

陸上競技（短距離）プログラム報告 2013年6月8日（土） 中村 泰雄

お馴染みの配布プリントは暑さの盛りを控えたタイミングも考えて熱中症で作りました。今日から五回（予定）のシリーズです。今日はその第一回。日射病等の言葉に代わって熱中症と云う言葉が遣われる理由にふれています。

ウォーキング中の植物見物のターゲットはケンポナシと決めました。北海道の一部から九州までに自生する落葉高木で、福祉村では、この時期、小型の白い花が集散花序になって咲いています。秋には直径数ミリの果実が熟し、同時にその根元の枝が同じくらいの太さにふくらんで、ナシ（梨）のように甘くなり食べられます。

例によって私は磯野コーチ指導の準備運動が始まるのを待って、植物見物の現場に向かいました。ケンポナシはウォーキングのスタートポイントから約80m、健康作りの小径のジョギングコース沿いに生えています。此処で集団を待ちました。

待つ程もなくスタート直後で未だ団子状態の集団がやって来ました。私は他のジョガーやウォーカーの邪魔にならないように、集団を健康作りの小径に導き、手短に干し葡萄のような見かけの実や、食べられる枝や、お茶のように飲める木の葉の話をして再スタートしてもらいました。

ウォーキングの後は二千メートルを走り、種目別に分かれ、短距離グループは二百（直線）のタイムを測り、梅雨の最中（にもかかわらず良く晴れた）プログラムは十一時三十分長短合同の”Let's Go SONS”となりました。

尚 2000M（1000Mで中止した選手は下段に表示）と 200Mの記録は下記の通りでした。

淵正哲生	07m44s	初記録
佐藤允一	09m13s	
大坂省悟	10m23s	
佐藤周平	10m33s	
澤野能文	10m44s	自己新記録
北山裕介	13m11s	
金子幸次	14m49s	

<1000M>

阿久沢誠	09m45s	
野内丈瑠	12m52s	初記録
飯田晃史郎	12m52s	初記録

<直線 200M>

大坂省悟	42.0s
北山裕介	43.7s