君よ　ふりむかず
ゴールをめざせ!

トライアスロンクラブ

鉄人くらわんか通信

http://www.t-kurawanka.com

2005.3　大阪支部発行

第５１回十津川村駅伝

１月９日行われた今年の十津川村駅伝大会は，大久保自衛隊チームの総合優勝に終わりました。くらわんかＡチームは　　４位(オープン参加　３位)、くらわんかＢチームは　　５位(オープン参加　４位)、くらわんか女子チームは２４位(オープン参加１２位)、くらわんかＣチームは　３０位(オープン参加１４位)、となっています。

6区中継(くらわんかB)

大久保自衛隊チームは２位のほんみちＡチームに４分１１秒の差をつけ８区間中４区間で区間最高をとっています。

くらわんかＡ、くらわんかＢは接戦でいい勝負をしたわけですがチーム編成的に考えれば力が分かれてしまうことになり、ほんみちＡ、村内１位の西川区Ａを上回るためには
少しもったいなかったとも言えました。くらわんかＣとくらわんか女子もある意味で接戦でいい勝負でしたが７区、８区で突き放されてしまい完敗でした。
個人記録としては１区区間最高を松本和大さんが獲得、７区区間賞を村内チームの二村区Ａチームで参加した中畑昌三さんが獲得しました。(注：区間賞表彰は村内チームからのみ選ばれます)
いちばんの登り区間である７区では真柄史子さんが区間１２位であったことは特筆すべきでしょう。　次回大阪国際女子マラソンが大いに楽しみです。
（ほりうちあきら）

6区中継(くらわんか女子)

大久保ＴＣの渡辺です。江端さん応援ありがとうございます。おかげさまで大久保自衛隊は優勝することが出来ました。十津川村の皆様、くらかんか、ＯＳＰＡ、祝園自衛隊、関係された皆様に感謝します。ありがとうございました。

おめでとうございます。私の応援があったからこそ。（まったく勘違い）やっぱり、実力です。おめでとうございます。（出腹トライアスリート）

順位	チーム名	1 区(6.4k)	2 区(4.4)	3 区(6.1)	4 区(2.8)	5 区(1.9)	6 区(3.8)	7 区(7.0)	8 区(7.1)
1	大久保自衛隊	2 21:23	1 36:34	1 58:45	1 1:09:04	1 1:15:42	1 1:30:51	1 1:56:42	1 2:21:04
		2 21:23	1 15:11	3 22:11	1 10:19	1 6:38	4 15:09	1 25:51	2 24:22
		平垣健太郎	布川信義	時田欽章	藤本欽也	香村悟史	田中正樹	小林豊	松窪義朗
4	くらわんかA	1 21:21	4 38:51	4 1:01:34	4 1:12:51	3 1:20:27	3 1:34:56	3 2:03:24	4 2:33:08
		1 21:21	7 17:30	5 22:43	10 11:17	7 7:36	2 14:29	5 28:28	8 29:44
		松本和大	濱喜正	山市繁	塩井虎男	炭村毅	国岡幸治	北中宏一	山川敦司
5	くらわんかB	3 22:23	3 38:50	3 1:00:57	3 1:1200	4 1:20:34	6 1:37:54	5 2:06:06	5 2:35:17
		3 22:23	3 16:27	2 22:07	6 11:03	18 8:34	14 17:20	4 28:12	6 29:11
		田中紀章	鎌田利之	澤井匡志	森下尚	若狭寿	鈴木岳史	田中紀章	松本和大
7	二村区 A							8 2:12:52 3 27:59 中畑昌三	7 2:37:04
10	祝園自衛隊 B								10 2:48:12
16	祝園自衛隊 A								16 2:54:05
17	チーム VLTB								17 2:58:26
24	くらわんか女子	21 26:39	30 54:49	32 1:25:41	30 1:41:09	31 1:50:32	30 2:09:54	27 2:40:04	24 3:13:37
		21 26:39	33 28:10	27 30:52	29 15:28	26 9:23	25 19:22	12 30:10	22 33:33
		山本千代子	滝田依恵	潮入美可	北川和代	森本純江	吉本佳子	真柄史子	千歳公子
30	くらわんかC	30 30:12	29 53:42	31 1:25:16	32 1:43:31	32 1:52:46	31 2:11:20	31 2:47:16	30 3:24:25
		30 30:12	29 23:30	30 31:34	32 18:15	24 9:15	19 18:34	25 35:56	27 37:09
		佐々木伸也	岡本光雄	井上勝義	山田ふじ子	上岡豊	堀内 彰	秋本健児	柳沢理弘

