

伴ネットめいる

事務局長 大見謝辰男

問合せ先、大見謝、bannet03@hotmail.com

今年もよろしくお願ひ

会長 親泊政哉

新年明けましておめでとうございます。昨年も伴ネット活動へのご参加、ご協力いただきありがとうございます。本年も皆様と一緒に活動できることをうれしく思います。

昨年は会長職を引継ぎし、至らない部分も多々あったかと思いますが、皆様のご協力のもとに個々のペースで楽しく走れる活動を実施でき、私自身も新たな経験をして学ばせていただいた事にとっても感謝をしています。

コロナ禍で昨年も思うように活動が進められなかったこともありました。また、課題として NAHA マラソン完走率の低迷、私自身も完走できなかった事がとても残念です。

今年是可以する活動を増やしていき、一人一人の積み上げてきた練習成果を發揮できるような一年になることを目標にしていきたいと思ひます。完走率を高めるために、さらに工夫を重ね、一人でも多くの方と一緒にゴールしたいと願っています。練習方法についてご意見を出していただけたら嬉しいです。

今年もロープランナーズと伴ネットが共に手を取り合い、切磋琢磨しながら笑顔の一年になりますように。本年もどうぞ宜しくお願ひいたします。

令和5年 新年のご挨拶

八重山支部長 平良 常

けーらんねーら

新年あけましておめでとうございます。

いじゅぬきぬはなや あんちゅらさ さちゅい わぬん いじゅやとうてい ましら さかな

(いじゅの木の花が、美しく咲くように、私も真白に咲いていたい)

この言葉は、暗いニュース、戦争やコロナのことで気持ちも曇りがちですが、みんなで楽しい時間を作って、純白な気持ちで生きていきましょう。という思いを込めています。

コロナもまだまだなくなりませんが、徐々に活動も始まり少しずつ仲間と会えることも増えてきました。この数年で体力が落ち、以前のように歩いたり走ったりができないという声もよく聞きます。今年には体力をつけて、大会にも参加できるように頑張りましょう。

15周年企画のマラニックはぜひ実現したいと思っています。今年もよろしくおねがいします。

新年の決意・旧年の反省

新年の決意、旧年の反省などなんでも投稿をお願いしたところ、次の方々から投稿がありました。投稿順に紹介します。

☆山城孝乃(ロープランナーズ)

新年はいろいろな大会に参加し、少しずつ走れる距離を長くできるようにしていけたらいいなと思っています。

☆大久保篤志(ロープランナーズ)

新年明けましておめでとうございます。昨年の振り返りをしたいと思います。

石垣マラソン1月予定でしたが3月に延期となり、なんとか開催となりました。ロープランナーズ2名と参加して、伴ネットやいまの方に大変お世話になりました。大会は全員PCR検査実施で、給水はすべてペットボトル配布のすごい大会でした。結果42K 5:09 伴走(齊藤さん)

6月に東京2020の金メダリスト道下さんと交流イ

ベント開催。伴走の河口さんにもお話が聞けました。

7月にあやはしトライアスロン出場。結果 51K 3:39 伴走(齊藤さん)

11月尚巴志ハーフマラソン出場。結果 完走失敗 コンディション悪いままスタートしてしまいました。

12月那覇マラソン出場。雨と灼熱の太陽の中、伴走の連携プレーでゴールする事ができました。

結果 42K 5:23 伴走(齊藤・日比さん)

今年も、こつこつと距離と思い出を積んで行こうと思います。沖縄ロープランナーズ共々、引き続きよろしく願い板します。

☆松尾義孝(72歳)

この9月、45年にわたり私のランニングを支えてくれた膝が悲鳴をあげた。軟骨がすり減り、これ以上走ると歩けなくなるとドクターストップ。

エントリーしていた NAHA マラソンをフルのラストランとし、5km地点までゆっくり走り、膝に感謝。

昔、沖縄の大学に入った息子が NAHA マラソンを紹介してくれ、北海道から毎年のように通う。沖縄移住で伴ネットに加入。NAHA マラソンを楽しんで走るようになる。

これからは、膝と相談しながら、どんなランニングライフを送れるかな～。これからもよろしく願いします。

☆賀数保男

2022年の反省及び決意です。3年前に NAHA マラソンを完走して自信を持って今大会に挑みました。大会前日にゼッケン及び T シャツを受取り、気分は上昇しました。

その後建物外にスポーツ用品等ブースでシューズを見て3割引に目がとまり、これを購入して明日履いても完走出来るとタカをくくっていました。新しいシューズで大会に出場しましたが、10km過ぎ、どうも違和感が出て、ハーフを過ぎた頃には足が痛くて駄目でした。

新年からは、普段から履き慣れた靴で挑み謙虚さを持ってフルマラソン完走に挑みたいと思います。今後とも伴ネットの皆様宜しくお願いします。

☆大見謝辰男

2015年度から7年間事務局長不在となり、私は会長と兼務で事務局長の代役を務めてきました。今年度、親泊さんが会長を引き受けてくださり、私が事務局長を担当することで業務負担が正常化できました。

今後の課題としては、「いつまでもあると思うな親と金」の格言です。私はこれまで NAHA マラソン完走講座や伴走講習会で中心となって指導してきましたが、もう70歳を過ぎて昔のように体が動きません。

各種実技指導やパソコンデータ移管を次世代リーダーに徐々にお願ひしたいと考えています。

2023年5月開催予定の次年度総会までに議論を煮詰めてもらったらありがたいです。

日曜練習会情報

12月18日:通常練習、17名参加

25日:通常練習、23名参加。

1月1日:新年でお休み

8日:新年初走り。コロナの感染状況をみて、集団で走るか、日常練習にするか判断。

15日、22日、29日:通常練習

ニュースあいくい

☆3月19日(日)、3年ぶりにいとまん平和トリムマラソン大会が開催されます。伴走者募集が始まっています。8日の日曜練習会から伴走者募集要項を配布します。郵送希望の方は大見謝まで声掛けをお願いします。

☆吉満光徳さんから金一封をいただきました。ありがとうございました。

☆ホームページの投稿欄から活動体験希望者が2名。状況によっては伴走個別講習も。