



## マラソンを通じて

私は6年前、マラソンを始めました。学生の頃は自他ともに認める運動音痴。その私

が今では完全にマラソンの魅力にはまっています。

マラソンと聞くと「苦しそう」というイメージがある

るかもしれませんが（実際私もそうでした）。でも、いざ走ってみると、苦しいだけではなく、今まで感じなかった「気付き」がありました。それは、自然や季節の変化です。車では一瞬で通り過ぎてしまう道でも、ランニングをしてみると、花や鳥の鳴き声、風、空、空気の違いまでも感じるようになりました。



津乃峰町  
湯浅美智代さん

私たちが住む阿南市は自然に恵まれています。海岸沿いでは潮風や波の音を全身で感じ、川沿いでは水面の美しさ、山では季節の移り変わりとともに変化する草木を眺めながら走ることが出来ます。そしてたくさんの方のランニング友達もできました。年齢や職業もさまざまで、マラソンをしていなければ知り合っていなかったでしょう。お互いに目標タイムを達成した時には自分のことのように喜び、悔しい時には励まし合う仲間です。

マラソンを通じて得たものは大きく、これからも楽しみながら続けていきたいです。「走るの無理」という方もまずは外へ出て、ウォーキングから始めてみませんか。新しい「気付き」が待っていると思います。

次は、那賀川町の柴 真紀さんです。

## 市民文芸

### 短歌

阿南市文化祭短歌大会選

佳作

保育児の朝の散歩に赤い帽手押しにのつてコスモスに似て

佳作

苦しみし七十年の魂を持ちて生きし昭和一粒

佳作

おりおりの花絶やさじと吾のめぐり老いの平安保ちつつ生く

佳作

髪洗う長湯の吾に「のぼすぞ」とガラス戸のぞく夫の幻

佳作

夏翔けた小さきサンダル色褪せて戸口にふたつ干されていたり

佳作

井で動きの弱き金魚飼う夜店に孫と掬いきたれば

佳作

「こんばんは」弾けし声の女学生華道教室若さを活ける

### 俳句

阿南市俳句連合会選

おやじ似の息子と春の墓に立つ

喜多 啓吉

クラス会さくら満開友笑顔

鳥海 勇二

集い寄る七十才のひな祭り

鶴羽 竹子

まずまずの診断なりし野に遊ぶ

久米 千草

ゆたかなる湯気や人待つ梅の茶屋

阿部てるみ

雨粒のふくらむ梢桃の花

長田 千津

一群れの羽音賑わし春の川

藤本 絹代

チューリップ渡り廊下に並びおり

車田マサ子

草萌えに急かれて花の苗買ひに

田中ゆり子

皆枯れて空地に素馨一つかな

樫原さつき

### 川柳

阿南川柳会 高木旬笑選

いい人で終わりたいくない木の根っこ

田上 鶴子

掛け声がほしい立つのも座るのも

武田 敏子

主導権妻が握っておらが春

鈴木レイ子

見え見えの嘘に一日惑わされ

岩佐まさよ

やわらかな言葉で頼む肩たたき

酒本 耕造