今年もクリスマス会を開催しました

今年も１２月２５日(土)に田中会長宅(通称くらわんか合宿所)にてクリスマス会を開催しました。

当日昼からは恒例のお餅つきを行いました。若狭さん、鎌田利之さんらお餅つきのベテランを中心におっかなびっくりの方も含めみんなでわいわいとお餅をつき、できたてのお餅を醤油、きな粉、あずき、大根おろしなどでおいしくいただきました。

中畑サンタの乾杯の音頭ではじまりはじまり、子供たちもおじさんたちも楽しんでました。

小さな子供さんのいるファミリーはともかく、独身者や小さな子供のいない者にとってはクリスマス会は「今さら何を」「ちょっとはずかしいなぁ」なのかもしれません。

でもトライアスロンという競技を通じて知り合った年代も職業も違う仲間たちのつくるファミリーと考えればこれもまた楽しいのではないでしょうか。

競技一本やりで家庭を犠牲にしてきたアスリートたちも家庭を持ち、子供を育て、そしてその子供達もまた同じ道を歩んで、トライアスロンを楽しんでくれると良いですね。(無理強いはいけませんが、、、)

いつものように夜中まで飲みあかし、この競技、このクラブの今後のあり方について熱く語りあいました。大阪支部の鎌田利之さん、京都支部の渡辺岳治さん、明日のくらわんかはあなたたちにかかっているといっても過言ではありません。練習会引っぱっていってくださいね。

また来年もクリスマス会を開催しますので来られなかった方も子供さんをダシにしてぜひご参加ください。

美味しいものを食べて、たくさん飲んで年の最後を楽しくすごしましょう。

▲田中会長ファミリー

▲名取信二さんファミリー

中畑さんファミリー▼

小宮山さんファミリー▼

▲阪口さんファミリー

▲河合さんファミリー

松山さんファミリー▼

青山さんファミリー▼

すばるマラソン

1 月 30 日第 29 回昴の郷マラソン大会が奈良県吉野郡十津川村で行われました。
前日くらわんか合宿所を 1 時半に出発、途中買い物や待ち合わせをしながら中畑家に 6 時過ぎに到着。何度来ても十津川村は遠いのです。

荷物を降ろして湯泉地温泉「滝の湯」へ。春のような陽気のなかみんなのんびりと湯につかり疲れを癒します。露天風呂の横を流れ落ちる滝の音が心地よく響きます。夜は豪華「すき焼き」です。早速ビールで乾杯し久しぶりのおいしいお肉に舌鼓を打ちました。あとは例のごとくビール・日本酒・焼酎と入り乱れて遅くまで宴会が続くのでした。木がついたらコタツの中で朝を迎えていました。（何のためのシュラフやったんや？）

くらわんか関係では田中ボス夫妻、京都から田中紀章さん、千歳さん、大阪から鎌田さん、岡本(泰)さん、大谷兄弟、奈良から松本(英)さん、松山さんが参加されていました。あと遠泳協会関係の方などが同宿となり和気あいあいと一夜を共にしました。

