

# ランニング学会ニュースレター

7 08・5・26 発行 ランニング学会広報委員会

ランニング学会事務局 〒590-0496 大阪体育大学 体育学部 豊岡研究室

電話 & F A X 0724-53-8848

「第 20 回ランニング学会大会 イン 群馬」報告 2008 年 3 月 28 日 30 日

大会長 山西哲郎

はじめに

20 回の記念大会を、一地方に位置する群馬県前橋市、それも、わが群馬大学のキャンパスが主会場とは、私には光栄なことでした。しかし、地方の交通の便の悪いところでの開催をあらゆる形でご支援をいただいた学会会員の方々に感謝の気持ちでいっぱいです。1 年に近い準備と、大いに盛り上がった 3 日間と、無事に 20 回目の大会を完走することができたことを報告します。

3 月下旬は桜が咲く頃。「キャンパスの桜を見ていただきたい」と事務局のメンバーで期待していましたが、早いテンポで咲き始め、ほぼ満開にしてくれた気候にも感謝。少々寒い風が吹きましたが、三日間春らしき雰囲気、そして大会最後のランニング大会終了で雨と天気も味方をしてくれました。

参加者は、三日間で会員、一般市民、学生、高校生を合わせ 295 名、関係者を含めれば 400 名に近いにぎやかな集いとなりました。

## 1. 大会の趣旨

テーマは 20 回の記念大会にふさわしく「ランニングの過去・現在・未来」。60 年代に始まった市民ランニングの精神である「RUN FOR ONE、WITH ALL」が歴史的な出来事になるうとしている今日、本学会も、過去を振り返り忘れてはならぬことや残された課題から、現状を見つめ、明日へのランニング学とランニング文化の創造の方向を見定めることをテーマの内容としました。

そこで、学会員はむろんのこと、市民にランニング学会の存在を示し、ランニングが誰しも共有できる文化であると感じられることを本大会の最大のねらいとしたのです。

## 2. 企画と運営

大会の企画運営の実行のために、今回は事務局と実行委員会の 2 つの組織を設けました。それは、群馬には学会会員が数名であるために、上記の趣旨を達成するための手段でした。

5 月 28 日に群馬大学を大会事務局とし、山西研究室のスタッフと学内外の関係者 8 名で組織を発足。そして、記念大会にさらにふさわしい内容と運営ができるようにするために、関東地区の学会員 12 名によって大会実行委員会を 8 月 27 日に立ち上げ、ほぼ毎月 1 回、会議を開催しました。

- 1) 事務局と実行委員会の連絡を密にして、相互の認識と大会運営を一体化する。
- 2) 大会期日を 3 日間とし、市民対象の公開講座を増やす。
- 3) プログラムは、研究発表、講演、シンポジウム、講座、ランチョンセミナー、ランニング大会を盛り込む。
- 4) 大会運営マニュアルを今後も参考となるように作成する。
- 5) 多様な内容の運営と学会の普及をねらって広告協賛費の増加をめざす。

以上が、主たる企画・運営の目標でした。

### 3. プログラムの構成

この大会の趣旨に従って、プログラムを次の3部構成にしました。

#### 1) ランニング史の検証

海外招待講演として東京オリンピック金メダリストのピーター・スネル、市民公開講座を70年代からのマラソン日本をつくったアスリートによるシンポジウムとする。

#### 2) ランニング学会の検証と現状

基調報告として、山地初代会長のランニング学研究と山西前会長による市民ランナーをテーマにしての報告。それらに応じたシンポジウムや研究発表。

#### 3) 市民対象の講座

講演、講義、実践、ランニング大会など。

### 4. 学会の普及と広告協賛

本学会の歴史と存在を知らせるために、学会のホームページや新聞、雑誌の掲載とラジオ等への情報提供、チラシによって市民参加の呼びかけをしました。また、会員数の増加と参加にも重点を置き、大会のチラシや要綱の配布とともに全会員にプログラムを送付しました。また、ピーター・スネル氏の講演は本大会だけではなく、大会前の3月24日には大阪体育大学、27日には東京海洋大学で講演会を開催し、大会の宣伝と学会活動の一端としました。

