

前橋ランナーズの活動状況のお知らせ

20年11月5日

今年の気候変化は例年になく激しく揺れ動いたと感じました。暑さが続いたり、一極集中的な豪雨があったり台風が洋上でダンスをしたりと筆者は感じました。皆さんはいかがでしたでしょうか。会の活動もコロナ禍の影響でままならない部分盛りましたがそのことにつきましてはお詫び申し上げます。

季節は巡り 11月7日は立冬とのことです。朝明けは遅く、夕日は瞬く間に余韻も無く夕闇に。皆様のラン・ジョグやウォーク等のトレーニングにも時間と寒暖差に注意をされていることと思います。

さて、新年恒例の実業団駅伝は開催されますが本会員の出番である後方支援のボランティア参加も年齢制限や持病等の制限条件が付けられまして、筆者も初回からの連続参加も今回で途切れることとなりました。昨今の状況から止む得ないものと思います。過日、前橋初回優勝と19年優勝のレリーフを撮影してきました。歴史を感じられますが私もその中あつて語れることと感慨です。

個々の皆様のボランティア参加ことは市のスポーツ課から照会の文書が届いたことと思います参考までにお知らせしました。

☆ 王山運動公園練習会は近藤コーチの日程表からお聞きしたいこと等がありましたら山運動公園にお出掛けになり質問等を行ってください。

☆ 最近WEB大会の呼び掛けが目に残りますが筆者もラン用のソフト利用用途上ですが大いに活用しています。自分の活動の記録を炬燵で思い起こしながら・・・で楽しんでいます。

利用方法につきましては会員の皆さんからのお申し出がありましたらソフトの導入→利用方法→保存→その後の活用等の練習会もセットしますのでみんなでガヤガヤと楽しみましょう。

☆ 王山運動公園練習会は毎週木曜日 15時ごろから 17時頃まで、また、土曜日には 8時頃から各人のメニューで実行しておりますので皆さんのご参加を期待します。

☆ 中村宏初代会長のお別れの会が 10月10日 14時から開催されました。会場には中村さんの人柄を忍ばせるラグビーの思い出が花で飾られていました。詳細はブログ抜粋をご覧ください。

幹事会報告

報告事項

- 1 S0陸上連携練習会について 天中止;実施渋川総合運動場クロカンコース
- 2 ぐんまマラソン大会の開催状況 WE B大会に
- 3 近藤さんとの連携事業・王山運動公園練習会実施状況・ラインのこと
- 4 前橋ランニングクラブ連合会の件 11/1 記録会開催
- 5 中村宏初代会長のお別れの会の詳細はブログを参照してください。

議題

- 1 2020年度前橋ランナーズの運営方針について
- 2 近藤さんとの連携事業 実施状況確認 11月実施表を参照して下さい
- 3 活動状況の通信システムの検討について(再掲) LINE 加入等を推進する
- 4 新春の会開催について 2月上旬に山西先生を囲んでの会を開催する。詳細は次号にてご照会致します。
- 5 その他

LINEから抜粋

皆さんお疲れ様。LINE なかまの新入生の皆さんご参加ありがとうございます。

本日中村宏初代会長のお別れの会に参加して参りました。小生、盛大にして厳かな会に感動しました。

本会からの参加は山西先生、高橋さん、小須田の3名でした。お別れの言葉は3名からでしたが、彼の生前の活動の幅の広さと深さを再確認できました。

写真はと思いましたがご遠慮とのアナウンスで断念しました。以上速報です。 小須田

☆ お礼の言葉の末尾に「青春とは人生のある期間ではなく心の持ち方を言う。」が引用されていました。まったく一行の言葉ですが、彼の人生の表現としてまた納得しました。本会の活動状況に、最晩年の走れない時もいつも愛の眼差しでした。許して頂けると勝手に思い、グラス片手に深更の一時を回想しています。 小須田

☆ 黒岩正子さんがlineのお仲間に入り投稿して頂きました。

9月連休に乗鞍岳に行ってきました(3026)頂上近くで心臓がドキドキし始めました。登頂をあきらめようかと。夫が「2回息を吸って1回吐くとよい。酸素が薄くなったから、」といった。数回繰り返した。正常にもどり、登頂できました😊 黒岩正子