大会当日は前日とは一転し寒い朝を迎えました。スタート地点の昴の郷に集合、それぞれがアップをし 10 時のスタートを待ちます。一般男子から小・中・健康ジョギングの部をあわせて 333 人（パンフレット）を超える人(直近に申し込んだ人もいる)がエントリー、あと 200 人はほしいところです。

号砲とともにスタート、トンネルを 3 度くぐって前半の十津川高校の折り返しめざし上りのコースをゆっくりと駆けていきます。折り返してからは下り、前の人を追いかけます。
十津川のエメラルドグリーンの深さに見入りその渓谷美を眺めながらスタート地点に戻って 10km。これから後半の折り返し重里に向けての上りです。10km のランナーがゴールして走っているランナーが減り前を行くランナーがいなくなり何とか追いつこうとペースを上げ折り返しを過ぎてからようやく追いつき何人かを追い抜くことができ無事ゴール。タイムは 1 時間 56 分といまいちでしたが、来週の木津川マラソン前にしてあまり疲れることなくしっかりと走り終えることができよかったです。

入賞は小学校女子で阪口茉里さんが優勝、大谷真央君が中学男子の部でぶっちぎりの優勝、兄の準矢君は一般男子 10km1 部で 6 位、一般女子ハーフ 1 部で千歳さんが 2 位、一般男子ハーフ 1 部の田中紀章さんが 4 位でした。また同宿の来秀一さんが一般男子ハーフ 2 部で 6 位、向久保由美さんが一般女子 10km1 部で 4 位に入賞されました。おめでとうございます。

十津川駅伝に続き楽しく過ごすことができたことは大会スタッフ・ボランティア・応援していただいた十津川村のみなさまのおかげです、ほんとうに心よりお礼申し上げます。また泊めていただいた中畑さんのお母さん、風邪でしんどいのに食事などお世話いただいた田中ママに感謝申し上げます。ありがとうございました。

初参加でしたが，優勝できてとても嬉しかったです。宴会もとても楽しくて，夜更かししてしまいました。温泉も気持ち良く，また来年も来たいと思います。（大谷真史）

初参加でしたが，なかなか 10km というものはつらく，山と言うこともあり，足が棒になってしまいました。しかし結果はまぐれながらも 6 位に入賞したので，何とか親に怒られずにすみそうです。(大谷準矢)

ひざの故障から4ヶ月での2回目のレースだったので、完走できてうれしく思います。これから楽しみながらレースに出たいです。（鎌田利之）

10K56 分台、復帰レースとしては上々かな！過去最高にしんどく苦しいレース，心臓止まりそう。(田中義明)

前日雨が降っていて心配でしたが，快晴になりとても楽しく走れることができて良かったです。来年こそは優勝してみたいです。(千歳公子)

炊事係として参加しました。皆さんの走りを見て“来年は参加しようかな”とも思いました。(田中二三子)

ひざが故障して心配でしたが，なんとか完走することが出来ました。早くひざを治してアイアンマンに挑戦したいです。(岡本泰規)

走ってないわりには気持ち良く走れました。何とか今年はトライアスロンのレースに出場できるようにがんばります。（松本英樹）

初参加でしたが，楽しく走る事ができました。皆でいっしょにわいわいできた事もすごく良かったです。来年もまた遊びに，走りに来たい大会でした。(松山高徳)

十津川村から公式記録が届きましたので各部門１位の方とくらわんか関係者および今回同行、同宿された方を抜粋して掲載しています。

ひさしぶりのハーフマラソンでつかれました。来年はもっと楽に走れるように練習しときます。(田中紀章)

ハーフ男子一部

順位	Name	Age	Team	Time
1	藤田 淳	37	関西電力	1:12:05
3	高山 好哲	36	チームパクパク	1:20:42
4	田中 紀章	34	鉄人くらわんか	1:22:31
8	松山 高徳	32	鉄人くらわんか	1:30:05
9	鎌田 利之	29	鉄人くらわんか	1:31:09
12	岡本 泰規	23	鉄人くらわんか	1:37:53