広告協賛は30社、展示は6社でした。

### 5. 大会開催の経過報告

大会事務局と実行委員会の20名と補助学生50名、前橋ランナーズや群馬TFクラブのクラブ員約20名によって、事前準備と3日間の運営を、大会マニュアルにそって実施をしました。

#### 大会第1日（前橋テルサにて）

14:30～16:30 「若手研究者・指導者によるシンポジウム」

座長、榎本靖士（京都教育大学）と筑波大、東京学芸大、群馬大学の院生による明日へのランニング学の探求を論じ、部屋が狭いと感ずるほど参加者。

15:00～17:30 理事会

17:00～20:30 市民公開講座 シンポジウム 「マラソン風土」

1) マラソン風土 群馬 司会山西哲郎、磯端克明（ヤマダ電機）、中村孝生（SB食品）、小指徹（スバル）

2) マラソン風土 日本 司会有吉正博（東京学芸大学）喜多秀喜（流通経済大学）、山下佐知子（第一生命）花田勝彦（上武大学）

大ホールに約150名の参加者と少なかったのですが、総合司会の山形祐子さんの流暢なお話で始まり、かつての名ランナーが次々と、ランナーとしての成長からチャンピオンまでの過程とランナーを育てるものは何かを大いに語ってくれました。最後に、ピーター・スネルさんが登場し国際的風土色になりました。

#### 大会第2日（群馬大学荒牧キャンパス）

9:00～10:40 一般研究口頭発表 9題 優秀賞は瓦林良和（大塚製薬）さんの「記録会を簡便にするためのゴールタイム記録ソフトの開発」

10:50～11:20 基調講演 山地啓司（新潟医療福祉大）「ランニング学研究の課題と今後」  
本学会の研究が活性化するための、研究の方向性を多面的視点から説かれました。

11:30～12:40 キーノートレクチャー「中長距離トレーニングの歴史と科学」

座長 伊藤静夫(日体協) 講師 豊岡示朗(大阪体育大) 榎本靖士、門野洋介(筑波大) 過去に中距離ランナーとして活躍した面々で、種目の特性、そして、次のスネル氏の講演を意識して日本の現状を論じてくれました。

13:40~17:30 海外招待講演 ピーター・スネル博士「ランニングの栄光と科学：金メダリストの歩んだ道」 通訳はアメリカでリディアード・ファウンデーションを展開中の橋爪信也氏。東京オリンピックの金メダリストまでのトレーニング史と、それ以後科学者としてのトレーニングの裏づけと示唆に富んだ感動的な内容でありました。また後半は、ワークショップでしたが橋爪氏からの具体的なリディアード方式の解説とスネル氏への質問コーナーと200名を越す参加者の認識が深まる時間の流れでした。参加者は高校生から大学生、一般市民も加わり大盛況でした。

18:00~20:00 懇親会 大学会館レストラン 100名状の参加者、スネル夫妻、鈴木守 群馬大学長などの招待者、医学部職員による八木節の演奏で交流を深めることができました。

### 大会第3日

9:00~10:00 一般研究ポスター発表 28題 最優秀賞は吉岡利貢(筑波大学)さんの「サイクリングおよびランニングにおける筋活動の相違が最大酸素摂取量の差に及ぼす影響」

10:10~10:40 基調講演 山西哲郎(群馬大)「市民ランナーの歩み」 世界のランニング史から日本のランニング史、そして原初的考察。

10:45~12:15 シンポジウム「ランニングブームは本物か」司会 前河洋一(国際武道大) シンポジスト 佐々木秀幸(東京マラソン事務総長) 鈴木彰(あっとランナー) 安田享平(新日鐵君津) 高瀬晋治(ランナーズ) 今日のブームのなかにいる人たちばかりの演者の話だけに、聴衆者は考えを深め、ランニングの本質を問うことができたはず。

