

がんばっている人 紹介します

クロージングアップ

市民ロードレース大会に二十年連続出場

中田友久さん(泉町)

秋の土岐川河畔を六百人の市民ランナーが走る市民ロードレース大会。この大会に、二十年連続出場した中田友久さんは、参加者中最高齢の八十歳。高齢男子の部2kmを十二分四十六秒で完走した健脚ぶりには脱帽です。

走りはじめたきっかけは？

十代のころは、陸上競技で短距離を走っていましたが、戦後の混乱や就職などで、運動から遠ざかってしまいました。役所務めも終わりに近づいたころ、退職後すぐに亡くなられる先輩を見るにつけ、健康に対する思いが強まりました。あるとき人間ドックで「やせなさい」といわれたことがきっかけで、五十五歳からジョギングを始めました。それ以来、二年前までは、毎朝6kmのジョギングと4kmのウォーキングを欠かしませんでした。今は、一日置きに三

kmのジョギングと毎日5kmのウォーキングをしています。

続けられた理由は？

年齢も年齢だったので、何か大きな大会を目指すとかではなく、健康のために無理なくできることをやろうと思いました。今は、ジョギングのほかに毎週火・木・土曜日に行われるグラウンドゴルフにも参加しています。

がんばりが無理になつては後が続きません。簡単にできて、長続きしそうなことをやるのがいいと思います。ただ、市民ロードレース大会には、二十年連続で出場しましたが、



もともとひざが悪く、大会を前に走れないほど痛んだときもありました。しかし、そこでやめてしまったら次につながらない。無理はしないながらも、がんばりどころはあります。一度歩いてしまった坂は、次に走ったときも歩きたくなくなってしまふものです。ひとふんばりは大切ですね。

これからの目標は？

この年で記録を狙うことなどできません。皆さんに勝るものといえば、年齢くらいです。これからも走り続けたいです。そしてなによりも健康でいたいと思います。せっかく生きているのなら健康であったほうが、自分も周りの人も気持ちがいいですから。

プラザイベントガイド

文化プラザ ☎55-5711

第6回

スプリング 夢コンサート in TOKI

とき 平成17年3月13日(日)
午後1時30分開演
ところ サンホール

入場無料

このコンサートは市民が自ら企画し、開催する手作りコンサートです。

今回のテーマは「四季」。皆さんがどこかで耳にしたことのある親しみやすい曲を中心に、春のような温かい演奏をお届けします。

ピアノソロ	ピアノデュオ	アンサンブル
片桐 葵 中村 恭子 服部実加 宮地由梨	高木峰子 藤掛幹奈子 池田千明 藤岡麻記子	森川晶代(フルート) 山口栄子(ソプラノ)
ピアノ連弾	声 楽	伴奏者
伊藤亜希子 大林弓恵	伊藤栄子 小栗志乃	加藤洋子 西尾圭未
ヴァイオリン	小沢真由美 酒向記美 山口史子	西尾真由美 可児美緒
岩瀬浩子		司会者 藤原真理子