ハーフ男子二部

順位	Name	Age	Team	Time
1	南藤 宏和	40	奈良市民走ろう	1:13:05
6	来 秀一	43	アールズ	1:31:20
7	前田 恭孝	46		1:32:22
9	松本 英樹	41	鉄人くらわんか	1:33:22
43	若狭 寿	53	鉄人くらわんか	1:56:46
48	秋元 健児	41		2:00:48
56	岡本 光雄	54		2:10:48

ハーフ女子一部

順位	Name	Age	Team	Time
1	今井 敦子	34		1:33:56
2	千歳 公子	23	鉄人くらわんか	1:36:26

１０km男子一部

順位	Name	Age	Team	Time
1	中島 章雄	17	橋本高校	0:35:20
6	大谷 隼矢	16	鉄人くらわんか	0:41:32
10	福光 雅博	26		0:47:21
12	前田 好夫	35		0:55:59

１０km男子二部

順位	Name	Age	Team	Time
1	蛯原 和弘	52	陽気にゆこう	0:39:04
12	阪口 数豊	50	鉄人くらわんか	0:53:14
21	田中 義明	56	鉄人くらわんか	0:56:52
26	嶋田 稔	51		1:00:48

練習不足で10km完走できて良かったです。本日は娘の付き添いでした。(数豊)

３年目でやっと優勝できてよかったです!!楽しかったです。(茉里)

阪口さん親子

１０km女子一部

順位	Name	Age	Team	Time
1	奥山 郁恵	25		0:43:09
4	向久保由美	37	アールズ	0:57:18

3km中学生男子の部

順位	Name	Age	Team	Time
1	大谷 真史	13	鉄人くらわんか	10:51

3km小学生女子の部

順位	Name	Age	Team	Time
1	阪口 茉里	12	鉄人くらわんか	12:19

大阪国際女子マラソン 応援ありがとう

まがら ふみこ

「１０秒前」とスターターのアナウンスが競技場に響く！
　朝からの緊張がピークに達するのかと思っていましたが、スタート直前は、不思議と落ち着いた気持ちになっていました。
「今日この日のために、自分なり一生懸命頑張ってきたのだから、後は自分を信じて走れば大丈夫、楽しく走ろう！」とそんな思いを胸に、そして、いよいよスタート。
　３００人余りの選手が一斉に飛び出し、私も出遅れまいと必死で走り出す。事前にコースのことは気にかける方ではないので、「そういえば、ここ（トラック）何周走るんやろ？」とのんびりした気持ちで、みんなについてトラックを走ってました。
　３周して、やっと競技場を後にし、長居公園から一般道へ出ると、話には聞いていましたが、沿道の人の絶え間ない声援にびっくりしました。５ｋを過ぎた辺りで、大谷ママサンが私を抜きざまに、「頑張ろうね」と声をかけてもらい、「よし、頑張ろう！」と改めて気合を入れ、先輩ランナーの背中を見ながらしばらく頑張ってついていきましたが、最後まで、追いつくことが出来ませんでした。大谷ママサンは風邪を押しての参加と聞いてましたが、さすが実力者、貫禄の走りでした。
　私のほうは、１０ｋ、１５ｋとマイペースで、快調に走り過ぎました。大阪の街中をここぞとばかり、日ごろ走ることができない御堂筋のど真ん中を走る快感は、ほんとうに最高の気分でした。丁度、大阪城近くで、三吉師匠、ミキちゃん、梶村監督、それから植松さん、応援をもらい、そして、折り返し地点では、和島さん、木村さんたちの応援をもらい、後半に向けての大きな活力となりました。
　でも、やはり久し振りのフルマラソンはきつかった。
　２５ｋ、３０ｋ地点を通過するに従い、徐々にペースダウン。気温も急に下がったせいもあって、足の疲労と太腿の感覚がなくなり、足の運びが鈍ってきたのがわかりました。足先で確かに地面を蹴っているのにもかかわらず、私の太腿は本当にあるのだろうかと、思わず、走りながら自分の足を見たり、指でつねったりして確かめたりもしました。
　残り１０ｋを過ぎたあたりから、ペースダウンしていく自分にだんだん不安な気持ちに陥り、ゴールがずっと遠くに感じてきた矢先、そんな思いを払いのけるかのように沿道から、「ねちゃん　気合だ！　気合だ！」と叫ぶおじさん。「頑張れー、応援しているからねー」と旗を振って可愛いく応援してくれる子供たち。「ねえちゃん　寒いから、帰ったら直ぐフロに入れよ」と意味のわからない声援など様々な応援と笑いをもらい、あんなに落ち込んだ気持ちから徐々に元気が復活し、いつのまにか３５ｋ、４０ｋを通過していました。
　そして、ついに競技場が視野に、もうすぐゴール、もうすぐゴールと高まる気持ちを必死に抑えながら、最後のトラックを走り、感動のゴールでした。
　応援してくれた、くらわんかのみなさん、そして、知り合いのランニング仲間の人、沿道の人、ありがとうございました。この声援を楽しみにまた、来年も参加したいです。

