

## 陸上競技（短距離）プログラム報告 2016年11月26日（土）中村 泰雄

立ち上がりのウォーキング中の植物鑑賞では色付き始めた金柑を見てもらいました。サイクリングコースのインコース沿い、八番トイレ前後に植えてあります。

配布プリントも金柑で作りました。何時ものようにB5の用紙を縦に使い、その上辺中央に『金柑』とタイトルを示し、その下から始まる解説文では、中国の長江中流域原産で俳句では秋の季語になっていることから始めて、果実は果皮ごとあるいは果皮だけ生食すること、民間薬として咳や、のどの痛みにも効果があるとされるほか、観賞用として庭木として植えられることも多いことなどを書きました。

ところで本日のプログラムは、九州に出張中の磯野コーチに変わって、阿部コーチが代役を務めました。本部棟内でのミーティングも阿部コーチの司会進行で、自己新記録賞と努力賞も阿部コーチの手から当該のアスリートに渡されました。

ミーティングが終わると芝生広場の西端に移動して、阿部コーチ指導の準備体操。それが終わると、同所をスタート&ゴールとするウォーキングがスタートするわけですが、私はそのスタートに先行して金柑の生えている現場に向かいました。現場はログハウスの向かい、ジョギングコースとサイクリングコースの間です。金柑の樹はジョギングコースの100メートルラインの先から200メートルラインの先までに点々と植えてあるのですが、ログハウスの向かいの樹が一番沢山実を付けているのです。

此处で待つほども無くウォーキングの一行が一塊になって到着しました。早速一行を金柑の樹の前に導き、枝に生っている実と地面に落ちている実を示しました。そしてこの実が酸っぱいこと、食べるには砂糖漬けにしたりすることを話しました。意外だったのは、地面に落ちている金柑の実に手を伸ばすアスリートが一人も居なかったことです。何故エ〜？

五分と一寸で再スタートしてもらいました。文句なく晴れて風も穏やかでしたが、気温は8.4℃。長居は無用です。

ウォーキングの後は70mを3本走って、2000m、1000m、400mを各一本走り、十一時五十分、整理運動の後にHS君のリードでSON埼玉のゴールを叫んで、微風快晴のプログラムを無事に終了しました。