

# いだ天

第404号  
令和5年10月

### 【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： AM 8:45(冬時間)  
注意：4月～9月は夏時間 AM 7:45集合  
10月～3月は冬時間 AM 8:45集合

町田いだ天クラブ年会費振込先について  
会費振込先： ゆうちよATMで通帳引き落としで  
下記通帳に直接振込下さい。 会計：橋本俊彦  
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。ゆうちよ以外の  
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。(会費は3000円です)  
店名 店番 普通預金口座  
〇ー八 〇18 7312617  
2023年年会費は早めにご入金下さい。

### < クラブスケジュール >

10月1日	練習会(8:45～)冬時間 集合時間切替	サン町田旭体育館
10月15日	練習会(8:45～)冬時間	サン町田旭体育館
10月21日	東京走友連合 練習会(9:50～12:00)	豊洲コース(5km～20km)
11月5日	練習会(8:45～)冬時間	サン町田旭体育館
11月19日	練習会(8:45～)冬時間	サン町田旭体育館
12月3日	練習会(8:45～)冬時間	サン町田旭体育館
12月3日	役員会(10:30～13:00)会議室	サン町田旭体育館
12月16日	忘年親睦駅伝8時30分集合(土)	桜田門周回コース
12月17日	練習会(8:45～)冬時間	サン町田旭体育館
1月7日	練習会(8:45～)冬時間 新春初走り	サン町田旭体育館
1月21日	練習会(8:45～)冬時間	サン町田旭体育館
1月21日	総会(10:00～11:30)会議室	サン町田旭体育館
1月21日	新年会(12:00～14:00)レムプラント	パームツリー
1月28日	武相駅伝 野津田	町田市立陸上競技場

## マイランニング・・・シリーズ 138



おかざき としき  
**岡崎 利紀さん**

☆1962年5月生(61歳)  
☆入会 2019年4月

### 気温30度で北海道マラソンを走ったら～あるサブフォーランナーの喜怒哀楽

大会前日の野外のエキスポ会場は昼過ぎに36度に達していました。中央ステージでは、人気ユーチューバーでシンガーソングランナーのSUIさんが明日の有事に備えてか、AEDの取説の様な歌をエネルギッシュに歌っておられました。、、、が、立って見て聴いてるだけで汗が噴き出てきます。走れる環境を求めて全国47都道府県から北海道マラソンに2万名ものランナーがエントリーされました。しかし、多くのランナーは、思ったことでしょうか、、、この暑さはなんなんだ？こんははずじゃなかったと、、、動揺を隠せません、、、明日、、、どうなりますの？って感じです。 そんな状況下、ほぼ同時刻にゴールした全く違う景色を見ていた2人のランナーのお話です。大会翌日、道マラを走ったラン友のKさんと会食の機会を得て、その席でお互い昨日のレースの事を語り合いました。彼の目標は3時間切りで、40km地点まで達成ペースで行きながら、ゴールまであと2kmの所で脚の攣りと熱中症で倒れ、スタッフに介護された事、30分の介護の後、車椅子から立ち上がりレースに戻った事、その時に介護スタッフと多くの沿道の方から拍手とエールを貰った事、嬉しそうに話してくれました。そして残りの2kmを「生まれたての小鹿」のようにヨロヨロ歩いてゴールしたことを他人事のように話してくれました。そしてタイムは目標から49分遅れの3時間48分で、最後の2kmは58分も掛かったと笑っていました。一方、私の目標は3時間30分切りで、毎度の中盤の落ち込みを後半V字回復させるマイパターンに持ち込めず、ズルズル最後まで右肩下りのペースとなってしまう、21分遅れの3時間51分でしたが、2人のタイム差は3分でした。距離にして約500mです。昔話「うさぎと亀」に近い展開でしたが、そこまで面白くはなりません。何はともあれ完走とほぼ同タイムの妙な親近感も相まって「お互いの健闘とサブ4達成を祝して！？カンパ～い！」と感じて、闘い後の楽しいひと時を過ごしました。そして、次回リベンジと地元に戻ってからの鬼練を約束して北海道をあとにしました。そして、帰宅後しばらくして、北海道マラソンの動画を観ていた時の事です。それはゴール地点で多くのランナーが良い顔をしてフィニッシュを迎えている場面でした。すると、ひとりの異様なランナーの姿が目飛び込んで来ました。よく見るとKさんです。ゴールラインへ駆け込む多くのランナーに紛れ、疲労困憊ふらつきながら、眉間にしわを寄せ、鬼のような形相で歩いていました。その光景は、食事会の話から想像したものとは別世界のものでした。なにが生まれたての小鹿なものか！決して揶揄できるようなものではなく、それはロスオリンピックのアンデルセン選手を彷彿させるもので、その画面越しからその壮絶な戦いぶりが強烈に伝わってきました。目標達成寸前のところで倒れて夢破れたにも拘わらず、再びゴールを目指し身体に鞭打ちながら歩いていた、、、想像もしなかったそんな姿に感動し目頭が熱くなってきました。そして自分に置き換え、なぜもっと頑張れなかったのか、なぜ最後まで粘れなかったのか、自分には全然覚悟が足りなかったと思ひ知らされました。相変わらずやってくれる男です。どんな思いがけない事が起ころうと、どんな最悪の状況になろうと、どんなに痛められても気持ちで負けない、後で笑えない。(食事会であの満面の笑みは、そう言う事だったのでしょうか。)そんな思いにさせてくれた北海道マラソンでした。2万人のランナーが走れば、2万通りのドラマがあったことでしょう。レジェンドランナーの瀬古利彦さんは言っています、「マラソンとは自分の秘めた力を発見するスポーツです。」これには多くのランナーが共感することだと思います。私も、初マラソン以来頻りに痛感させて頂いております。14年前「人生1度は走ってみたいフルマラソン！」と軽い気持ちで飛び込んだマラソンワールド、走る度に発見があり、未だに自分探しの旅の途中です。いつの日か桃源郷に行き着く日が来ることを信じて走り続けます(笑)。 今回の過酷なコンディションのなか思い通りに走れたランナーは多くはなかったと思いますが、脚が攣ったり立ち止まったり、いつもより辛い思いをして走った分だけ、いつもより良い笑顔になったランナーは多かったのではないのでしょうか。この過酷な北海道マラソンに挑まれた数下さん、飯岡さん、長内さん、大変お疲れ様でした！ナイスランでした！そして、猛暑時々雷雨と大変な気候状況の中、長時間にわたり元氣一杯エールを送って頂いたボランティアスタッフの皆さん、ありがとうございました。