2005 年大阪国際女子マラソン

順位	記録	No	氏名	所属	
110	03:04:43	171	大谷ひろみ	ＪＰＮ	枚方マスターズ
145	03:07:10	351	真柄　史子	ＪＰＮ	大阪陸協

※お二人は、3 月 13 日の名古屋女子にも出場されます。応援よろしくお願いします。

今日は本当にお疲れ様でした。

藤田恭平

今日のマラソンは完走することだけが目標でタイムは全く気にしてませんでした。ずっとゆっくり走ろうと思ってたのですが、実際、走ると最初からいきなり無意識に飛ばしてしまいました。

折り返し地点にいくまですごく苦しくて足が痛くなり、肺が苦しくなりました。でも頑張って我慢して走ると次第に痛みも消え楽になりました。流れ橋の辺りで僕の前にいたミヨシさんがいきなりコースアウトして階段を下りていかれてびっくりしました。まさかリタイアするわけないし、もしかしたらコースアウトして近道するんちゃうかと一瞬思い、ずるいなと思い少し笑けてしまました。しかし、折り返し地点で後ろから追い抜いてこられたのでびっくりしました。後で聞くとトイレに行ってたそうです。折り返しからは足がフラフラで気力と根性で走りました。もう駄目やと思いながらも頑張りました。とてもしんどかったです。最後の２，３キロ地点で久保さんに追いつかれ肩をたたかれてから、いきなり力が出てきてかなり飛ばしました。まるで久保さんにパワーをもらったみたいでした。久保さんには負けるわと思っていましたが、勝ってしまい驚いています。ゴール前で何人も抜かして 2 時間をきることができました。20 キロ走るのは初めてで普段の練習でも走ったことがなくて今日のマラソンはとても満足して走れました。良い経験になりました。マラソンは最後は気力と根性がすべてを左右することがわかりました。

お疲れ様でした。

千歳公子

木津川マラソンに出場された方、おつかれさまでした。私は木津川は 2 回目でした。前回は 4 時間 20 分だったので、今度はサブ 4 をめざしてはしりました。念願がかなってよかったです。実は練習をまったくしていないのでかなり不安でしたが、無事完走できただけでもうれしいです。でもほんとさむかったです。かぜもきつかったです。次はうじがわマラソンです。がんばります。

2/6 第22回京都木津川マラソン

本当に寒かったですね

久保　守

藤田君、木津川マラソンお疲れ様でした。初マラソン完走おめでとう。

何か苦しいゴールとなったみたいですね。そうは見えなかったけど、でも実際は皆精一杯走ってるから苦しいんですよね。その分ゴールの時に感動するんだと思います。(人生も一緒)