12:15~13:00 ランチョンセミナー 「楽歩堂によるランニングサポート」司会 新井圭三(こまちクリニック) マキア スラー(chung shi) ウォーキングとジョギングシューズの科学的、実践的解説。

13:00~14:00 総会

13:00~14:40 市民向け公開講座「ホノルルマラソン・東京マラソンの走り方」講師 前河洋一、鍋倉賢治(筑波大) 河合美香(竜谷大) 市民ランナーに理論と実技によりランニングの本質の伝授を感じました。

14:00~14:40 研究報告「アミノバリューマラソンクラブの活動報告」藤牧利昭(横浜スポーツ医科学センター) 本学会の事業のクラブ参加者の動向と課題の発表。

15:00~16:00 マラソン大会 陸上競技場をスタートゴールにして、新設された学内チップ癒しコース3kmで「自己申告タイムレース」に約80名参加で、大会最後の快適ランを楽しみました。

### 終わりに

この報告は大雑把にまとめてあります。詳しい内容は、これから発行される紀要にまとめられるはずです。たくさんのお話を盛り込みすぎたのではという助言をいただきました。確かにそうでした。しかし、20回目の大会は少々のオーバーペースでしたが、ゴールができ、次の大阪学院大学の山内武先生にたすきを渡しました。

ランニング学会がさらに発展し、文化的・学問的に創造的貢献できるよう期待します。みなさま、ありがとうございました。

## 第20回ランニング学会一般研究発表A優秀賞

### 記録会運営を簡便にするためのゴールタイム記録ソフトの開発

瓦林 良和(徳島大学マラソン講座受講生、(株)大塚製薬工場), 田中 俊夫(徳島大学  
大学開放実践センター), 小原 繁(徳島大学 総合科学部)

第20回ランニング学会in群馬で、「記録会運営を簡便にするためのゴールタイム記録ソフトの開発」を発表しました。私たちが自主開催する100名程度の小さな記録会でのゴールタイムの記録は、(1)ゴール付近でのタイムの読み上げ、(2)ゼッケン番号の確認、(3)記録と三つの工程で、手作業では煩雑で、多くの人手を必要とします。これをゼッケン番号の確認以外をコンピュータ化し、省力化、効率化を図り、記録会自体の運営を簡便にする目的で、ゴールタイム記録ソフト「Goal Keeper」(以下、GK)を開発し、実際に二つの記録会で運用しました。その結果、正確なゴールタイムの記録、集計などが簡便に行えることが確認できましたので、これを今回報告しました。

GK開発では、ゴールタイムを正確に記録するために、応答性を最も重視し、なるべくシンプルに設計しました。記録会現場での設置を簡単にするために、ネットワーク等を用いず、ノートPC単体で記録できます。記録操作は、テンキーとマウスだけで入力可能で、(a)ゼッケン番号とゴールの記録を分けたモードと、(b)ゼッケン番号の入力でゴールタイムを記録する二つのモードを実装しました。GKは、よく使われていて馴染みのあるMS-Excelを用いて開発しました。Excelは表計算ソフトなので、データを表の中で取り扱ったり加工することが簡単なことと、内蔵マクロ言語VBAの扱いやすさが選択理由です。発表質疑でもありましたが、個々の大会で若干のメンテナンスや変更が必要な箇所があると思いますが、GKを記録会等で利用して頂くことは十分可能だと思います。

徳島大学ホノルルマラソン講座を受講して2008年春で4年が経過しました。その中で、マラソンは生涯に渡り、続けていきたいスポーツだと感じました。速い人も、ゆっくり走る人もいて、楽しむ人も頑張る人もいます。受講生それぞれに自分のマラソンを楽しんで、それぞれの違いをお互いに認めあっていると感じました。日常の生活の一部としてのマラソンがあって、一緒に走る仲間がいて、それぞれが楽しみながら相互に支え合う活動を行っています。自らが走るだけでなく、記録会などでそれをサポートする場合もあり、その中からGKが生まれてきました。

