

# 校長室だより

岸和田市立浜小学校 校長：山崎 洋

No. 50 R7(2025)/05/15

「明日も笑顔！ 未来も笑顔!! ～つなげよう“信頼”～」

## ☆私の好きなもの「マラソン」その2

前回の続きです。ダイエットをきっかけにマラソンを始めて、走るのは辛いながらもタイムが縮んでいくのが嬉しくて、結局何年も走り続けているというお話でした。

その後も毎年順調にタイムが縮んだわけではありません。ある年はケガによるトレーニング不足、ある年は調子に乗って飛ばし過ぎて後半ペースダウン、ある年は靴擦れ、ある年はスタミナ切れを警戒し過ぎての食べ過ぎ…といい年ばかりではなく、良くも悪くも毎年何かしらのドラマがありました。そうこうしているうちに老いも重ね、50歳を過ぎたここ数年は、なんとか4時間を切るということが目標となっています。

さて今年です。3月に淀川マラソンという大会に申し込んで、少しずつトレーニングを重ねていました。ところがなんと大会の前々日に体調を崩して、39℃近い熱を出してしまいました。しかも大会の翌日は年度末の修業式。絶対に欠勤するわけにはいきません。泣く泣く辞退を決断しました。

ところがそうになると、毎年続けてきたことをやめるのが惜しいというか、気持ち悪いというか、とにかくやめる決断がつかない自分に気づきました。始めるだけでなくやめるにも勇気があるのだと。でも都合よくすぐに参加できる大会もありません。

それで結局、この5月3日、一周約3.03kmの大泉緑地を14周するという「一人マラソン」を決行してきました。タイムは3時間54分で、なんとか目標達成。記念すべき20回目の42kmでした。やはり今年も30kmで体が悲鳴をあげましたが…。