私も何とか 2 時間切る事が出来ました。

この藤田君を少し紹介しますと、大学一年生で、本腰を入れてトライアスロンに力を入れて、今年は是非デビューしたいとか。ランも一から基本を勉強するとか、スイムも基本が出来ていて京都スイム練習会では前の方を泳げるようになって来ました。自宅は京田辺なのに伏見港まで来て良く頑張ってると思います。まずは、くらわんか CP からと進めています。

トライアスロン以外の趣味は、ギターを弾いてるみたいです。

くらわんかのみなさんやる気を出してる藤田君、アドバイスの方宜しくお願いします。

本当に寒かったですね

和島恭士郎

本当に寒いレースでしたが、参加された皆様お疲れ様でした。そして、手作りレースの雰囲気を残しつつ３９００人の参加者に走る喜びと、成し遂げる感動与えて下さったスタッフとボランティアの皆様に深謝致します。

今年もやります『ハーフ４連荘』（枚方→木津川→宇治川→京シティ）の第２ラウンドです。距離が走れていない不安と献血１０日後の心配がありました。いざ走り出すと八幡までの前半は向かい風に悩まされ 10km47 分 40 秒かかり 1 時間 40 分切るのが危うい状況でしたが、折り返し後は真柄さんに併走頂き、KTC の黒田さんと一緒に 1 時間 30 分台目指しペースコントロールしました。17km からは懸命のペース維持でなり振り構わずゴールに向かいました。真柄さんありがとうございました。5 秒前ゴールでした。

先週は大谷ママとフミちゃんにパワー貰いましたが、今回の併走も嬉しかったです。黒田さんは小柄なママさんランナーで後半は呼吸がきつくなり後一歩でしたが、必ずや次回こそはと祈念致しております。師匠、久保さんと共に美酒に酔いしれてしまいました。藤田さん、長谷川さん完走おめでとう。

若狭さん、キミちゃんゴールで応援出来なくてごめんなさい。でも、連荘レースでの完走お疲れ様でした。次は宇治川でお会いしましょう（反省会もね）

木津川マラソン参加の皆さん、お疲れ様でした。また、若狭先生、キミちゃんゴールを迎えれなくてごめんなさい。ほんとに寒い日でしたね。でも、来る度に思うのですが、手作りで、楽しく参加できる心温まる大会だと思います。

昨年の入院以来、フルマラソンを走る練習が出来ていなかったので、大会参加賞を貰いうつもりで木津川に行ったのですが、大会会場に行き、くらわんかのみんなに会い、元気一杯、レースに向かうのを見て、ついつい走りたくなり、結果的に和島さんと楽しく走らせていただきました。やはり、仲間と大会に出場するのは楽しいですね。これから、続く大会も元気でがんばって下さい。反省会は、ぜひ飛び込みで参加したいと思ってます。

まがら いさお

種目	氏名	所属	タイム	総合順位	種目別順位
フル男子	青木　喜昭	大阪	3:02:11	48/2084	47/1769
	北中　宏一	奈良	3:20:08	139/2084	137/1769
	濱　善正	奈良	3:25:53	190/2084	185/1769
	国岡　幸治	かけっこ	3:25:15	183/2084	178/1769
	塩井　虎男	奈良	3:46:31	449/2084	418/1769
	若狭　寿	大阪	4:09:27	866/2084	782/1769
フル女子	千歳　公子	京都	3:44:06	418/2084	29/315
ハーフ男子	和島　恭士郎	京都	1:39:55	145/1089	134/818
	三吉　亮一	京都	1:52:26	377/1089	334/818
	藤田　恭平	京都	1:58:27	498/1089	434/818
	久保　守	京都	1:59:27	525/1089	455/818
ハーフ女子	長谷川かおり		2:28:19	940/1089	210/271