写真がありました但し添付出来ませんでした。编者

☆ 星野光治さんlineのお仲間に入り投稿して頂きました。

上野村で20名限定のトレランやるようです。いままで10キロ以上のトレラン経験がある方限定のようです。本日の上毛に出ていました。神流のトレランとは主催者が違います。時間があれば出たいですが！

ブログから抜粋

最近況報告

10月10日 23:58 LINE から 皆さんお疲れ様。LINE なかまの新入生の皆さん、ご参加ありがとうございます。

本日、中村宏初代会長のお別れの会に参加して参りました。小生、盛大にして厳かな会に感動しました。

本会からの参加は山西先生、高橋さん、小須田の3名でした。お別れの言葉は3名でしたが、彼の生前の活動の幅の広さを再確認できました。

写真はと思いましたがご遠慮とのアナウンスで断念しました。以上速報です。 小須田

お礼の言葉の書状の末尾にサミュエルウルマンの「青春とは人生のある期間ではなく心の持ち方を言う」が引用されていました。まったく一行の言葉ですが、彼の人生の表現としてまた納得しました。本会の活動状況に、最晩年の走れない時にもいつも愛の眼差しでした。許して頂けると勝手に思い、グラス片手に深更の一時を回想しています。 小須田

*****ブログから抜粋

中村宏（前橋ランナーズ）初代会長お別れ会に参列（高橋冽追記です。）

台風 14 号の影響で雨の降りしきるなかでしたが、沢山の参列者がお見送りいたしました。

中央の祭壇には、笑顔いっぱいの氏の写真、左側に日野自動車会社の社章、右側には生涯愛したスポーツのラグビーボールが花で表現されていました。

享年 87 ご冥福をお祈りいたします。（合掌）

（パンフレットより）



ランモード大利根公式練習会

11月1日（日） 早くも今日から霜月に。

好天に恵まれた本日、コロナに翻弄されて自粛や個人的な自主練習会を余儀なくされていたランモード群馬の公式練習会が再開されました。



会としてのガイドラインを作成しての万全を期しての再開です。

検温と手指の消毒の徹底。

マスク姿のミーティング、今日の参加者は15名。

筆者は朝方の自治会の公園清掃時にうかつにもぎっくり腰を再発させてしまい、ミーティング後のお見送りのみで帰宅のはめに（トホホホ・・・）。（高）

総社古墳群を訪ねて

10月27日(火) まずは総社歴史資料館でお勉強に立ち寄る。

総社古墳群は、まず5世紀後半に遠見山古墳が築かれ、その後6世紀初頭に王山古墳や王河原山古墳(消滅)が続くとみられます。以降は、総社二子山古墳(6世紀後半) → 愛宕山古墳(7世紀前半) → 宝塔山古墳(7世紀中葉) → 蛇穴山古墳(7世紀後半)へと移り変わります。

今日は、未見学の愛宕山古墳と遠見山古墳の見学です。

ちょっと条件が悪かったのですが、利根川を手前にして「裾野は長し赤城山」の一望です。

ちょっと整備が行き届いていない状況の愛宕山(あたごやま)古墳です。

遠見山(とおみやま)古墳は、総社古墳群の北東部に位置する前方後円墳で、5世紀後半に築かれたこの地域では最古です。(高)



バラ園へ

10月26日(月) 好天につられてバラ園まで足を伸ばしてみました。

新聞でも報道され家族連れやらカップルでたいそうな賑わいぶりでした。

バラ園からウォークで県庁へ戻り開催中の、双子都市「前橋・高崎の150年」展へ。

古地図の世界に誘われて、ついつい時間を忘れてしまうほどでした。

床面いっぱい貼られた空中写真に圧倒され、まさにガリバー気分です。ついつい自宅探しのひとときを楽しみました。(高)



街なかウォーキング行事に参加

10月18日(日) 街なかウォーキング会に参加してきました。

駆け足でやってきた寒さのなかにもトランペットのみごとな咲きっぷりにカシャッ!

