

陸上競技プログラム報告

今年最初の川口陸上プログラムは何とも寒いプログラムになりました。昨日アクセスした excite の天気予報では、会場の健康福祉村の在る越谷市北後谷の今日の天気は、午前九時に『北の風 1m/s、曇りで気温は 2℃』となっていました。そして今日、出掛け（八時二十分）に見た我が家の寒暖計は-1℃を示していました。凍える寒さのプログラム決定です。

福祉村には八時四十五分に着きました。本部棟のロビーの椅子には既に A S 君が座っていました。早速仕事始めのプリント配り。予ねて準備の配布プリントを手渡しました。

今回の配布プリントは椿と山茶花で作りました。五年ほど前にも同じテーマでプリントを作りましたが、今回この二種類の木が並んで花を付けているのを見付け、冬枯れの花不足も手伝って、急遽採用となりました。

プリントはB5の用紙を縦に使い、上辺中央に『椿と山茶花』とタイトルを掲げ、その下にジョギングコースの九百メートル表示手前の新川右岸沿いに並んで咲いている椿と山茶花の画像を掲げ、その下にこの両種の木の見分け方を表にして載せました。

椿と山茶花。この二種は共に日本原産でツバキ科ツバキ属。見た目も良く似ているので、見分け方については昔から色々言われてきました。

しかし専門家の意見では、遺伝子レベルまで調べなければ分からないということです。つまり所謂見分け方には全幅の信頼をおく事は出来ないわけですが、ここはでは仮にこの見分け方に従えば、どっちがどっちなのかを判断してみる。そういうお遊びをやってみようというわけです。

本部棟でのミーティングの後は、今日のメニュー（SONS 駅伝の模擬レース）の関係でログハウスに移動し、その裏の広場で大坂PCと磯野コーチの指導で準備体操をして、ウォーミングアップのウォーキングに移りました。

私はウォーキング中の植物観察の指導の為に、ウォーキングのスタートを待って、近道を自転車で飛ばして飛翔橋に向かいました。此処で待つこと十分弱、ウォーキングの集団が見えてきました。先頭はNYちゃん。何時もの様に小走りで、後続に 30メートルの差を付けています。私は右手を挙げて『此処だよ』と合図しました。

彼女は極自然に私の横に来て後続を待ちました。私は彼女と後続集団とを一纏めにして椿と山茶花の前に導き、良く似た両樹の花の形や咲き方&散り方の違い等々、プリントに書いた内容を手短かに説明しました。

これにはファミリーばかりでなくアスリートの何人かも興味を示して、葉の縁のギザギザに指で触れたりしていました。こうして五分と一寸、体が冷える前に再スタートしてもらいました。

ウォーキングの後はSONS 駅伝の模擬レースで、二月十六日の駅伝大会で各人が走る区間を走ってもらい、十一時二十五分、大坂PC指導のストレッチの後、寒い寒いプログラムは Let's Go SON となりました。中村泰雄