一関楽走会

令和8年
11月号
No629
発行責任者
佐藤東
Tel23-0101
090－6852－
5852

会員募集中

10月例走会

１０月４日、日の出時間は、５時３０分です。家を出るときは、薄暗かったのですが、だんだん明るくなってきました。

今回の司会進行役は、安彦節子さんです。

「一関ハーフマラソンお疲れさまでした。

ランナーとして参加した人だけでなく、応援でも地元のマラソン大会を大いに盛り上げていただきました。これからの晩秋のマラソン大会でも、体調を崩さず、けがをせず、大いに楽しんでいただければと願っています」との話がありました。

佐藤会長からは、「今日は盛岡シティマラソンが開催されます。当会からも参加していますので、いつものメンバーが来ておりませんが、元気にやりましょう」との挨拶がありました。

春から地域の草刈り作業で参加できなかった菅原東さんが、元気な姿を見せてくれました。



前列左より柴山東治・畠山真佐実・佐藤東・藤田郁雄　後列左より千葉丈夫・菅原東・阿部隆・千葉健一・安彦敏郎・安彦節子・小野寺卓司・小野寺仁
写真撮影平山恒雄　13名の参加

一関国際ハーフ懇親会



前列左より藤田郁雄・佐藤文政・佐藤東・菅原孝一
後列左より千葉丈夫・安彦敏郎・平澤和則・齋藤祐二・平井恒雄・石橋保孝（齋藤のラン友）小野寺仁・菊田和夫・齋藤日出美（中田団地・菊田のラン友）写真撮影菊田さんの奥さんです。

９月２７日一関国際ハーフマラソンには、当会から１３名が出場しました。

例年暑い中走っていましたが、今年は８時３０分にスタート時間を早めたこともあって気温１７．７度の走り易い気象状況の中、ゴールを目指して走りました。

レース後は、会費制の懇親会で、レースを振り返り健闘を讃えました。

特にも男子１０km６５歳以上の部では、菊田さん１位、藤田さんが２位と当会員がワンツーフィニッシュをしました。

また、男子ハーフ７０歳以上の部で、千葉隆さんが５位入賞しました。

同じく７０歳以上の部で８６歳の佐藤文政さんが、昨年より４分早いタイムの２時間４９分５４秒で走りました。この記録は、昨年度全国１歳刻みランキングでは、４位に相当する記録です。

会員以外ですが、石橋保孝さん（旭化成東京ＪＣ）が、齋藤さんのラン友とのことで、一関を走り懇親会にも参加していただきました。

菊田さんが幹事となり、ホノルルマラソンに一緒に行った仲間の会の皆さんとも、交流することが出来、楽しい時間を過ごすことができました。

担当幹事の畠山真佐実さん、安彦敏郎さんには、お世話様になりました。

役員会の開催

1.日時11月12日（木）
18:00
2.場所　山目市民センター
3.議題
1）元旦マラソンについて
2）持続的な会報づくりについて

役員会の報告

１０月８日山目市民センターにおいて、第３回役員会を開催しました。

左記について協議しましたので報告します。

①自主事業について
・須川マラソンには１０名の参加があった。例年２０名以上の参加があったが、今年は一人で１５kmを走ることが基本となり、会員にとってハードルが高かったのではないか。
・国道に歩道がなく、安全が十分確保できなかった。

②秋季マラソンについて
担当幹事　小野寺良信
・古戦場～博物館往復
・フルを走る人が何人いるか事前に把握する。

③市内駅伝について
・担当幹事　菅原東・畠山真佐実・曽田憲史
・３～４チームとしたい。
・懇親会を行う。

④納会マラソンについて
・担当幹事　千葉丈夫
・古戦場～博物館往復
・懇親会　古戦場

⑤元旦マラソン
・１１月の役員会で検討する。
・コースの一部見直し検討

⑥大船渡１０マイルリレー
・参加者を意向調査により把握する。

⑦平成９年度総会
・担当幹事　齋藤祐二
・３月７日
・役員改選あり。

⑧持続的な会報づくり
・年内にどうするか決める。



左より、菊田和夫・安彦敏郎・小野寺良信・千葉丈夫・細川慎一・平井恒雄・佐藤東・佐藤文政　写真齋藤祐二

秋季マラソン

1.開催日　11月1日（日）
2.場　所　古戦場
3.時　間　フル７:00
20km9:00 10km10:00
4.コース　古戦場～博物館往復10kmを希望する回数
5.担当幹事　小野寺良信
6.その他　マラソン後、古戦場のお風呂にて汗を流し、昼食をとります。（ただし、個人負担）

