１００キロマラソンじゃあ～なる

5363

1984年9月15日第１号発行～

2010年6月2日

997-0826 鶴岡市美原町30－24
☎0235（22）3669
090-2986-7724 携帯

寒

抜けるような空と涼しい程の風が頬を打つ。鉄線の柵内には草を食む牛が長閑に動く。忠鉢父さんが幾度となく足を運びコース下調べをして呉れた月山高原のクロカンコースに同好のラン友10名余で遠征，昨今流行りのトレイルランには遠く及ばぬものの、高原特有の清澄な空気を全身に浴びながらアップダウンを体験してきました。

ただ一つの難は木陰が少なくて、夏の炎天下ではどうかと危惧されるものの、日焼け対策と十分な水分摂取で何とかクリアーできると思われますので、こんどはマラソン講座生を伴い走ってみたいものです。

平日以外であれば田舎レストランでチンギスカンやラーメンなども営業している様なので、それにアスレチックフィールドも併設されていますので子供連れでも十分に楽しむことができます。

5555号の 到達予想クイズ

〔足かけ27年〕

1984年9月15日にスタートした「100キロマラソンじゃあ～なる」は5555号の発行まで200枚を切りました。これまで幾多の人々がジャーナルに関ってきたことでしょう、発行し送付してきた自身でも、全く判りません、来る者は来て、去る者は行きました。扨て、ジャーナルの終焉への一里塚として、5555号到達日予想をいただきます。メールでの予想不可、必ずペーパーに書いて送付して下さい。形式は自由、〆切は7月12日必着！

5月31日

これまでの１００キロマラソンじゃあ～なる発行日付

号数	発行年月日			主な掲載（コメント・イベント）内容
1号	1984	9	15	発行の動機など、１００キロマラソン挑戦者の横顔などの紹介
１００号	1986	7	27	２４時間リレーの真っ最中に、リレー参加者がコメントなどを書く（黄金公民館を会場に実施）
５００号	1989	5	1	マラニックの歴史を集約、鶴岡１００キロを通り過ぎて行った人々の氏名を記載
１０００号	1991	2	6	ジャーナル１千号への思いを記載？
１５００号	1992	12	31	３００枚の年賀状をポストに投函した・・・云々
３３３３号	2001	6	16	土曜日開催の３時間走を実施した、地区中学体連と重なったがあまり影響ない
３５００号	2002	3	24	フル百回楽走会１５周年記念事業の富士登山マラソンのことについて書いている
４０００号	2004	2	29	カリブ海クルーズについて篠田雲峰さんのコメントが掲載されています
４４４４号	2005	12	5	東海道自然歩道ランニングについての吉田穂積さんのコメントが紹介されています
４５００号	2006	3	9	原健次さんからの『戌年の賀状について』を紹介しています
５０００号	2008	11	6	鶴岡の加茂水族館にいるクラゲついての新聞記事を紹介しています
５１００号	2009	5	3	トランスヨーロッパに参加中の原氏の縦走状況を知らせるハガキを掲載
５２００号	2009	9	20	西宮の吉岡さん・名古屋の越田さんからの手紙を紹介しています
５３００号	2010	2	27	岩切さんからの人柄が忍ばれる手紙が載っています

ジャーナル5555号到達日予想の参考になるかどうか判りませんがこれまでのジャーナルの節目の号の到達月日を上掲のとおりお知らせ致しますのでどうぞご活用(?)ください。

予想については左記のとおりに応募していただければ幸いです。

尚、予想的中者一名には（複数の場合は抽せん）、地元の場合はランニングシューズを、県外の場合は初夏・仲冬に庄内特産品と次回の黄金街道100キロマラソン参加招待の特典を差上げます。（期限以内応募者に限るものとします）

尚、メールでの応募は選外、必ずペーパー（郵送又は持参）

応募状況についてはジャーナル紙上で公表の予定（7/12以降）

１００キロマラソンじゃあ～なる

5364

1984年9月15日第１号発行～

2010年6月2日

997-0826 鶴岡市美原町30－24
☎0235（22）3669
090-2986-7724 携帯

本当に不順な天気が続きました。

ご無沙汰しております。あっという間に5月もおわりそろそろ…

突然のアクシデントや大風やらそ エントリーしていた5大会中出走3回うち1回はずーっと雨。どうさんざんなシーズンがあり。佐田さんの水都100kに参加したら。これも1日中雨と風のとんでもない気象条件となってしまいました。寒くて冷えたのがいけなかったのか。50km すぎで足がつり。一歩も走れなくなり。鶴岡以外では初のリタイヤを経験しました。あまりに痛みがとれないので整形外科に行ったら軽度の肉離れと診断され。休養3週間を言いわたされました。こんな状況ではありますが。あと3週間で超回復することを祈って 鶴岡100kの申し込み書をお送りします。