山田池公園練習会と納会を開催しました

２００４年１２月５日，枚方市山田池公園にて練習会，続いて枚方市駅前にて納会を開催しました。例年ですと大阪府トライアスロン協会クラブ対抗駅伝に参加，守口市内で納会を開催していましたが，クラブチームの参加減少などのため今年は駅伝が中止となり，くらわんかでは独自に練習会を開催し，納会も枚方市駅前の居酒屋「桃太郎」にて行いました。居酒屋「桃太郎」は大阪支部の高津さん経営で，今回はクラブで貸し切らせていただきました。

当日は前日までの雨のため開催が危ぶまれ，やるのかやらないのか気をもみましたが当日朝には雨もあがり，何とか開催にこぎつけました。

午前１０時に南側多目的広場近くの駐車場に集合，山田池周回コースを２～５周各自のペースでランニングをし，続いて多目的広場でレース形式の駅伝を行いました。レース形式の駅伝とは何ぞや？多目的広場を４人１チームとなり各々が競歩，バック走，腿上げ走，スキップ走で４往復してリレーするという過酷なもの。日頃使わない筋肉を酷使，というか競歩やスキップができない人(本人はしているつもり)がいたりして，ゼイゼイ，ハアハアいいつつ大爆笑な駅伝でした。

結果は日頃練習熱心な奈良チームの優勝，またここでもジュニアチームの大健闘でした。大阪チームは。。。

練習会，駅伝のあとは極楽湯枚方店にて汗を流し，納会会場の居酒屋「桃太郎」へ向かいました。納会は貸し切りで食べ放題，飲み放題で楽しいひと時をすごすことができました。納会では，京都支部の渡辺さんが新妻を同伴され，のろけておられたのが印象的でした。

山田池公園練習会参加者　２７名

大阪支部　真柄(勲)，青木，若狭，国友，渡邉(智)，江端，名取(信)＋５，大谷＋１，堀内

京都支部　田中(義)，三吉，梶村，田中(紀)，中畑(正)＋２

奈良支部　北中，松本(行)，塩井，濱，炭村

納会参加者　２２名

大阪支部　真柄(勲)，青木，木下，若狭，国友，江端，大谷 jr，高津，堀内

京都支部　田中(義)，三吉，梶村，信谷，田中(紀)，渡辺(岳)＋１

奈良支部　北中，松本(行)，塩井，桟敷，濱，炭村

辛口のコメントを少し

今回新しい試みとして山田池公園を使用，極楽湯，高津さんのお店と二度の移動を伴い，さらに天候に左右されたため参加者がやや少なくなりました。ただそれにしても山田池公園へは予想を越える参加者があり今後の練習会のバリエーションのひとつとして良い結果が得られたと思います。

逆に納会は天候とは関係なく京阪枚方市駅前と条件は悪くないにも関わらず参加者が少なく残念でした。京都支部の忘年会と一週間違いという点も「どちらかに参加すればいいや」という考えがあったのかもしれません。

忘年会と納会(総会と考えれば)は意味合いが全く違うことを考えてもらわなくてはならない，と思います。

若狭さんがコメントされたように女性の参加が事実上なく居酒屋という会場設定に参加しにくいものがあったのでしょうか。(高津さんすみません)。納会には大谷真史さん(弟さん)がひとりで参加してくれましたが，おじさんばかりで退屈させてしまい，申しわけなかったと思います。真柄さん考案のゲーム形式の練習会は運動会みたいでおもしろかったですし，子供たちも参加できてよかったと思います。来年春の３時間走も楽しい企画よろしくお願いします。

最後に練習会,納会参加の皆さんには来年度会費を納めていただきました。なかなか郵便局から振込みをするのは面倒なものです。クラブのイベントに参加したついでに会費を納めていただくのが楽ですので,ぜひイベントにおこしください。