シドニーを走る

細川慎一

シドニーなど思いもしない大会でしたが、同級生がマラソン大会などを中心とする旅行会社をやっており、誘われて参加したものです。



左側を走っているのが細川さんです。
懸命に前を追っています。

11月例走会

11月　1日（日）
午前6時30分
河川敷「トリムコース」
司会進行藤田郁雄さん
11月から3月は6時30分開会

会報原稿　募集
皆さんの寄稿をお待ちしております。
原稿〆切　毎月15日

編集後記　　楽走会のホームページは「一関楽走会」で検索

・１１月になり、行事が続きます。行事への参加について、会報と同時に意向調査ハガキを同封しますのでご回答ください。（11月10日までに投函して下さい）
・佐藤文政副会長が、「９０歳まで走りたい」とのこと。生涯を通して走る続けることができるという事は幸せなことです。若い頃の大病を乗り越え、今年初めの不調を乗り越えてのことです。
・今、私不調です。白鷹ハーフで１時間３３分で走ったのに、４日後の一関ハーフで左脚を痛め、盛岡フルも２kmでリタイアです。しかし不調になってからが本当の勝負。どう乗り越えるか。
・事務局長　齋藤祐二　連絡先：080-8213-1136　Kinako19631014@outlook.JP

開催日	大会名	出 場 予 定 者（把握した範囲内）
11月1日	秋季マラソン	小野寺良信・菊田和夫・吉川勝哉・齋藤明美・四垂真弓・柴山東治・菅原孝一・畠山真佐実・藤田郁雄・細川慎一
11月3日	ひとめぼれマラソン	安彦節子・安彦敏郎・齋藤明美・齋藤祐二・藤田郁雄
11月8日	栗原マラソン	安彦節子・安彦敏郎・小野寺良信・菊田和夫
	宮古サーモンマラソン	藤田郁雄
	東稲トレラン	菅原孝一
11月14日	弘前・白神アップルマラソン	藤田郁雄
11月15日	弘前・白神アップルマラソン	藤田郁雄
	神戸マラソン	齋藤祐二
11月23日	大田原マラソン	齋藤明美・齋藤祐二

10月大会記録

・9/27　一関国際ハーフ

ハ-フ　千葉隆　1:43:11
㊛石橋保孝　1:45:01
齋藤祐二　1:50:45
菅原孝一　2:08:22
佐藤文政　2:49:54
10km　菊田和夫　42:33
藤田郁雄　42:52
㊛齋藤日出美　47:46
伊藤克則　51:25
小野寺良信　54:47
齋藤明美　58:55
畠山真佐実　60:01
安彦敏郎　63:22
平澤和則　64:20
佐藤東　83:22

・9/27　横手シティ

ハ-フ　曽田憲史　1:45:49

・10/4　盛岡シティ

フル　菅原孝一　5:24:50
細川慎一　5:41:17
四垂真弓　5:53:39
ファンラン12．1km
齋藤明美　1:14:26

・10/11　花泉マラソン

10km　菊田和夫　43:38
菅原孝一　55:54
細川慎一　58:13
5km　安彦敏郎　29:59
佐藤文政　33:19
安彦節子　36:34

・10/11　ランフェス北上

ハ-フ　齋藤明美　2:19:10

・10/18啄木の里

10km　菊田和夫　43:06
伊藤克則　49:56
安彦敏郎　62:50
3km　安彦節子　20:37

・10/18　長井マラソン

ハ-フ　齋藤祐二　1:49:30
齋藤明美　2:14:44

㊛は、会員以外で、懇親会参加者

90歳までも、走り続けたい

佐藤文政

８月３０日、日本はまだ夏の酷暑ですが、オーストラリアは冬から春に向かうところ。とは言ってもシドニーは海辺の都市で、この季節の平均気温は一五度くらいです。空気も乾いており、実に爽やかな気候でした。マラソンコースは少し違いますが、高橋尚子さんがシドニーオリンピックで金メダルを取った感動の場所です。

