

# 石井支部ニュース

発行 2025年2月1日 9号

発行責任者 西内 泰二

徳島健康生活協同組合石井支部

お問い合わせ 090-7781-8145(山根)

## ★石井支部行事予定

- 2月 6日(木) 支部運営委員会 13:30  
2月 14日(金) ウォーキング 13:30~ 前山公園  
2月 3. 17日 (月) 100歳体操 13:30~  
2月 20日(木) シネマカフェ 13:30~

## ★なぜマラソン?

私は今から25年前、当時56歳の時に走ることに目覚めました。学生時代、走ることにまったく興味もなく、趣味といえば、囲碁、釣り、スキー、山登り等でした。では何故?

走るようになったきっかけは、当時私は田宮OKスポーツクラブへ身体を鍛えるために通っていました。その時のインストラクターから「今度、大川原高原で、第一回大川原高原耐久トレイルランニング大会が開催されますので一緒に行きましょう」とお誘いを受けたのが始まりです。苦しかったけれども心地よい気分を味わったのです。これを皮切りに次々とフルマラソン、ウルトラマラソンに挑戦し続けています。これも、アスリートの病気で一生治らないと思っています。「その気」「やる気」「勇気」「気力」を持ち続け元気であれば出来ると信じています。

「やってやれないことはない、やらずにできるわけがない」 石井支部瀬戸 克将



## ★機関紙手配り配達員募集

毎月お届けしているこの機関紙の手配りをしていただける方を探しています。ご近所5~10件程度月に1回配ってもいいと思われたらご連絡ください



## ★ひまなオツサンの小話

一月三日、前山の山すそにある中王子神社に初詣にいきました。家路につくとき、思い起こすと、この神社で、私の長女が生まれて百日目にお宮参りをしました。秋晴れだったと記憶しています。あの日から長い年月が流れました。……若かったなあ……。



## 編集後記

※願い事 何かと聞かれさてなにか

ただ月並みのふつうの暮らし

※6時半 運動場は冬休み

もうすぐ夜明け、ラジオ体操