

# 伴ネットめいる

事務局長 大見謝辰男

問合せ大見謝、bannet03@hotmail.com

## 2024年度会員更新手続

伴ネットの会計年度は4月1日から翌年の3月31日となっています。現在2024年度会員の更新手続を進めています。継続会員を希望の方は、3月24日の日曜練習会までに次年度会費を納めてください。2月25日現在で46名が手続きを済ませました。3月最終週にボランティア保険を申請します。

また、今年度会計の締め切りも3月24日です。試走会などの立て替えや、マラソン大会での伴走ボランティア旅費助成請求にお忘れはないですか？旅費助成規定については毎年総会で紹介していますが、周知が徹底されていません。規定を抜粋して紹介します。「沖縄本島内: 日帰りとする。那覇バスターミナルから大会会場最寄りのバス停までのバス片道運賃を支給する。なお、ORCA行事、いとまん平和トリムへは、伴走者旅費を助成しない。

大会へ個人参加申し込み後、やむなく伴走に変更するときは、規定に基づき旅費を助成し、大会参加費を還付する。また、伴走予定の者が大会で単独走になった場合、やむを得ない事情に限り助成を適用する。大混雑するおきなわマラソンでのサブ伴走者へは旅費助成規程を適用し、さらに参加費を全額助成する。」注釈: NAHA マラソンはメイン・サブとも無料。

## おきなわマラソン

2月18日、2024おきなわマラソン大会が4年ぶりに開催されました。フルに6543人、10kmに1364人が出場し、完走率はフルが74%、10kmが84%でした。

伴走グループは、フルに26名が参加、完走率は77%、10km参加者は5名で完走率は60%でした。2面で成績やコメントを紹介します。

## ロープランナーズへ要望

2月18日のおきなわマラソンでのロープランナーズ

参加者の送迎車両進入許可証を大会事務局へ要請したところ、2名は伴走者登録がなく、危険なので参加できないと言われました。親泊会長が大至急で伴走者を確保し事なきを得ました。

しかし、すでに個人出場登録をしていた会員も伴走者に振り分けされました。本来ならばメイン伴走参加者は参加料免除ですが、おきなわマラソンでは支払った参加料は戻りません。伴ネット会費負担になります。ロープランナーズの皆さんは、マラソン大会にエントリーする時は事前に各自の責任で伴走者を確保してください。

支部だより(109)

## 石垣島マラソン

伴ネットやいま事務局長 増川育代

1月21日(日)第21回石垣島マラソンが開催されました。スタートの時間が今までより1時間も早くなり、フルとハーフはなんと8時スタートのため集合時間を7時としましたが、石垣の空はまだ暗くやっと明るくなってきた頃テントにみんな集まって久しぶりの再開を喜びました。ワイワイとしていたら、集合写真を撮るのが精一杯で恒例の準備体操もできずに慌ただしくスタート。伴走チームは6組で、フルは1組、ハーフは2組、10kmは3組、兵庫、埼玉、群馬、沖縄、からの参加でした。初めて石垣島マラソンに来てくれた方もいました。こんなにたくさんの伴走チームが参加するのは久しぶりです。お天気はあいにくの雨でしたが、ゴール後の伴ネットやいま特製牛そばとビールをめざして、みんな楽しく元気に走りました。スタートが早いということは撤収も早く、ゆっくりシャワーを浴びても十分にゆとりを持って、メインの伴走仲間交流集会 IN 石垣2024に参加できました。平良支部長と小浜史江さんの美声で座開き、片桐さんの名司会も健在、これだけで嬉しくなってきました。それぞれの紹介と挨拶が進んでいき群馬ランモードの番になる頃には宴は最高潮、天城越えや六甲