今回、小原教授、田中教授と協同で、GK開発についてランニング学会に発表する機会を頂きました。ランニング学会は、本大会が初めての参加でした。口頭演題は、日本のトップアスリートを対象とした報告などは、私のような市民ランナーは普段は触れることのできない口演でした。また、ポスター会場でも、マラソン参加の報告や科学的な分析など多くの掲示があって、参加者の活発な意見交換が行われていました。いつも、気ままにジョギングをしている私のような市民ランナーが、発表することは場違いな気もしていましたが、研究だけではなく走ることを楽しむ会場の雰囲気もあって、緊張しながらでしたが無事に発表を終えることができました。今回はGKの発表でしたが、徳島大学ホノルルマラソン講座の活動全体が、市民ランナー活動のよいモデルではないかと考えます。今後も、講座の活動成果をランニング学会に発表できるように、楽しんでいきたいと思えます。

## 第20回ランニング学会一般研究発表B優秀賞

サイクリングおよびランニングにおける筋活動の相違が最大酸素摂取量の差に及ぼす影響  
吉岡利貢(筑波大学人間総合科学研究科)

桜がいよいよ咲き始めた群馬大学で開催された今回のランニング学会は、シンポジウムやキーノートレクチャーなど興味深いプログラムが目白押しで、休憩する時間がもったいなく感じる3日間でした。

初日におこなわれたシンポジウム「マラソン風土 日本」では、宇佐美先生をはじめとした世代の異なる超一流ランナーの方々の競技生活について、その生い立ちを含めてお話しいただきました。陸上競技を始められた当初、よく分からないうちにとんとん拍子で記録を伸ばしたというエピソードは、さすがに超一流選手の並々ならぬ素質を感じさせられましたが、その後のトレーニングに対する考え方や工夫、発想の転換は一流と超一流の差とはこのあたりにあるのかなといった思いを抱きました。

2日目におこなわれたスネル博士および橋爪伸也さん(リディアード・ファウンデーション)のご講演では、会場も満員となり、多くの方が「リディアード方式」と称されるトレーニングの紹介とその理論背景についてのお話に聞き入りました。中距離選手でも「週100マイル」走ったという「リディアード方式」ですが、「週に100マイル」が本質ではなく、低強度の走り込みからヒルトレーニング、そして無酸素性トレーニングへの流れこそがその本質であることを強調された橋爪さんのお話が何より印象的でした。また、私たちがこれまで「リディアード方式」であることを知ることなく指導され、実践してきたトレーニングこそ「リディアード方式」であり、我が国の長距離界に対するアーサー・リディアード氏の貢献の大きさを改めて感じました。「週に100マイル」といった数字だけが一人歩きしないことを祈るばかりです。

さて、本学会では数多くのご講演を聞かせていただくと同時に自分自身の研究成果を発表する機会もいただきました。今回の発表では、ランニングとサイクリングで動員される筋およびその活動レベルを比較し、クロストレーニング手段としてサイクリングをおこなう際のメリットについて報告しました。すなわち、サイクリングでは大腿部の大筋群においてランニングと比較して高いレベルの筋活動がおこなわれていること、そしてその筋活動レベルの高さが両運動間の最大酸素摂取量の差を小さくしていることなどを報告しました。これらの結果は、ランニングでは全力運動であっても筋自体は十分な余力を残している(トレーニングとして不十分である可能性)こと、また筋の潜在能力を高めるためにはサイクリングを用いたトレーニングがランニングより効果的である可能性を示唆しているといえます。幸い、多くの先生方に興味を持って見ていただき、今後の研究のヒントとなるご意見やご指摘を数多くいただきました。普段少人数で研究を進めているため独りよがりな研究になりがちところで、本当に必要とされている研究、やるべき研究を指し示していただく大変貴重な機会となりました。また、優秀発表賞という、思いがけない名誉な賞までいただくことができました。さらに研究意欲が高まったところで、今後は、この賞に恥じないよう、トレーニング現場で活用できる研究を進めていきたいと思っております。