新型コロナウイルス渦でしばらく自粛やら中止を余儀なくされていましたが、久しぶりに出かけてみました。

前橋中央イベント広場前の comm で受け付けも、コロナ感染拡大防止策で検温・消毒も徹底での出発前の準備運動。

1周目は広瀬川コースの2.5km。

中央駅前からの広瀬川は爽やかな風をうけて、前橋文学館やたくさんの記念碑をみながらの河畔緑道です。

晴天にもかかわらず互いに傘差しでの光景も、今時のソーシャルディスタンスならではのウォーキングです。

スタート地点のイベント会場では、「赤城山 AR ヒルクライム」の仮想体験会も開かれていました。



大きな画面に向かっての山道走行を楽しんでいました。

2周目は立川町コースで2.5kmと少人数の参加者ではありましたが、家からの往復も含めて総計13kmほどの行程となりました。（高）

萩原の渡し（公田の渡し）跡

10月12日（月） 新聞の休刊日なので朝一で。《昨日に続いての渡し跡のレポです。》
 昭和大橋西詰・利根川の右岸を300mほど上流側のサイクリングロードにこの碑があります。
 萩原の渡し（公田：くでんの渡し）跡に記されている文を記します。



ここにかけて対岸へ渡る「渡し」があった。

そのむかし、この付近の利根川は川幅一町四十間（約一八〇メートル）、水深三丈（約九メートル）あったといわれ、激流のため棹が

使えず、兩岸から綱を張り、これを手繰って渡ったという。

明治十年頃には十二そうの船を置き板をしき並べて、舟橋に改めたが、度重なる出水により、ふたたび渡船となった。

その後、昭和大橋の完成により昭和四十七年をもって廃止された。

対岸の前橋公田（くでん：利根川の左岸）側です。

急な階段が残ってはいますが、渡し場の様子をうかがえるものは見当たりません。

じゅうがつぎくらと思われる桜の花を見かけたのですが、ズームでの撮影はピンボケでごめんな

さい。

家からの往復で 7.6km のウォークでした。(高)

近藤コーチの 11 月の予定表

日程	曜日	大会・スクール	会場	備考
1 日	日	記録会	県営陸上競技場	サブグランド
3 日・4 日・5 日	火・水・木	王山グランド管理 15 時～18 時	王山グランド	
8 日	日	S O ランニングスクール 13 時～15 時	王山グランド	
10 日・11 日・12 日	火・水・木	王山グランド管理 15 時～18 時	王山グランド	
17 日・18 日・19 日	火・水・木	王山グランド管理 15 時～18 時	王山グランド	
24 日・26 日	火・木	王山グランド管理 15 時～18 時	王山グランド	

※企画として 1 日に県営陸上競技場(サブグランド)で記録会を開催します。

日頃トラックで入ることのない方、是非参加してみてください。種目は次の通り(1500m・3000m・5000m・10000 m)

12 月には「2020 サヨナラマラソン」としてロードレース大会(20K・10K)を企画します。(日程未定)

練習をする時は ①平日時間制限 8 時～18 時まで(土・日・祝日は 6 時から)

※11 月も土・日曜日は 8 時～11 時頃まで王山グランドに行っておりますので練習に来てみてください。

※土曜日に早朝練習をするクラブ・個人が増えてきました。仲間と一緒に走りましょう。

※S O ランニングスクールの予定日は決定しグランドも決定しました。22 日については群馬の森でのマラニック大会を企画 しています。

☆ 連合走友会の企画として予定では 12 月 13 日に吉岡温泉発着としてのロードレース大会の企画・講演会(講師・ヤマダ電機陸上部監督森川氏)を同日に予定しています。詳細は次号に！！

毎回のことですがブログ投稿からの抜粋記事は紙面の都合により編集しておりますので読みづらい編成となっておりますのでご容赦ください。なお、全文は「前橋ランナーズ」検索でお立ち寄りください。

同封資料

渋川クロカン練習会の案内 かわら版 4 号

黄葉の積もりし徑に陽が落ちる
頂に烏帽子の如し茜雲

稔

発行責任者 前橋ランナーズ
会長 小須田 稔
TEL 090-7429-8965
〒 前橋市昭和町 2-8-18