

# 走るのって楽しい！

スポーツ少年団は、野球、サッカー、バレーボールなど市内五十五団体。その中から、陸上競技に取り組むスポーツ少年団「フアイトマラソン」を紹介します。



学年別のウォーミングアップ



短距離走のスタート練習

高階西小学校の校庭に、準備運動をする元気な掛け声が響きます。十分に体をほぐすと、学年別グループで走り出し、長距離、短距離、リレーなどのメニューをこなします。

監督の川又正夫さん(65歳・砂新田)は「私たち指導者は、けがの防止が大切な役割」と話します。そのため、準備運動に多

くの時間をかけます。コーチたちも、励ましたり、休ませたり一人ひとりの調子に気を配ります。フアイトマラソン結成のきっかけは、川又さんが27歳



たつぷりと時間をかける準備運動。走り始めるのは体が温まってから。

の時、近所の子供と走り始めたこと。三十八年目の現在、小学一年生から六年生までの四十六人が在籍。練習拠点の高階西小学校のほか、新宿や今成の小学校からの参加者もいます。また、コーチは、自分の子供の入団でかわり、ほとんどの人が退団後も続けるとか。その理由を「子供たちの成長する姿を見るのが楽しいからです」と話します。

子供たちは、走ることに意欲的。沢田蓮太くん(高階西小六年)は「一位になったときや、自己ベストの記録が出たときはうれしい。次の目標は、千五百メートルで五分を切ること。力を伸ばすため、体力や調子に合わせ、一人ひとりの目標を設定します。「大切なのは、良い結果ではなく、途中の頑張りを褒

めること」と川又さん。

練習の合間、けが防止のため小石拾いは、監督やコーチはもちろん、子供たちも含め、気が付いた人が行います。また、練習の集合場所になっている公園のごみ拾いもします。自分たちが使う場所や道具を大切にす

る、当たり前であることを自然にできる子供を育てることもフアイトマラソンの目標です。  
小江戸川越マラソンで、コーチたちは大会運営の手伝いをします。「参加した人たちに楽しんで走ってもらえたらうれしいですね」と会長の松尾光章さん(62歳・砂新田)。小田島菜月さん(高階西小六年)は「お母さんとファンランに出場します。小学生最後の思い出にすることができてうれしい」と、今から走るのが楽しみな様子でした。



走る表情やタイムなどから体調を観察。時には併走をすることも。

**みんなで応援!! 11月28日(日) 小江戸川越マラソン2010 いよいよスタート!**

大会当日の午前8時から正午まで、コースおよび周辺に交通規制が敷かれます。ご協力をお願いします。

## 川越から世界へ



ゴルフのアジアアマチュア選手権が、10月7日から10日までの4日間、霞ヶ関カンツリー倶楽部(笠幡)で行われました。アジア太平洋34か国などから118人の選手が参加。観戦した荒井直一さん(68歳・笠幡)は「若い選手が多いのに驚きました。川越で行われたこの大会から、世界で活躍する選手が誕生すると良いですね」。武田君子さん(75歳・川鶴3丁目)は「国際的な大会だけあって、まるで外国に来たようです」と話してくれました。



## バスケットボールで親子交流

ひま  
ち

ふ  
お  
と  
こ  
じ  
ゆ  
ー  
す

ひま  
ち

スポーツ振興と親子のふれあいを目的としたバスケットボール教室が行われました。10月2日、霞ヶ関東小学校に集まったのは、スポーツ少年団登録の3チームから親子67組128人。指導は、県下唯一のプロチーム埼玉ブロンコス選手たち。親子でボールの扱い方を学んだり、ゲームでプロと対戦したりしました。数野恵未さん(上戸小6年)は「プロ選手は大きくて、ボールさばきは見たことのないような速さでびっくりしました」。父親の岳志さん(43歳)は「子供と一緒にプレーすることがあまりないので、こうした機会は良いですね」と親子でプロ選手との交流を楽しんだ様子でした。



行って 会って 体験  
気になるイベントや人を紹介

## 小江戸あるき

ひま  
ち



朝日がさす小畔水鳥の郷公園。散策路を淡々と走る戸田博さん(吉田新町三丁目)。古希(70歳)を迎えたとは思えない、しつかりとした足取りで、周回を重ねます。

戸田さんがランニングを始めたきっかけは、13歳の時に聞いたラジオ放送でした。それは、ボストン馬拉ソンで山田敬蔵さんが優勝したニュース。早速、翌日から走り始めました。今の日課は、一時間ほど汗をかくこと。病気や荒れた天気の時以外は、毎日走るそうです。

走り続けることで、肺を患うなどあまり丈夫ではなかった体が、だんだん強くなっていくのが実感できたそうです。24歳の時、三百日をかけて全国を自転車で行脚。「九州から東京までは徒歩で踏破した体験により、体だけではなく気持ちもさらに強くなった」と話してくれました。

## 目標は80歳現役ランナー



30歳代は、フルマラソンを二時間五十分ほどで走る健脚ぶりを発揮。速さや順位が、走ることに目標でした。還暦(60歳)を迎え、「年を重ねても走り続けたい」との思いから、自分に合った無理のないペースで、楽しんで走るようになりました。

マラソン大会に出場するときには、独特のこだわりがあります。それは、最後尾からスタートすること。「抜かされる心配がありませんから。後は自分のペースで走るだけです。結果は、後からついてくるもの。楽しく走ることができれば、それが何よりですね」とニッコリ話す戸田さん。

目下の楽しみは、小江戸川越マラソンの十キロコースへの参加。蔵造りの町並みを見ながら走るのが、今からとても待ち遠しい様子。うかがえます。次の目標は? の問いに、「80歳まで走り続けること。小江戸川越マラソンの十回目の大会に出場できるように、これからも日々走り続けます」と話してくれました。