次月号以降のマイランニング投稿よろしく願います。ニュース担当 数下

町田走友会10月練習会のお知らせ  
10月1日(日)朝8時に旭町体育館に集合。  
体操をして、恩田川を走りに行きます。  
A. 中山往復 23.5km  
B. 鴨居駅往復 30km  
C. 田奈橋まで行き、環状4号線との間で周回(1周3.3kmぐらい)  
上記のコースから、当日の参加者でコースを決めたいと思います。  
お迎えの必要な方、ご連絡いただけましたら田中がお迎え致します。  
荷物は田中の車内で預かりますが、貴重品の保証は出来かねます。  
更に10月22日(日)か29日(日)のどちらかで練習会開催予定。  
田中一生

2023年役員会のお知らせ  
期日：12月3日(日) 10:30～13:00  
場所：旭体育館会議室予定  
議題  
1. ニュース郵送中止、インターネット、メール利用  
2. R3年決算  
3. R3年表彰者  
弁当配布予定  
担当 数下、中村、伏見、橋本

忘年親睦駅伝参加者募集のお知らせ  
希望者は早めに申し込みお願いします。  
期日 12月16日(土) 桜田門時計塔横付近  
会場 皇居周回コース  
ブルーシート禁止。  
荷物は大きなビニール袋で包むこと。  
スタート 1部 9時10分 2、3部 9時20分予定  
表彰 各種目1位～6位 表彰式なし  
構成 1チーム 4名  
1部 一般の部(15才以上男女混成可)  
2部 壮年の部(50才以上男女)  
3部 女子の部(18才以上女子のみ)  
参加費 1チーム  
連合所属 8000円予定(1名2000円)  
一般 9000円予定  
申し込み期限 11月17日頃必着予定  
町田いだ天クラブ締め切り 11月12日まで  
担当 数下、中村、伏見、橋本