結局４時間４１分。スタートからゴールまで混雑が続く状況でした。沿道の応援はかなりのものです。

帰り道、気軽に入れる「ＰＵＢ」がたくさんあり、喉を潤してからホテルへ戻り。

翌日はフリーで、シドニーの湾内クルーズと、同級生とフィッシュマーケットで牡蠣や寿司など新鮮な海産物をたらふくいただきました。

「１濠$」１９円で、飲食、買い物などはアメリカほどではありませんが、円換算すると「高いなあ」という感じでした。大きな公園が市内のあらこちらにあり、海岸には遊歩道が整備され、日常的にランニングを楽しむ人たちの姿がたくさんありました。いい所でした。



花泉マラソンで、最高年齢者賞を那須川瑞穂さん（左）からいただいた佐藤文政さん。

秋にこの３つの大会に出場できたのも、皆さんのご協力のお陰様と感謝しております。

７５歳までは、５～１０kmを主体に走っておりました。５kmは２３分代で走りました。

しかし、故亀谷会長からは、「５kmや１０kmはマラソンではない。マラソンはフルだ」と生前何度も言われ、フルも走るようになりました。

８０歳になり、齋藤事務局長から「１歳刻みランキングに載っているよ」と教えられ、全国の同年齢と比べても、上位にランクされ自信と意欲が湧き、毎年走るようになりました。

「今年が最後かな」とお思っていましたが、ハーフで完走できましたので、せっかくこの歳まで走ったのだから、どうせなら「９０歳まで走ってみよう」と思うこの頃です。

１０月１１日に花泉マラソンを走りました。

９月２７日一関国際ハーフマラソンでハーフを、１０月４日の盛岡シティマラソンではフルを走りましたが、体が付いていけず、２０kmでリタイアしました。

そして、今日は５kmを走り、思いがけず最高齢者賞をいただきました。

体力的なことから、今年が最終年と捉え大会に臨みました。

しかし、年初めから体調が思わしくなく、走り始めたのが４月になってからでした。

9月走行距離

順位	名　前	9月	累計
1	齋藤祐二	401	2,789
2	小野寺伸也	381	2,221
3	菊田和夫	263	2,326
4	藤田郁雄	247	1,863
5	畠山真佐実	230	1,684
6	伊藤克則	230	1,666
7	千葉隆	228	2,142
8	小野寺卓司	203	2,020
9	阿部隆	160	630
10	齋藤明美	153	1,210
11	菅原孝一	130	1,434
12	吉川勝哉	130	496
13	小野寺良信	105	865
14	安彦敏郎	102	816
15	平澤和則	95	515
16	佐藤文政	82	409
17	細川慎一	78	1,170
18	四垂真弓	66	951
19	安彦節子	58	467
20	柴山東治	58	847
21	曽田憲史	55	460
22	佐藤東	28	307
23	千葉勇一	19	483
24	小野寺仁	18	88

タンザニアと芋煮

齋藤明美

１０月１８日長井マラソンを走った。

長井市と友好都市のタンザニアから６人の選手が招待されていた。

ハーフの私は、２０km地点でフル先頭のタンザニアの選手に追い抜かれた。

スタートは同時で、ハーフは１周、フルは２周だったはずだ。足が自分の１．５倍も長そうで跳んでいた。

お振舞では、芋煮とおにぎり、シャインマスカットをいただいた。白鷹、盛岡、北上では芋の子汁、そして今回の芋煮と食べ比べ秋満喫だ。

それにしても、彼らは何を食べどんな暮らしをしているのか、想像が膨らみ興味深々である。

市内駅伝

1.開催日　11月7日（土）
2.コース　Uドーム周辺
3.集合場所　Uドーム前庭
4.集合時間　8時30分
5.選手　安彦節子・安彦敏郎・小野寺伸也・小野寺良信・吉川勝哉・西城孝・柴山東治・菅原孝一・曽田憲史・畠山真佐実・藤田郁雄・細川慎一・協力者小野寺勝利・菊地隆一（14名）申し込み〆切の28日まであと6名を