

## 陸上競技（短距離）プログラム報告 2016年10月8日（土）中村 泰雄

台風18号は当地には被害らしい被害を齎さずに遠ざかり、此处数日、穏やかな晴天が続いていましたが。三連休初日のプログラムもこの調子で行けるかと思っていましたが、プログラム会場の県民健康福祉村が在る越谷市北後谷のプログラム開始時刻（午前10時）の天気は『北西の風 1.0m/s 小雨 気温 18.1℃』でした。昨日の秋晴れとは打って変わって冷たい雨。熱中症の心配が少ないのと風が穏やかなのがせめてもと言っておきましょう。

お馴染みの配布プリントは金柑で作りました。ジョギング・コースの距離表示の二百メートルラインから四百メートルラインにかけて、橙と競うように、未だ青い実を付けています。

金柑は去年も見てもらいましたが、それは十一月二十八日のことで、その実は黄色く熟していましたが。今日現在、その実は青々としていますから大分雰囲気が違います。と、言い訳にもならない言い訳をしながら……。

雨を気使って、本部を何時もの大芝生広場の西端から新川右岸のログハウスに移し、十時にログハウス内で磯野コーチ指導の準備運動、続いてジョギングコース一周のウォーキングという段取りですが、私は準備運動が始まると同時に金柑の植栽されている現場に向かいました。現場はログハウスから百メートル足らずの所に在ります。其処で待つこと十分弱でウォーキングの一団が到着しました。

私は一行を金柑の木の前に招き、枝に生った青い実を示し、根元に落ちて黄色くなった実を見てもらい、この実が喉荒れ用の生薬になること等を説明して再スタートしてもらいました。

ウォーキングの後は1830m（ジョギングコース一周）を1本と800m（ジョギングコースの100mラインから900mライン）を1本走り、新川左岸で100mを3本走って、ログハウスに戻って、磯野コーチの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、十一時三十五分、冷たい雨の降る川口陸上プログラムを終了しました。