最後になりましたが、今回このような大変貴重な勉強の場を用意していただいた山西哲郎先生を初めとする実行委員会の先生方、そして当日まで準備・運営に働き続けてくださった群馬大学の皆さんに心より感謝しています。どうもありがとうございました。

# 第 20 回ランニング学会大会に参加して

仙石泰雄(平成国際大学)

群馬大学で開催されました第 20 回ランニング学会大会に参加させていただき、「大学マラソン授業における Weblog 活用の可能性」の演題で口頭発表をさせていただきました。発表当日も申しましたように私の専門は水泳競技であり、さらに初参加であるのにも関わらず口頭発表のトップバッターに配置され大変緊張しました。しかしながら、朝一の発表から多くの方に発表を聞いていただき、発表後もフロアで質問やご意見をいただき有意義な時間を過ごすことができました。

今回の学会大会で最も印象に残っているのはピーター・スネル氏の招待講演の質疑応答場面でした。1 時間の質疑応答時間に次々と飛び交う質問。それも大学研究者からだけではなく、大学生の競技者や一般市民ランナーが真剣に自分の疑問を投げかける姿勢は、他の学会ではなかなか見られない光景でした。日本のマラソン競技の活躍や市民マラソンの人気はこのような学術的な場面から端を発していることを強く認識させられました。

今まで独学でランニングについての情報を収集してきましたが、今回 2 日間の学会大会の参加で多くのことを学ぶことができ、自分自身のランニングへのヒントを得ることができたように感じております。この成果を必ずや今年につくばマラソンでの 2 時間 30 分切りにつなげたいと思っております！

最後になりますが、実りの多い時間を提供して下さった大会長の山西先生を始め、実行委員の先生方、学生の皆様に感謝の意を表したいと思っております。来年大阪学院大学で開催される学会大会にも是非参加させていただきたいと思っておりますので、よろしく願い申し上げます。

## アーサー・リディアードのすばらしさを再確認

泉北高校教員 辻谷勇二郎

1976年の正月、大学1年生だった私は、警備会社のアルバイトをしながら先輩の薦めてくれた一冊の本をむさぼりつくように読んでいた。その3年後、私は2月に初マラソンに挑み、3月にもフルマラソンを走った。そのあとほとんどスピード練習をしていないにもかかわらず、5月上旬には800mですでに1分台であった自己記録を2秒近くも短縮することができたのである。「800m以上の選手は長い距離を走ることが大切である」・・・高校の教員になった私は、今でも生徒に言い続けている。しかしその愛読書はその後、後輩の誰かに貸したまま行方不明となり、手元にはなくなっていた。

昨年のある日、インターネットで古書のサイトを趣味のように見ている同僚が、「辻谷さん、何か欲しい本ない？」と聞くので、すかさず「アーサー・リディアードの中長距離のトレーニング」と答えた。検索してもらおうと定価450円の本が2300円で売られているという。「注文していいですか？」「うん！」・・・数日後私の家にはその本とランニング学会大会の案内が届いた。学会大会参加を決めた私のところには、その本を読むよう薦めてくれた先輩からピーター・スネル氏への英文メッセージがメールで舞い込んできた。そして3月、群馬大学。今回の学会大会で、リディアード方式のすばらしさを私は再確認した。2300円で購入した古本には、古希(70歳)を迎えようとするスネル氏からのサインが書き添えられた。

この冬、800mの選手であるにもかかわらずハーフマラソンを走った私の生徒は、春先の記録会で昨年までの記録を2秒も更新し、1分台を目前にインターハイを目指している。ちなみに、私の生徒は上下黒のユニホームを身にまとっている。それは本校創立当初の監督がニュージーランドのオールブラックスをイメージしたためなのだが、彼は大学時代山西先生の同級生だったという。