今年もどうぞよろしくお願い致します。

これからのランナーは雨の中長時間走ってはいけませんよ～

鶴岡もどうか1日雨なんてことがないことを祈っております。

では、また。

2010.5.28

天候不順は昔であれば為政者の不徳がその因と言われてました。何か、そのままの日本国。状況です。

しかし、嘘言に彩られた鳩ポッポ内閣もとうとう年貢の納めどきと思ったのでしょう。7月の参院選対策であることは明々白々。こんな姑息な手段に騙されるものですか。支持率も不支持率も新聞や政治評論家と称する輩がやら賄いを官房機密費から貰って世論誘導しただけ。後ろで糸を引いているのは中央官僚と財界だ。こんどの選挙も付和雷同選挙にならぬよう心して行動すし。

川の道フットレース後半の部（小諸～新潟）を走って

高瀬　章

２年前『さくら道ネイチャーラン』の第一チェックポイント（白鳥町107Km）でリタイヤ。７０Ｋｍを過ぎたあたりから足がとまり、もうこんな長丁場のレースは終わりにしようと思いました。スピードが失われたのを何とかカバーしようと自分の実力以上に踏ん張ってしまい、早々につぶれてしまいました。

練習時間はない、精神的にも金属疲労を起こしたかのようにウルトラレースそのものから気持ちは離れておりました（元々長い距離を走るのは大好きという訳ではない）

どういう心境の変化で、川の道フットレースに出場することになったのか・・。時間のながれ、制限時間が緩やかなのか、新潟市へ向かう千曲川・信濃川ぞいを走るというのも魅力だったかもしれない。　何だったんでしょう。

明確な答えは自分にもないようです。レースの詳細は全部省きます。考えの幅が広がったことがこの大会の大きな収穫でした。それは全コース５００Ｋｍを超える大会の参加者の姿でした。エリート組は別として、年齢的にも私のような６０歳前後の人達が多く参加されていました。途中おあいしたランナーの一人は完走のコツとして『無理しないこと』と話してくれました。歩き、休み、眠るを多く入れながら前へ進という、何ともこれまで私の経験していない姿でした。ダメージを出来るだけ受けない走り方とでも言うのでしょうか、カルチャーショックとでも言っていいくらいの考え方の違いでした。時間があっても無いような感じをうけました。私の場合はとにかくがんばることのみでしたから・・・。

その後また一人旅となりましたが、気持ちが非常に楽になりました。ゴールタイムハ５０時間を超えました。今まで大体３６時間以内の大会ですから、大幅なタイムオーバーでした。体へのダメージはやはり少なかったです。スピードが無くなってきたのが５０時間もかかった大きな理由ではありますが、苦しいレース展開の中でも少し余裕をもって走りましょう。楽しみましょう。という気持ちを学んだような気がしました。

私の性格が大きく変わることはないと思いますがすこしでもウルトラレースへの幅が広くなればと考えています。

ジャーナルへ投稿されている駅伝、レース報告、練習会、それぞれ楽しむ心を持ちさえすれば・・・。

今年の鶴岡ではたった１１時間という気持を持っていました。制限時間内完走は無理としても１１時間、何か今までと違う“色”を出したいと思っています。これは飽くまでも希望ですが。

思えば岩浪さんや衣川さんのこれまでの走りを見てれば、それぞれ個性があり、自分の走りを持っている・・気づくのが遅いのでしょうね。みんなの頑張る姿が私の糧でありましたが、もっと学ぶことがあったみたいです。

ジャーナルへの投稿、どうもかまえてしまい、美佳さんとか穂積さん、河野さんの様には投稿出来ません。

伊藤則雄さんのタフな３連チャンから、練習会の報告と、ジャーナルも多岐ですね！

その一員としてペンをとりたいと思いました。

ジャーナルへのお付き合い、ありがとうございます。最近ペーパー節約（資源せつやく）というお題目に乗せられ、ペーパーでの連絡が激減していますが、役所では相変らず無用な報告や資料に莫大なペーパーを費消しています。ジャーナルを発行したり、コメントを寄越す程度の紙消費など微々たること。

私自身は少くとも5555までは発行し続ける意志を保っていきます。

ご賛同いただける方々と共に読むべきジャーナルにしていきましょ！