

伴ネットめいる

◆新年のごあいさつ特集◆

問合せ大見謝、bannet03@hotmail.com

おきなわマラソンリベンジ

会長 親泊政哉

明けましておめでとうございます。今年も皆さんと一緒に、ジョギングライフを楽しみたいと思います。

さて、もう少しでおきなわマラソンが始まります。去年は仲村康貴さんの伴走でエントリーしましたが、私がハーフ手前で足が付き、基地内にも入る事が出来ずリタイヤ。道連れにしてしまった仲村さんには本当に申し訳ない気持ちでいっぱいでした。

嫌かもしれないと思いながら「できれば来年もう一度チャンスを下さい！」と仲村さん伝えたところ「ぜひ、一緒に走りましょう！」と言ってくれました。本当に感謝です。

今回は、山田昌輝さんも一緒に走ります。心強いです。山田さんも転勤で今回が最初で最後の伴走になるかもしれません。ぜひ、3人でゴールしたいです。

当日朝起きたら「完走するぞ！」と叫んでから、挑みます。

『明日も県総7時で』

沖縄市在住会員 平良道彦

あけましておめでとうございます。

年数回の大会への参加のみで、ほぼ隠れ会員状態の沖縄市在住平良と申します。中部での活動状況を投稿してほしいとの大見謝事務局長の依頼を受け書かせていただきます。

伴ネットとの関わりは2009年12月からで、本格的な伴走は翌年1月の玉城村(当時)での視覚障害者マラソン沖縄大会。その後はスポット的に各種大会で伴走をさせてもらっていましたが、2011年12月(記録によれば X'mas イブの日でした!)にうるま市在住の識名盛繁さんを初めて

伴走。以来、週1回、約13年間一緒に走ってきました。

識名さんとは走りながらいろいろ話をしますが、特に専門の農業や関連する話は感心するばかり。時折頂く無農薬のトマトや野菜などの美味しさがそれを更に納得させてくれます。

ただ時が経つのは早いもので、出会った頃は5~10kmを平気で走っていたのが、最近は県総3kmコース1周でゴール。でも週1回の貴重なこの時間をできるだけ長く続けていけたらいいなと思うこの頃。これからも、水曜日には「明日も県総7時で」をメール送信しますね、識名さん。

伴ネットのみなさん、機会は少ないかとは思いますが、本年もよろしく願います。

※編集者注釈

県総: 沖縄県総合運動公園(沖縄市比屋根)

今年の抱負

新会員 渡口梨里(とぐちりり)

あけましておめでとうございます。去年5月、郵便局OBの知念茂さんから那覇マラソン完走講座を紹介して頂き、思い切って申込みをしたものの…「最後に走ったフルマラソンは5年以上前だし…ブランクもあるし…ウェイトも増えているけど走れるかな…」と不安な思いを巡らせながら参加した完走講座でした。

大見謝事務局長からフルマラソンに必要な知識と理論を学び、親泊会長と生天目さんに実践練習のサポートをして頂きました。

走るリズムの取り方、暑さや痛みの対策、テーピングの巻き方など皆さん優しく親身になって話をしてくれるので、いつの間にか緊張もほぐれ日曜日の練習を心待ちにするほどでした。「ワイドワイド~」の掛け声に元気を貰いながら真夏日の練習も走り切る事が出来ました! 皆さん楽しそうにはつらつと走る姿が輝いていました。

10月下旬に右足首を捻挫してしまい、完走講座後半は思うように練習が出来なかった事が去年の心残りです。

今年はNAHA マラソンリベンジの年です。皆さまから教えて頂いた事を活かして力を尽くします。そして、NAHA マラソン完走する事が出来たら伴走にも携わってみたいと思っています。報恩謝得の心を忘れずに今年も皆さんと楽しく走りたいです。今年もよろしくお願ひします。

日曜練習会情報

12月15日:疲れ取り10km、32名参加。

22日:通常練習、41名参加。

29日:年末年始で練習会お休み。

1月5日:おきなわマラソン試走会、8時10分、イオンライカム駐車場集合、路線バスで具志川バスターミナルへ移動、約14kmをイオンライカムまで、給水救護車は上原喬、島袋学、田賀麻美、感謝、ゴール後、近くのレストランに移動し新年会、計28名参加。

12日:通常練習、走り足りない方は個人練習へ

19日:通常練習、走り足りない方は個人練習へ

26日:おきなわマラソン試走会、8時イオンライカム駐車場集合、ライカム～具志川バスターミナルの23.2km、中城湾埋立地は走らない、給水車は田原盛子、知念茂の二人、帰りはバスターミナルから路線バスでライカムまで。

2月2日:通常練習、2025年度会員登録開始。

9日:おきなわマラソン対策調整10km走、確認ミーティング。

16日:おきなわマラソン、過去の伴ネットめいる記事では「例年、7時30分、会場の沖縄県総合運動公園陸上競技場スタンド内で、体育館に最も近い階段を上ったあたりの軒下集合。荷物を預ける方は全員から500円会費徴収。軽食付き。」となっています。大会運営スケジュールで不具合が生じたら、日曜練習後のミーティングで時間調整します。

23日:疲れ取り10km、奥武山は巨人キャンプ。

3月2日:いとまん平和マラソン伴走講習会、8:00糸満市西崎運動公園陸上競技場玄関前集合。

9日:いとまん平和マラソン伴走試走会、8:00西崎運動公園陸上競技場玄関前集合。

16日:いとまん平和マラソン大会、伴走者等は役員扱い、T シャツ、弁当支給、駐車場あり、7:00会場の体育館玄関前に集合。

23日:通常練習、2025年度会員登録第一次締め切り。

今年度清算・新年度準備

3月31日で、2024年度が終了します。3月30日の日曜練習会までに、練習会などでの立替領収証を会計へ提出し清算してください。

また、伴ネットには伴走者旅費規定があり、毎年の総会で資料や申請用紙を配布しています。マラソン大会で伴走してまだ請求していない方はお急ぎ手続きをしてください。締め切りは3月30日です。不明な点は見謝事務局長へ。

4月1日から、2025年度が始まります。その前に、新年度会費2500円を徴収し、3月末にはボランティア保険に加入する必要があります。新年度会費徴収は2月2日～3月23日の日常練習会で会計グループが行います。

いとまん平和伴走者募集

いとまん平和マラソンでは、今年是一般からの伴走者募集案内をせず、伴ネットで賄えなければ募集をかけるそうです。伴走者は役員扱いで、会場内の指定駐車場使用、弁当・T シャツ配布などの特典があります。

希望者は、①距離、②伴走・サブ伴走・パトロールの区分、③T シャツのサイズ(S/M/L/LL/3L)を明記し見謝へ連絡してください。1月14日(火)締め切りです。メイル一斉送信で募集をかけたのですが、まだ6名しか応募がありません。

ニュースあいくり

☆新会員、完走講座から江上幸子(えがみさちこ)、佐々木直行(ささきなおゆき)。これで会員は69名。

☆NAHA マラソン完走講座卒業者、大城早喜(おおしろさき)、江上幸子、佐々木直行。