



金沢 兼六園

## 早春のおたより

やわらかな春の日差しがうれしい季節になりましたが、いかがお過ごしでしょうか？  
この時期、いつものご紹介で申し訳ございませんが恒例ですので聞いて下さい（笑）

1日に愛媛マラソンを走りました。愛媛は16回目の出走でしたが、ワースト記録での完走となりました。今年に入り練習も順調でした。順調過ぎるのも善し悪しでオーバーワークとなり、取り返しの効かないレース一週間前の故障（足指マメの破裂）をしてしまいました。当日はテーピングをぐるぐる巻きで保護し走りましたが、28キロ地点でジエンド。今までの愛媛マラソンでは歩いた事がない（歩かずゴールしたい）ので、脚を引きずりながらの残り14キロ（2時間）は地獄となりました。毎年、ゴール後は堀之内で最終ランナー到着まで応援しています、6時間での完走は容易と感じていましたが、今年の応援は地獄を経験したからこそ、ここまで帰ってきた人達は凄いこと何だと実感しました。

毎年、走って思うことですが、マラソンとは当日の一発逆転・まぐれの競技ではないということです。いくら速い市民ランナーでも3時間近く走り続けます。不安がある中でのレースは間違いなく良い結果は出ません。いかに自信（練習量）を持ってスタートラインに立てるかだと思います。そして調子の良い時こそ丁寧に（反省します）。



令和8年2月6日

(株)日本交通社

代表取締役社長 光田 秀之

