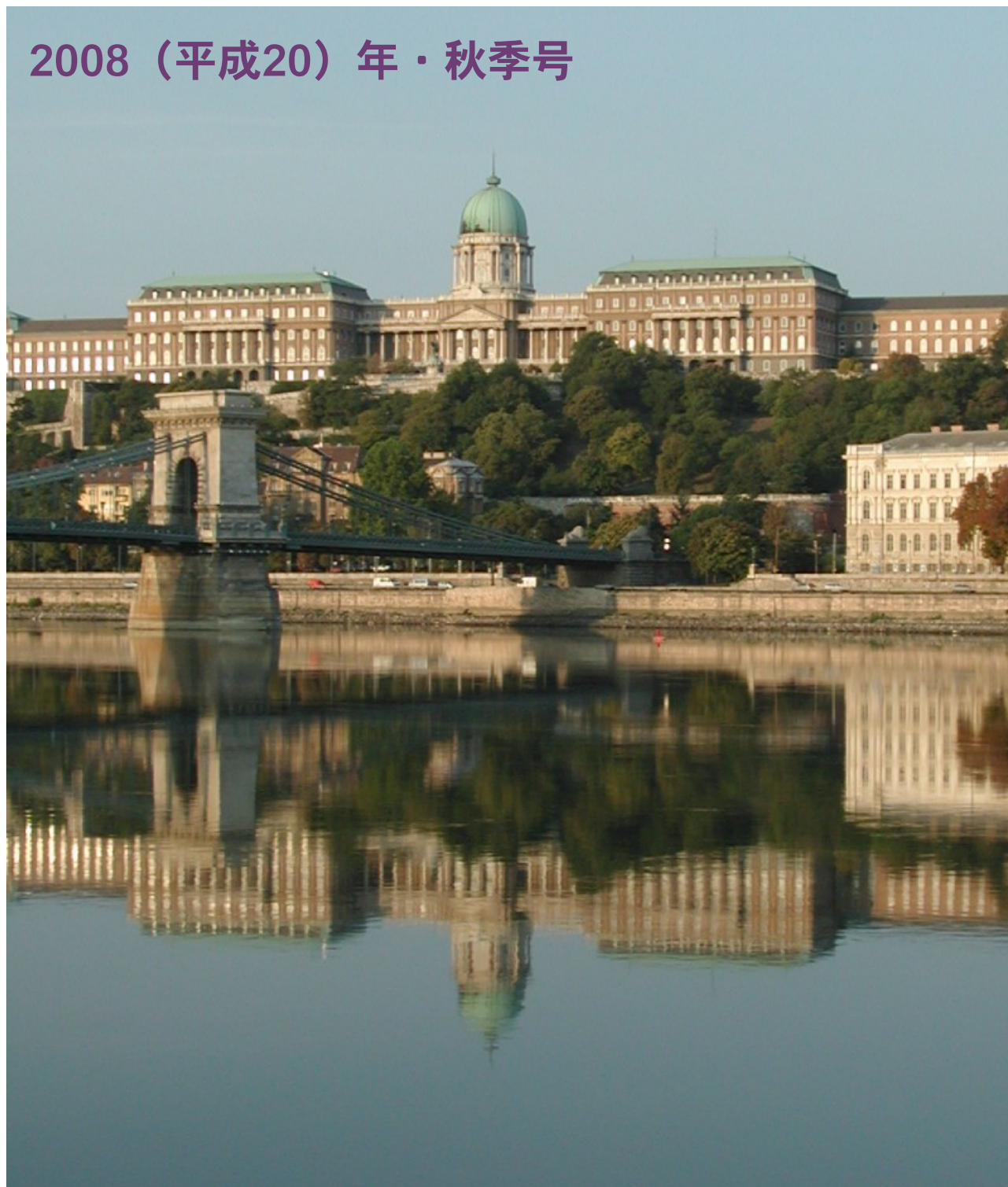


The Danube Quarterly

# ドナウ通信



2008（平成20）年・秋季号



| October |    |    |    |    |    |    | November |       |    |    |    |    |    | December |    |    |    |    |    |    |
|---------|----|----|----|----|----|----|----------|-------|----|----|----|----|----|----------|----|----|----|----|----|----|
| S       | M  | T  | W  | T  | F  | S  | S        | M     | T  | W  | T  | F  | S  | S        | M  | T  | W  | T  | F  | S  |
|         |    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4        |       |    |    |    |    | 1  |          | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |
| 5       | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |          | 2     | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8        | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 12      | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |          | 9     | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15       | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 19      | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |          | 16    | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22       | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 26      | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |          | 23/30 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29       | 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |

ハンガリー日本人会会報 / The Japanese Community Bulletin

# 目次

## 運動部情報

### ランニング部

#### 無謀な挑戦

安島 昇

2

#### ハーフマラソン参加之記

佐藤 明彦

3

#### リレーマラソン雑感

篠崎 篤史

3

#### ダイエットとハーフマラソン

江渕 泰久

6

#### 二度目のハーフマラソン

木村 晶子

8

#### 挫折から学ぶ一歩

西村 智美

12

#### 今、走る

升谷 葉子

12

#### マラソンを終えて

澤田 直美

12

#### マラソン雑感

宇城光奈子

13

|            |                      |       |    |
|------------|----------------------|-------|----|
| 釣り部        | マグロの話                | 谷川 浩明 | 14 |
| テニス部       | 初心                   | 保坂 昌宏 | 18 |
|            | ウィンブルドン・チャンピオンがやってくる | 小松 裕文 | 19 |
| ゴルフ部       | それ行け！ゴルフ道！           | 佐々木 健 | 21 |
| 特別寄稿       | 水球への誘い               | 長沼 敦  | 23 |
| ソフトボール大会報告 |                      |       | 25 |
| 運動会報告      |                      |       | 25 |



## 運動部情報

### ランニング部

9月7日、ブダペスト国際ハーフマラソン大会に、多数の在留邦人が参加しました。

メインイベントのハーフマラソンには6名、リレーに男子3チーム、女子1チーム、エキシビジョンのミニマラソン(3・5キロ)には児童30名、父母16名が参加しました。

当日は歴史的な異常気象で、35度を超える猛暑の中、体調不良を訴える人も多く、重篤状態で病院に運ばれるランナーもいました。幸い、邦人ランナーは全員、無事ゴールしました。

40カ国から千人以上の外国人を含む5千名を超えるランナーが、ハーフマラソンに参加しました。

### 国際ハーフマラソンの部公式記録

|       |           |
|-------|-----------|
| 盛田 常夫 | 1時間43分16秒 |
| 江渕 泰久 | 1時間55分00秒 |
| 木村 晶子 | 2時間11分45秒 |
| 佐藤 明彦 | 2時間24分13秒 |
| 安島 昇  | 2時間29分39秒 |
| 兼子 秀昭 | 2時間30分55秒 |

### ハーフマラソン・リレーの部

|       |           |
|-------|-----------|
| 盛田・本田 | 1時間42分57秒 |
| 園田・升谷 | 2時間08分16秒 |
| 仲川・篠崎 | 2時間04分44秒 |

### 女子チーム

|      |           |
|------|-----------|
| 堤・山内 | 2時間03分33秒 |
|------|-----------|

これに続く10月5日のブダペスト国際マラソン大会には、3・5キロに児童21名、父母12名が、ミニマラソンの7・4キロには3名が参加し、フルマラソンに1名、5名で走るマラソンリレーには男子1チームが参加しました。

10月19日に開催されるコカコ

ーラ女子大会には、3・5キロには児童11名、父母6名、10キロリレーに1組、10キロレースには1名が参加の予定です。

このレースで今年の主要な大会は終わり、来年は4月19日のウィーン国際マラソン、ハーフマラソン大会が最初のレースになります。



## 国際ハーフマラソン大会スタート風景 無謀な挑戦

安島 昇

ナイキブダペストハーフマラソンを走るには、無謀な挑戦と言わざるを得なかった。7月に肉離れで右足を痛めてしまった。数日後、治ったと安心し、自宅（ブタケシ）から家主さんの家まで走ってみることにした。しかし、自宅からの急激な坂道を走り通したため、途中で右足に肉離れを起こした箇所に再び激痛が走った。いくらマッサージしても痛みは消えず、やむを得ずバスに乗りうとしたが現金や定期を所持しておらず、結局歩かざるを得なかった。足を引きずりながらの道のりは遠く、到着したときは右足が着地できないほどの痛みになってしまった。それからさらに休養が必要になり、走ることに恐怖を感じるようになった。9月までに完治することは難しく