2 月 26 日，枚方・居酒屋「桃太郎」で地良田さんの送別会が，盛大に行われました。地良田さんは，3 月をもって枚方での仕事を辞め，家業を継ぐため，1 年ほど北九州市で修行?!をつみ，ご実家の高松に戻られる予定です。納会以来の飲み会で枚方を中心に 18 名もの会員が集まり，地良田さんとの別れを惜しんで杯を酌み交わし，思い出話やこれからのレースについて語り合いました。また 2 次会に繰り出し，遅くまで飲んでしまいました。

関西からは少し遠くになりますが，またレースでお会いしましょう！がんばってね。

さようなら 地良田君

僕は，この度 3 月末を持ちまして，大阪を離れることになりました。先日 2 月 26 日に私の為に送別会を開いていただき，誠にありがとうございました。遠方の方も多かったんですが、大勢の方に集まっていただき大変うれしくて、あの日から涙が止まらず枕を濡らす毎日です。僕は約 4 年間くらわんかにお世話になりました。この 4 年間は、トライアスロンはもちろん、飲み会や餅つき、バーベＱや登山、フンドシ（グッとくるところがけっこう好き！）などいろんな経験ができて、めっちゃ楽しかったです。短い期間ではありましたが、田中会長をはじめ、世話役、会員の皆様には大変お世話になりっぱなしで，感謝と寂しい気持ちでいっぱいです。

今後僕は，1 年ほど福岡県の小倉に移住した後、田舎の香川県に戻る予定です。もちろんトライアスロンは続けていくので、レースなどで見かけたら声をかけていただけたらうれしいです。くらわんかの今以上の飛躍と皆様のご健康を祈っております。本当にありがとうございました。僕のこと忘れないでね！

大阪支部　　地良田大介

これからの予定について

京都シティハーフマラソンのお知らせ

来る３月１３日の『京都シティハーフマラソン』ですが，京都支部では大会終了後に河原町三条の「がんこ」にて『反省会』を予定しています。出場される方だけでなく応援される方も，ぜひご参加ください。

春の3時間走

３月 27 日恒例の春の３時間走･練習会が開催されます。

実施場所の基点は，「くらわんか合宿所」（田中会長宅）で、朝１０時から実施したいとが考えています。前日から、宿泊で来る方はゆっくり飲めるし、１時からは、何か簡単な食事をみんなでつくり、あと、奈良のコナミスポーツでスイムが出来ます。すぐ近くに、極楽湯のような温泉もあります。また、子供さんも連れて来られ易いです。

楽しい練習会にしたいと思いますので，たくさんのご参加，よろしくお願いします。

詳細については，鉄人くらわんかホームページをご覧ください。

さくらんぼの会

京都支部主催のお花見の会といっても桜の花も散ってさくらんぼがなる時期に開かれる懇親会です。場所は，京都の練習会でおなじみの伏見港公園です。

これも詳細は後日，ホームページに掲載されますので，お見落としのないように。

春合宿

5 月の連休 3～5 日予定です。(詳細後日)

夏合宿のお知らせ(京都支部鈴木さんから)

少し早いですが夏合宿の宿泊先予約を完了しておきました。

日時　８/１２(金)から８/１４(日)までの２泊３日

宿泊先　京都府北桑田郡京北町　京都府立ゼミナールハウス(２００３年に利用した施設です)

合宿計画はまだ未定ですが，京北町を中心としたバイク、ランコースと好評の園部町の屋外５０ｍプールを利用したいと思います。鈴木さん、ありがとうございます。昨年は合宿が開催できず残念でしたから何としても今年は実現したいと思います。ちなみに曜日は金、土、日となりますので３日間を通しての参加は難しいかもしれませんが，今から日程調整してお休みを確保していただければと考えます。

編集後記　できるだけ掲示板に載った以外の記事を入れていこうと思っていたのですが，なかなか時間的･体力的にも難しく，「前見たなあ」というものが多くて申し訳なく思っています。またとばした記事もあり，次回編集では，もう少しがんばりたいと思います。

大阪支部　若狭　寿