10月退会者のお知らせ  
氏名 村野 嘉孝(88才)  
コメント：意識不明で入院中。ご家族より退会連絡あり。



彼岸花 (ひがなばな)  
花言葉 【あきらめ】 【情熱】 【独立】



紫紺野牡丹 (しこんのぼたん)  
花言葉 【自然】 【平静】

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2023/8/27 北海道マラソン2023			
フル	岡崎 利紀	男60-64才68位/1006総1887/12075	3' 51" 52"
フル	長内 一	男70-74才122/169総10296/12075	5' 32" 57"
2023/9/2 第92回TAMAハーフマラソン			
ハーフ	岡崎 利紀	男子26/161 総合29/186	1' 56" 24"
2022/9/9 第24回東日本マスターズ陸上競技選手権大会(上柚木)			
800m	松田 瑞江	W75 1位/1	3' 45" 35
1500m	松田 瑞江	W75 1位/1	7' 22" 25
3000m	松田 吉雄	M80 6位/6	20' 14" 70
3000m	藪下 正治	M75 2位/4	14' 20" 70
2023/9/17 第36回田沢湖マラソン			
フル	岡崎 利紀	60歳代男子6/74 総合106/545	3' 47" 07"
2023/9/17 第511回よこはま月例マラソン			
1km	大山 昇一郎	60歳代男子5位/75 134位/581人	4' 05"
3km	大山 昇一郎	60歳代男子10位/105人 総161/697	13' 22"
3km	大山 昇一郎	60歳代男子11位/75人 総129/487	13' 57"
3km	大山 昇一郎	60歳代男子8位/42人 総112/349	14' 05"
総(10km)	大山 昇一郎	60歳代男子6位/28人 総78位/231	45' 29"
今回も温度、湿度が高く1km.3km.3km.3kmに変更となりました。			
全身汗でびしょ濡れでした。			
1km	西谷 光司	70才以上男子 2位/22 総235/581	4' 36"
3km	西谷 光司	70才以上男子 1位/26 総203/697	13' 55"
3km	西谷 光司	70才以上男子 1位/19 総147/487	14' 10"
3km	西谷 光司	70才以上男子 2位/9 総161/349	15' 16"
総合(10km)	西谷 光司	70才以上男子 1位/7 総108/231	47' 57"
今回も暑さのため3キロになりました。			
1km	柴田 忠治	70才以上男子 6位/22 総312/581	5' 00"
3km	柴田 忠治	70才以上男子 7位/26 総408/697	16' 13"
3km	柴田 忠治	70才以上男子 5位/19 総301/487	16' 41"
3km	柴田 忠治	70才以上男子 5位/9 総243/349	17' 09"
総合(10km)	柴田 忠治	70才以上男子 4位/7 総178/231	55' 03"
2023/9/24 第11回榛名湖マラソン			
フル	岡崎 利紀	60才以上男子25位/92 総300/619	4' 01' 06"
2023/9/24 第571回月例川崎マラソン			
1km	西谷 光司	70才以上男子 1位/16 総108/293	4' 29"
3km	西谷 光司	70才以上男子 1位/19 総105/332	14' 20"
5km	西谷 光司	70才以上男子 1位/19 総91/246	27' 46"
今回5キロの距離が650M長いので実際は24分29秒です(GPSで)			
1km	柴田 忠治	70才以上男子 4位/16 総180/293	5' 08"
3km	柴田 忠治	70才以上男子 5位/19 総219/332	16' 39"
5km	柴田 忠治	70才以上男子 5位/19 総171/246	31' 47"
(5kmの距離は5650mありました。)			



9月3日練習会参加者(サン町田旭体育館裏)



9月17日練習会参加者(サン町田旭体育館裏)

東日本マスターズ(9月9日)参加  
左より松田吉雄、藪下正治、松田瑞江

武相駅伝2024募集  
期日:2024年1月28日(日)  
8時30分~9:00受付  
受付時、全員の体調管理チェックシート提出  
スタート:9:30  
シニア50歳以上4名+補欠2名  
シニア女子40歳以上4名+補欠2名  
一般4名+補欠2名  
同一人物が複数のチームにエントリー不可  
(含む補欠)  
参加費1チーム12000円(1名3000円)  
締め切り 2024年1月9日(火)必着  
いだ天クラブ締め切りは12月17日(日)まで  
会計 橋本、事務局 藪下まで

2024年総会・新年会のお知らせ  
①総会  
期日:1月21日(日) 10:00~11:30  
場所:旭体育館会議室  
または中央公民館予定  
議題  
1.年報配布方法について  
2.R5年決算  
3.R6年予算  
3.R5年表彰者  
会議終了後新年会会場へ移動  
②新年会  
期日:1月21日(日) 12:00~14:00  
場所:レンブラントホテル(パームツリー)  
27名くらいで予約  
予約制の為、事前申し込み下さい。  
担当 藪下、橋本

西谷さん参加のランとも(9月17日)  
は来月号に掲載します。



北海道マラソン2023 岡崎利紀 フル 3時間51分52秒



東京走友連合 合同練習会(豊洲コース)  
期日:10月21日(土)  
参加費 無料(懇親会費用は自腹)  
集合場所 豊洲公園(豊洲駅7番出口から5分)  
集合時間:9:50  
練習開始:10:00  
練習内容(5km、10km、20km)  
懇親会 開始12:20 終了13:50  
後片付け・解散 15:00