## 第20回ランニング学会大会 in 群馬に参加して

大阪体育大学 中嶋 南紀

3月28、29、30日の3日間、前橋テレサと群馬大学荒牧キャンパスにてランニング学会大会が開催され、その内の群馬大学内で行われた2日間に参加させて頂きました。出発時に大阪では見られなかった桜も群馬大学に到着した頃には、満開となり、心地よい風を感じながら高揚した心で学会に参加することができました。

本大会には、貴重で有意義な講演や発表が数多くありました。中でも東京オリンピック800m、1500mの戦後でただ一人の中距離種目2冠を果たしたピーター・スネル氏の講演「ランニングの栄光の科学」は、生理学博士とトップアスリートの二つの視線から話しが進められ大変、興味深いものになりました。博士の研究で毎分あたりの心拍数140拍の運動で、ランニング開始90分後から「速筋繊維の刺激がおこる」というデータは、これからの中、長距離、マラソンのトレーニングに影響してくるかもしれない「期待感」をいただきました。

また、スネル氏は、ランナーにとってまず基盤となるものは、有酸素能力でありその上に無酸素能力が成り立つとのことでした。スネル氏自身、鍛錬期には、週160kmの走行距離を行っていたらしいのですが、中距離選手でここまで距離を走り込んでいる選手はあまり聞いたことがありませんでした。しかも、スネル氏の800mの記録は1分44秒3と現在でも十分に通用する記録に驚きを隠すことができず、スネル氏の講演に感銘を受けました。

また、今回はポスター発表にて自分の研究を発表しました。発表は、恩師である豊岡示朗教授と共同研究であったため、会場の方々の反響はよく、会場の方々に熱心な閲覧をしていただくことができました。

また、発表中に様々な意見も聞くことができ、自分自身が勉強になる意見も数多くもらうことができ大変参考になりました。ポスター発表は大会の参加者が意見を交わし、研究者は、それを次の研究の参考にし、閲覧者は自分の知識となり、大変にぎやかな学会の印象を受けました。このような機会をある場所は、本当に素晴らしいものでした。今大会での素晴らしい知識を獲得できたことに感謝し、これから先も精進を続けていきたいと思えます。

## ランニング学会の充実した1日

高橋哲子

東京からそれほど遠くない前橋市でランニング学会が開催されるということで、この度初めて参加してきました。スケジュールの都合上3日目のみの参加でしたが、大変有意義な1

日を体験させて頂きました。

なんの経歴も実績もない一市民ランナーが、ランニング学会というアカデミックな組織に参加することに最初躊躇していましたが、実行委員の方に勧められて急遽入会もさせて頂いたの参加となりました。

東京を早朝に出発し、桜がちょうど見頃の群馬大学に到着すると、受付を済ませて、はじめに山西先生の基調講演「市民ランナーの歩み」を拝聴しました。

このところのランニングブーム（ブームというよりウェーブではないかと言われていました）や市民ランナーという存在について、日本だけではなくアメリカやヨーロッパの歴史も合わせての解説をして下さって、大変わかりやすく、それでいていつもの山西先生節炸裂で大変面白く、あっという間の30分でした。

次に行われた、シンポジウム「ランニングブームは本物か？」は4名のパネラーの方が、それぞれの全く違う立場から意見を述べられていて新鮮でした。佐々木秀幸さんからは東京マラソン運営に関する裏話も色々聞けて、かつ佐々木さんはテレビで見るよりずっと面白い方だという事もよくわかりました。

そのあと、（美味しい）ランチョンセミナーに参加し、それから公開講座「ホノルルマラソン・東京マラソンの走り方」では、前半はトレーニング計画の立て方や栄養の取り方について、後半は実際外に出て、ストレッチやランニングフォームについてのレクチャーをして頂き、そのまま陸上競技場に移動して最後のプログラム、ランニング大会となりました。

なんとこの日が完成後の記念すべき初使用となる大学構内のクロスカントリーコースを使っただけの、タイム申告レース。たった3キロですが、ふかふかの走路はなかなか走り方がむずかしく、申告タイムと5分もずれたという方もいました。自己申告タイムにより近い方から表彰、賞品授与、となり、あっという間に3日目のプログラムが終了しました。