思い、参加を諦めようとした。しかし、メダルの誘惑（赴任早々、ハーフマラソンを完走するとメダルがもらえると同僚から情報を得た）に負け、走ってみようと思った。そこで、8月17日（土）に自宅の近くにあるヤーノシュ山まで、練習することに決めた。自宅からヤーノシュ山まではS字カーブの坂道が続き、毎年1月に実施される箱根大学駅伝の山登りの選手になったつもりで登った。ゆっくりとマイペース、どんなことがあっても歩かないで走り通す、それが私のマラソン哲学である。そうは言っても、マラソンと言える走りは平成19年1月に「勝田全国マラソン」10kmの部を1回走っただけである。ほぼ、1時間かけてヤーノシュ山から戻ってくることできた。次の月曜日からは水曜日までは筋肉痛で走ることができず、次の練習はマルギット島を走ることにした。8月24日（土）に自転車で



マルギット島まで行き、マイペースで1周を走りきった。これで2回目の練習となった。3回目を予定していたが、老体の事を考え、「力の限り」走ろうと思った。

当日は、予想通り炎天下での走りとなった。途中でダウンしたときのことを考え、ゼッケンの裏には妻の携帯の電話番号を記し、すぐに救急車で運んでもらおうと考えていた。スタートは本校のハーフマラソン挑戦の2名の先生、リレーマラソンの1名の先生とともにスタートした。第2給水所の8kmまではマイペースで走り、その後スピードを上げて

走り続ける予定だった。しかし、思うように足が出ず、追い抜く人よりも追い抜かれる人数が多くなった。それでも、アルパード橋を走る途中11kmの表示が出迎えてくれ、未知の距離への走りとなった。マルギット島は森林が多く、太陽光線を遮ってくれたため、比較的楽に走れた。しかし、西駅に向かう昇りがきつく、太陽光線と足の痛みに思うように進まない。感覚がなくなってきた両足を思いっきりたいて気合いを入れるが、思うように進まない。時々、沿道に日射病で選手が倒れていた。数人の人が集まって介抱しているが、顔色が悪く、心配である。

18kmの表示を過ぎ、残り3km。給水所で止まって水をもらおうとするが、足が勝手に前に進み止まることがでない。なんとかコップを受け取り水を走りながら飲むが、うまく飲むことができない。両足を幾度となくたたたくが、限界のようである。次週の運動会のことを考え、棄権しようと考えながら走っていると19km地点。ふと顔を上げると、胸にメダルをかけ満足した様子で帰っていく選手を見かける。あのメダルが何としても、ブダペスト赴任の記念に欲しい。健康診断の結果によつては、来年は走る事が出来ないかもしれない私にとつては、今年に挑戦するしかないと思い、再び走り出す。すると、目の前に突然現れたのが、英雄広場。左折して、ゴールと思っていたが、ここから森林の中を折り返さなければならぬ。ここまですると、目の前に突然現れたので走ったら、何としても完走したいと思い、最後の力を振り絞り、ゴールを目指した。ゴール10m前になって、始めて完走を実感した。

嬉しい、21kmを完走できる。妻も私も完走できるとは、正直思っていないかった。そしてゴール。21kmを歩かないで走り通した何とも言えない充実感、満足を感じながら、念願のメダルをかけてもらった。沢山の人々と言葉を交わすことはなかったけれど、ゴール目指し、一緒にこのブダペストの地を走ることができたことは幸せだった。走り終えた私には、今までとは違うちよつと自信がついた自分変わったように感じた。このブダペストの地で、あと何回走ることができるか分からないけれど、走る毎に自分を変えていきたいと思う。

