



#### 第30回すこやか長寿祭スポーツ・文化交流大会

第30回静岡県すこやか長寿祭スポーツ・文化交流大会マラソン競技が、小笠山総合運動公園エコパスタジアムで、平成31年4月20日(土)に行われました。

本大会は、令和元年11月に行われる全国健康福祉祭(ねんりんピック)和歌山大会の静岡県及び静岡市の代表選考会を兼ねています。

本日のマラソン競技は、3kmの部、5kmの部、10kmの部に135名の選手が出場し、日頃鍛え上げた健脚を競い合います。

女子3km 70歳以上の部に出場した富士宮市の望月ミエ子さんがみごと優勝し、代表権を獲得されました。



#### ②槍ヶ岳登山

望月ミエ子さんは、17歳まで心臓が弱くドクターストップがかかっていたため運動経験がなく、また21歳～50歳まで気管支喘息を患い大発作で入退院を繰り返していました。

50歳の時、医師の勧めで登山を始めると、富士山登頂で「私にもできる」と勇気が湧き、山の虜となり近隣の山は勿論、アルプスの山々を登るようになっていました。



#### ④-1島田大井川フルマラソン

まだ自分には筋力がついていないせいか皆についていけないことが多々あり、筋力を付けようと60歳からマラソンに挑戦！

初マラソンは「しまだ大井川マラソン」で、第1回大会から第6回大会を完走、新東名マラソンも完走し、気づけば持病の喘息も殆ど出なくなっていました。



③-1歩こう会

③-2富士宮歩こう会

さらに体力向上を目指して「富士宮歩こう会」の皆さんと飛騨・高山、日光戦場ヶ原等、全国に出かけウォーキングと山登りを続け健康づくりに励んできました。



秋田ねんりんピック開会式

アトラクション竿灯

ねんりんピック秋田大会開会式↑



秋田ねんりんピック

第30回全国健康福祉祭あきた大会(ねんりんピック秋田2017)女子マラソン3kmの部に静岡県代表として出場するも練習時に傷めた右側股関節痛にも耐え完走し、ねんりんピックという大舞台で全国の人たちとの交流ができ、色々なことに感動もし、大変楽しいひと時を過ごせたことは一生の思い出になりましたと、当時をしのぶ望月ミエ子さんは、次なる目標に向け闘志を燃やしているように見受けました。(写真提供:望月ミエ子さん)

健康のハンディキャップを自分の力で撥ね退ける努力を怠ることなく「体の続く限り健康のためにもゆっくりでもよい、決して諦めずマラソンは体が動く限り続けていきたいと思います。」と、望月ミエ子さんは締めくくってくれました。

取材：富士市・富士宮・北駿地区担当 生きがい特派員 渡邊英機