

ロンドン五輪も十二日の閉会式まで残り僅かとなりました。その後はゆったりした気分で寝不足を解消して下さいと言わんばかりに月遅れのお盆が待っています。それまで、もう一頑張り。今日は酷暑の中の陸上プログラムで大汗を流しました。

最初に御馴染みの配布プリントですが、これは白詰草と赤詰草で作りました。花期は春から秋と云うことで、今ジョギングコース沿いの其処此処で咲いています。ですから何処で見てもらっても良い様なものですが、一応葦池の畔、ジョギングコースの五百メートル表示付近で見ることになりました。葦池のこの辺には時々翡翠や五位鷺が羽を休めています。運が良ければそんな野鳥も見られるかと云う欲深な狙いも有って(笑い)

例によって私は準備運動が始まるのを待ってこの↑現場に先行しました。そして現場に到着して翡翠や五位鷺を探しましたが、残念、影も形も有りません。野鳥の事は無かったことと諦めてウォーキングの一隊を待ちました。

集団は一団となってやって来ました。先頭と最後尾との差は十メートル有るかどうか。早速集団をコースの端に寄せて説明開始です。

白詰草はヨーロッパ原産の帰化植物で、日本に渡来したのは江戸時代で、乾燥してガラス器などの緩衝剤として詰め物にしたものから発芽したということ、それが詰草と云う名前の由来だということ。また赤詰草の方は明治時代に牧草とし輸入されて野生化したもので、両詰草ともに一般にはクローバーと言った方が通りが良いだろうとか、そんなことで五分ほど時間を使い、再スタートしてもらいました。

ウォーキングの後は二千を走り、その後短距離グループは九月の陸上競技会を目標にバトンパスの練習をしました。この練習ではKY君が走りながらバトンパスをするコツを掴みました。これで男子四百リレーのメンバーのうち三人までが走りながらバトンパスできるようになったわけで、あと一人。頑張りー！

この後再び長短合同、ファミリーも参加してソフトボール投げをして、十一時三十分には上がりの体操の後に灼熱のプログラムは無事"Let's Go SONS"となりました。

中 村 泰 雄