おろしの大合唱となりました。本当に夢のように楽しい時間でした。参加されたみなさんありがとうございました。また来年もお待ちしています！

17日:いとまん平和マラソン大会、現地7時集合  
24日:通常練習、奥武山8時集合

## 日曜練習会情報

3月3日:いとまん平和伴走講習会、現地8時集合  
10日:いとまん平和伴走練習会、現地8時集合

## ニュースあいくり

☆NAHA 完走講座から入会した呉屋陽慈(ごや ようじ)さんがおきなわマラソンを完走。2月25日に完走講座卒業証を授与。

### おきなわマラソン完走者成績

#### フルマラソン

No.	氏名	タイム	コメント
1	新垣 忠男	3:34:18	会員新垣千代美のご主人
2	田中 淳一	4:30:00	暑い予報で4時間半を目標。何とピッタリ。ライカムでの応援ありがとう。
3	平良 道彦	4:51:21	目標サブ4も突っ込み過ぎてサブ5がやっと。まだまだです。
4	宮城 希	5:22:15	元会員、下欄転記。
5	平田 亜紀子	5:46:29	おきなわマラソン初チャレンジ。今回フルの記録更新！！
6	新垣 千代美	5:47:05	フルマラソン完走メダルが11個に。伴ネットのお陰。ありがとう。
7	大久保 篤志	5:48:50	伊藤さんから元気をもらう。私は失速。山城さんが30Kまで伴走。
8	伊藤 隆和	5:48:50	大久保さんの伴走。一緒にゴールできて大満足。
9	呉屋 陽慈	5:52:01	初完走は沿道の応援と差し入れに癒され、楽しかった。伴ネットの練習会が結果に。給水などいつも本当に感謝。改めて御礼。
10	山城 邦彦	5:54:27	大久保さんの伴走、30キロでダウン。役目を果たせず申し訳ない。
11	新川 洋和	5:57:03	暑かった。完走できて良かった～。
12	志良堂 徹	5:57:03	完走 新川さんと楽しく、美味しく走れました。沖縄マラソン最高！
13	山原 和美	6:06:06	暑くて何度もやめようと。仲間のエイドでパワーもらえた。
14	金城 光也	6:07:14	
15	吉満 光徳	6:14:11	練習不足と暑さでへトへト。沿道の声援とサポートでどうにかゴール。
16	謝花 良幸	6:14:17	暑さによるペースダウンは想定していたがここまで落ちるとは。笑
17	當眞 聡	6:14:17	謝花さんの伴走。ギリギリのゴール、なんとか完走。根間さんに大感謝。
18	根間 恵美	6:14:17	初サブ伴走。1分を切る奇跡的なゴールに感動。たくさんの学びが。
19	竹中 豊	未確定	たかが2キロ、されど2キロ。一番辛いゴールでした。
20	仲本 兼	未確定	心拍数を見ながら走り、何とか那覇のリベンジラン達成。

#### 10km

No.	氏名	タイム	コメント
1	荒川 真紀子	1:12:04	体調があんまり良くなかったけど、なんとか10km走れた。
2	村越 千代子	1:21:00	前半余裕があったが、後半スピードを上げられなかった事が反省点。
3	松尾 義孝	1:21:17	

#### 宮城希(みやぎのぞみ)さんの感謝コメント

4年ぶりのフルマラソン大会、2年ぶりの伴ネットでオブザーバーとして参加させていただきました。暑さが厳しく、後半から苦しいランでしたが、(池武当からが地獄でした)沿道の声援や沖縄らしいパフォーマンスを堪能しつつ楽しく走れました。5時間22分でゴール。4年前よりも30分遅いゴールでしたが、厳しい暑さの中無事に完走できた達成感の方が大きいです。

伴ネットの給水サポートには心身ともに本当に助けられました。ラン中に皆さんの顔を見つけると、キツさが一気に和らぎました。久しぶりに伴ネットの皆さまにお会いできて嬉しかったです。変わらないホーム感…。2年のブランクを感じさせないくらい快く迎えてくださりありがとうございました。今度はNAHAマラソンでお会いできたらと思います。本当に本当にありがとうございました。伴ネット最高です！