公開講座のときに知り合った、前橋の女性ランナーが、走り始めて間もないのだけれど、どこで正しい知識を得たら良いのかもわからないし、東京になかなか出かける機会も無く悩んでいるとの事で、山西先生に地元で何か市民ランナー向けの講習会などないか聞いてみましょうかと、閉会式後でお忙しそうな先生に恐縮しながらお声をかけてみたら、気持ちよくお話をして下さいました。

私はいろいろな講習会などで山西先生に指導を仰いでいますが、どんな時でも必ずじっくりとランナーの声に耳を傾けて下さる姿勢を変えない先生には、深く感銘を受けます。その女性ランナーも大変喜んでいました。

一日だけの参加でしたが、得たものは多く、ランニングを多方面からとらえる良い機会となりました。一市民ランナーとして、ランニングからもらっている幸せを、先々少しでも人の役に立って返して行きたいな、と考えながら帰りの電車に乗りました。また機会があったら参加したいと思います。ありがとうございました。

## 編集後記

### 保原幸夫

群馬大学で開催された20回記念のランニング学会大会を盛況裡に終えることが出来た。今回は実行委員としてどっぷり関わったので内心ほっとしている。



実行委員が特別講師のことを知らないのはまずいということで、実行委員会でピーターズネル氏に関する勉強会も実施した。おかげさまでオリンピックにおける中距離の歴史をレビューする機会に恵まれ、トレーニング方法の改革こそがチャンピオンへの道だと言うことを再認識させられた。その代表でもあるリディアード方式のトレーニング方法をじっくり解説して頂いたことは自分の頭の整理をするのに大いに役立った。特に、ハウ・ツーにとらわれるのではなく、なぜこのトレーニングが必要かという原理原則を理解して工夫しなさいという言葉が心に残る。

原理原則を踏まえて、加齢と共に年々変化を続ける自分の身体にあったトレーニング方法をいつまでも考えて行きたいと思わせてくれた学会大会だった。

## 鍋倉 賢治

実行委員として関与したランニング学会群馬大会。学会の盛り上がりを気にしつつ、自分自身よい勉強をさせていただきました。それにもまして、準備に要した約1年は、学会のこと、ランニングのこと、マラソンのこと、さらに教育のこと・・・、脱線しつつ様々な議論を重ね、杯を重ね、おまけに体脂肪も重ね・・・。改めて実行委員長の山西先生の懐の深さに触れた思いです。実行委員の皆様、学会大会に参加された皆様、ありがとうございました。

## 鈴木 愛子

ランニングの過去・現在・未来 イン群馬 の学会大会でピーターズネル氏に会えたことは中長距離界の今後に何らかの刺激をあたえたことと思う。記録を更新する大変さを感じている現役陣がどんな風に奮起していただけるか見守り続けて行きたい。

## 山中 鹿次

先のランニング学会大会ではランニングブームが課題になりましたが、かすみがうらなど関東周辺の大会が参加者を急増するだけでなく、全国的にもブームに火がつき出し、地方の大会参加者も増加傾向が出はじめています。

しかし新たな参加者の増加に対応して、アミノバリューランニングクラブの充実や、市民マラソンガイドラインの手直しなど、新たなランニングの状況に対応した、ランニング学会の活動が望まれます。

## 鳥井 健次

ランニング学会群馬大会実行委員のみなさん、スタッフのみなさん、ごくろうさまでした。

20回記念大会にふさわしい内容と盛り上がりだったと思います。来年の大阪大会の第1回実行委員会が5月21日に開かれ、3月27日（金）から29日（日）に大阪学院大学で開催されることが決まったそうです。実行委員会の内容を公表できる段階で順次お知らせしますが、さらにニューズレターと会報で会員の交流を図りたいと思いますので、ご協力をお願いします。そのためにも、アミノバリューランニングクラブのこと、ランニングライフのことなど何でも気軽に通信をお願いします。メール [torii@jcp.jp](mailto:torii@jcp.jp)