

陸上競技（短距離）プログラム報告 2016年8月13日（土）中村 泰雄

昨日見た“excite”の天気予報によると、今日の正午の天気は『東の風1m/s 晴れで、気温は30℃』となっていました。この所35℃度に届く勢いの灼熱の中で暮らしているので『結構涼しいじゃない』と感じますが、油断大敵。ミーティングでは熱中症に対する注意が有りました。

そしてプログラムですが、今日のウォーキング中の植物観賞には槿を選びました。ウォーキングのスタートポイントから200メートル弱、室内プールの横と云う至って目立つ場所に咲いています。

配布プリントではいつもの様にB5の用紙を縦に使い、その上辺中央にタイトル、その下に、この場所↑で咲く白とピンクの花の画像を貼り付け、その下から始まる記事には、根が横に広がらないので比較的狭い場所に植えられること、芭蕉は『野ざらし紀行』で『道のべの木槿は馬にくはれけり』と云う句を讀んでいて、この句は世田谷区用賀の眞福寺などに句碑として残されていること、栽培されているものは高さ3～4mに選定されることが多いが、放置すると10メートル以上になること、樹皮は乾燥して胃腸薬や皮膚炎の薬に配合され、花は乾燥して皮膚炎、胃腸炎、下痢止めなどに用いられることを書きました。

磯野コーチ指導の準備運動が終わると、私はウォーキングのスタートを待たずに槿の花の咲く現場に向かいました。そして現場に到着して振り向くとAM君とOT君を先頭に、ウォーキングの一団がサイクリングコースに出て来たところでした。其処から現場までは100メートル弱。待つ間もなく到着した一向に槿の花を示して、プリントの説明を手短にして、五分後には再スタートしてもらいました。

ウォーキングの座後は70の流しを三本走った後で一1000と400と100と50を各一本走ってタイムを取り、十一時四十五分、磯野コーチ指導の整理運動の後にKY君のリードでSON埼玉のエールを叫んで、お盆初日のプログラムをメました。