



ねんりんピックかながわ2022に出場

阿部 利江さん



PROFILE

あべ としえ (西側区・63)
7年前に北海道札幌市から地元・御前崎に転居。
普段は庭の手入れに励んでいる。 富士登山も好きで、今夏4度目の挑戦をした。

全力で走ってみたい

阿部利江さん(西側区)が、昨年12月18日にエコパスタジアムで開催された「すこやかマラソン2021」3^{キロ}の部70歳未満で見事優勝し、静岡県代表として11月12日から15日に神奈川県で開催される「ねんりんピックかながわ2022」3^{キロ}の部へ出場する。

全国大会を楽しみたい

勝できるなんて思わずびくびくりしました」と振り返る。

大会終了に伴い、同練習会が終了した昨年12月からは毎週土曜日に開かれている地元有志の練習会に参加している。始めは30分しか走れなかったが、今では1時間で10^{キロ}ほど走れるようになった。さらに週2回ほど自宅周辺を走り、全国大会に向けて練習に励んでいる。

利江さんがマラソンを始めたのは昨年6月だった。当時からおまえぎき体良教室「かがきサロン」で運動指導士として活動したり、ファミリーバドミントンをプレーしたりなど活発に過ごしていた利江さん。ある日、しずおか市町對抗伝に向けて市が運営する練習会のチラシを見て、「子どものころのように全力で走ってみたい」と一心発起。以降、週1度の同練習会に参加するようになり、半年間の練習を経て「すこやかマラソン2021」に出場した。

利江さんは「走っているときは無心になったり、考え事をしたりと自分のことを見つめ直す時間になっています」と話す。また、走れる体を維持するため、これまで以上に食事や睡眠を気遣うようになり、「マラソンは健康の秘けつ」と笑顔を見せる。

「毎日ストレッチをして、けがをしないように全国大会を楽しみたい」と笑う利江さんの走りが楽しみだ。

マラソンを始めてわずか半年で初出場の大会で優勝し、全国大会に出場するのだから驚きだ。利江さんは「まさか優

※2019年10月号の本コーナーでご紹介した竹田静子さん(佐倉二区)が、同大会5^{キロ}の部に出場します。