



令和4年11月7日(月)

校長室より(110)



こんにちは。

今日は、二十四節気の「立冬」です。暦の上では「冬」です。今後、「この冬一番の…」「この冬初めて…」というフレーズを耳にしたいと思います。

学校敷地内の環境整備に退職公務員連盟(元先生)の方々5人が来て、校庭の側溝に詰まっていた落ち葉や土や砂を半日かけて取り除いてくださいました。ありがとうございました。



昨日「千葉アクアラインマラソン」に参加してきました。制限時間(6時間10分)まで残り20分となった「5時間49分」で、どうにかゴールしました。今年目標「フルマラソン(42.195km)で、決められた時間内にゴールする」を達成できました。この日のために7月初旬から毎週1回の練習を重ねて、毎回少しずつ距離を延ばしていましたが、最終的には22kmまでしか走れていませんでした。結果は、ちゃんとそのとおりにになりました。東京湾アクアライン(海上の高速道路)を走り終わる20km地点までは楽しく走ることができました。ところが、25km地点を過ぎた辺りから、脚が重くなって一気にペースが落ちました。それに合わせるように大きなアップダウンが出てきて完全にペースを崩されました。最後は上り坂を歩いて体力を温存しました。そんな状況でしたが、沿道の小中学生の応援と、エイド(飲み物・食べ物)を楽しみにゴールに辿り着くことができました。6時間近く走っていたので、ここに書き切れないこともたくさんありました。昨日は、ゴールした満足感・達成感から疲労感は感じませんでした。でも、今たくさん感じています。

