

## 陸上競技（短距離）プログラム報告 2014年8月23日（土）中村 泰雄

お馴染みの配布プリントは夏水仙で作りました。B5の用紙の上辺中央に夏水仙の画像とタイトルを掲げ、その下からフリガナ付きで記事を書きました。

記事では彼岸花科の多年草で草全体に毒を持つこと、夏に水仙に似た花を咲かせる所から『夏水仙』の名前が有ること、中国から渡来した帰化植物と考えられ、鱗茎をすりつぶして腫れ物に塗布し、炎症の治療に利用されることなどを書きました。

私はOT君のリードする準備運動が終わるのを待って、ウォーキングの一行に先行して夏水仙の咲いている現場に急ぎました。現場はジョギングコースを挟んで八番トイレと向かい合う位置に在ります。ウォーキングのスタートラインから三百メートル足らずの近さです。何時も通りに集団のスタートを見送ってからだと間に合わないかも知れません。それでこうしました。

現場に着いて振り返ると既に集団が接近していました。先頭はKK君。走っています。『マズイ、こっちを無視して通り過ぎる』と思いましたが、違いました。彼はそのまま八番トイレに飛び込んで行ったのです。そういう事でした。

私は残りの集団を夏水仙の前に案内して、簡単な説明を加えました。

ウォーキングの後は1000mを走り、その後何時もなら種目別に分かれるところですが、陸上競技会までプログラムは今日を入れてあと二回しかない状況を考えて、長短合同で400を走り、バトンパスのブラシアップなど陸上競技会に備えた練習をしました。

そして十一時三十分、今にも降り出しそうな曇り空の下でのプログラムは太田君のリードする整理体操の後 Let's Go SONS となりました。

尚 1000mの記録は下記の通りでした。

<1000M>

小島弘暉	03m24s	自己新記録
北山裕介	05m43s	自己新記録
イソガイ コウタ	08m05s	
松下知樹	08m46s	
倉田純一	09m10s	自己新記録
阿久沢誠	09m14s	初記録
スガハラ サキ	09m15s	自己新記録
中村友美枝	09m44s	自己新記録