

ペンネーム

愛ママ

【エピソードのタイトル】

下関海響マラソンに出走できるなんてしあわせ！

【エピソードの内容】

私は56歳の主婦です。

ランニングを始めて3年、毎年テレビで海響マラソンを見て、是非参加してみたいと思っていました。

5年前に病気の為、子宮と卵巣の摘出手術をしました。術前術後と精神的にも病んでいました。体は力が入らず、家事もままならない状態でした。1時間以上続けて立ってられない。掃除も炊事も息切れがして継続してできませんでした。

「このままではいけない。こんなのは自分ではない、何とかならないか、私の人生はこれでいいのか」と自問自答の日々でした。

そんな時、友人の勧めでゴルフ教室に入りました。そのおかげで少しずつ体力は回復していきました。

ある日、ゴルフ教室の先輩のご婦人がランニングをしていらっしゃるのを見かけ、後日、「気持ち良さそうですね」と軽い気持ちで声をかけました。「あなたもランニングクラブに入らない？楽しく走る飲み会目的のクラブよ」と誘われました。その方は60歳過ぎで人間的にも尊敬している方だったので入ることにしました。

ところが、県下一周駅伝の経験者も数人いるクラブで「間違ったかな」と思いましたが今更断れず、練習することになりました。谷川真理さんの「マラソン完走ブック」を参考にウォーキングから始め、ストレッチをし、1キロから3キロ、7キロへと筋肉痛と戦い、整骨院通いをしながら距離を延ばして4カ月で10キロマラソンを完走することができました。

本当に自分で自分を褒めるという感覚を味わいました。フルマラソンにも挑戦しました。とても気持ちのいいものでした。

準備は万端です。念願の下関海響マラソン完走を目指し、鹿児島島の暑い日差しの中、マイペースで楽しみながら走っています。

誰でもきっと走れます。ゆっくりはじめてみませんか。一緒に海響マラソン走りましょう！