの調整待ち