

『 コロナ 恐怖 』

長い間お出会いしていませんが、三段池ランニングクラブ会員の皆様コロナ禍の中いかがお過ごしでしょうか？

新型コロナウイルス感染症は昨年1月、日本に初めて感染上陸してから、福知山市においても3月上旬に初感染者が発生、その後増減を繰り返し今年の4月は今までにない急増となりました。それまではコロナ!コロナ!と言いつつも なんとなく対岸の火事的イメージであったのが、どこまで増えるのかと非常に不安を覚え、わが人生70余年の内で初めてであり大変に恐怖を感じたところです。

"三段池RCだより"でもコロナの話題が続いています。本当に異例の事態です。早くクラブ行事の事や、マラソン大会結果等の情報掲載できる日が来ることを願っています。

完全にコロナが終息するまでは感染防止に努めコロナと共に生きていかざるを得ません。

先日、早朝ウォーキングしているとクラブの仲間(3名)のジョギング姿を見ました。朝練も休止している中で、みんな頑張ってるなあ・・・と。頼もしく思いました。

いつぞや開催されるであろうマラソン大会、駅伝大会のために楽しく!!日々の練習に励んで下さい。

会長 大町 恒夫

『 書面決議結果 』

第24回定期総会議案に対する「書面決議結果」

- | | |
|---------|----------------------|
| 第1～3号議案 | 令和2年度行事報告・会計報告監査報告 |
| 第4・5号議案 | 令和3年度行事計画(案)・会計予算(案) |
| 第6号議案 | 令和3年度 年会費未徴収の件(案) |

以上第1号議案～第6号議案について

書面決議書配布:69通 承認:68 未回収:1 で議決されました。

議案書の通りクラブ運営を進めてまいります。緊急事態宣言により計画通りに実行できません変更する場合は、その都度連絡いたします。

ご了承下さい。コロナが早く終息に向かうよう心から願っています。

人生のキーワード

己 人 心 氣

腹をたてず
心は丸く
気は長く
己は小さく
人は大きく。



※健康管理・体調管理を万全にして一日を大切に、コロナ禍を乗り切ろう。 尾嶋 あつみ

コロナについて

コロナによる自粛生活が長引くなか、皆さんいかがお過ごしでしょうか。
クラブの活動が制限され、僕自身もランニングからは遠ざかってしまってます。
家にいる時間が長い日々ですが、今はワクチン接種にすごく期待しています。
とにかく早く、元の生活に戻れるといいですね。

達脇 貴士

梅雨、コロナ禍と言い訳して食べるのはしっかり、消費が少なくなり体重がかなり
オーバー気味！！ラジオ体操と春木めぐみさん(市のHPに)竹脇まりなさんの動画で
お腹腕周り体操しています・・10分～15分ですが、気分良くなります(>_<)
練習再開を待ちながら続けてみますね(笑)(^^)!

高見 むつみ

緊急事態宣言延長、延長！で、仕事も気持ちも維持するのが難しい毎日。
時短営業も想像よりストレスで、心身共に疲れます。
今は走る、というより気分転換に早朝、散歩をしています。とにかく、最低限のルール
を守り、気持ちが暗くならない様、乗り切るしかない！！

伊田 育子

今まで普通に出来ていたこと、実施されるのが当たり前のように感じてたことが
制限される日々が続いて、大人もですが、それ以上に子供たちにとってはとても可哀想な
時代だなと思います。
それゆえに今まで普通に走れてたこと、お稽古や練習、大会に参加出来るありがたさや
人との繋がり家族の絆の大切さを改めて強く感じました。
こういう時だからこそ子供たちに寄り添って気持ちだけは走り続けて行きたいと思ってます。
早朝の人がいない時に思いっきり走るのが今のストレス発散です。

末吉 幸子

コロナが福知山発症して1年3ヶ月過ぎました！なんとなく髪切り損ねてから伸ばしていたら
長くなりました！コロナは世界的に広まり生活が一変しました！
そこで私はコロナ禍で出来る事！と自分にいい聞かせてマスク作り、断捨離、家のDIY、
プランター畑、自家製の物作りとあらゆる事をしています！移らない！移さない！
たくさんいる孫達の集合もなく各々で来る者拒まずです。宴会は勿論飲み会もお預け、還暦に
福知山マラソン参加も出来なかった！でもワクチンも始まりましたし近いうちにみなさんの
元気なお顔と久しぶり^_^と、お出会い出来る事楽しみに！今だからこそ出来る事
チャレンジしていきます！

波多野 千鶴美