無謀な挑戦だったけれど、力の限り走った、ハッピーな2時間29分39秒でした。



ゴールの瞬間。時計はクロス時間。

## ハーフマラソン参加之記

佐藤 明彦

ドナウ川沿いの道を走りながら、  
こう考えた。

キャップを後ろ向きに被るとツバ  
が背にあたる。前にして風に棹させ  
ば流される。意地を通せば窮屈だ。  
とかくに今日は走りにくい。

暑さが高じると、涼しい所を走り  
たくなる。どこを走っても同じと悟  
った時、ゴールへの自信が生れて、  
自分のペースが出来る。

これまで、およそマラソンという  
ものとは無縁に生きてきた。

それなのに何故今年は参加したの  
か。「美しい街並みを声援に包まれて  
走る快感」を昨年の参加者から力説  
されたことに尽きる。私は山が大好  
きだ。長い距離を歩くのは慣れてい  
る。夏はモンブランにも登った。そ  
んなに楽しいならやってみるか。ゆ  
っくり走れば何とかなるだろう。そ

んな気楽な動機での参加だった。

15 kmまでは、快適だった。美し  
い街並み。暖かい声援。それらを楽  
しむ余裕があった。

しかしそれからが辛かった。暑い。  
熱い。身体が重い。ふくらはぎがツ  
リそう！一昨日から痛み出した歯  
もうずきでした！！1 km 1 kmが長か  
った。給水所がうれしい。

何とかかんとかたどり着いたゴー  
ル。メダルも嬉しかったけれど、そ  
れと一緒にもらったリングの旨さと  
いったら！！

歯の痛みも忘れてかじりついた。



## リレーマラソン雑感

篠崎 篤史

八月二十六日、ナイキマラソン校  
内申し込み最終日に私は決断した。  
リレーマラソンに参加することを  
：。当初、家内と息子がマラソン  
(3・5 kmの部)に出たがってい  
たので私は一番下の息子とおとなし  
く応援する予定だった。が、自分も  
「出たい！」と思ったので、家内の  
了解のもと、リレーマラソンなら  
という条件で参加することにした(ハ  
ーフマラソンは体が持たないよと強  
く反対された：)。

それからである。私はパブリカ通  
信の盛田さんの記事を熟読し、練習  
：ではなく、シューズの重さを量っ  
てみた。記事によると、片方で30  
0 g以下のシューズが望ましいとの  
こと。シューズは2・1 kmのマラ  
ソン参加時に、とりあえず軽そう  
なそこそこのメーカー品を買っていた

のだが、300gという重さまでは意識していなかった。おそろおそろはかりに載せてみたところ、「280g」よしっ、一安心（…って、まだ全く走っていません）。次に距離を体験しようとマルギット島に行き、一周走ることができるかどうかを試してみた。三十五分くらいで走ることができたのでこれも一安心。その後は家のまわりを車で走って距離を測り、自分の練習コースを作った（これも盛田さんの記事からのアドバイス）。それから二三日に一回のペースで、距離と時間に慣れる練習をした。だいたい一時間走りきることができれば、目標の8kmはクリアできそうだと体で感じてきた。が、練習翌日はいつも筋肉痛。やっぱり歳か！いやまだ若い！とその思いは自分で払拭する。

間半、第一走者の仲川先生が中継地点に姿を見せた。仲川先生は私のために、リレーマラソン参加を快く引き受けてくれたすばらしい先生である。そんな仲川先生の力走を無駄にしてはならぬと私は脚に襷をつけ、自分のペースで走っていた。決して飛ばしたつもりはないが、どんな人を抜いていくことができる。結構気持ちがいいもんだ。皆が水分補給所でゆっくりしているときも、私は淡々と走っていた。途中少しのアップダウンがあったがブダペストの街並みの移り変わりや市内を堂々と走っている優越感からか、のどが渇くことをあまり気にすることなく、いつの間にか8kmを走りきっていた。ゴールしたのである。家内の黄色い歓声に余裕で応えた（つもり）。直後の感想は、「何かあつかなかったな、もう少し走れたかもしれない」というのが正直なところである。手持ちのタイムでは、約4

2分。1kmあたり5分ちよい。今までの最高タイムであった。これは結構うれしかった。やるじゃん俺！って少しだけ自己陶醉もした。

その日の夜は家族でマラソン談義に花が咲き、家内はまた別の大会に参加すると今から意気込んでいる（おいおい：大丈夫かよ？）。私はおいしいビールを飲んで明日の仕事に備えて早めに寝た。

次の日、なぜか壮快であった。それは、筋肉痛が起きていなかったからだ。学校で保護者の方々に「先生、筋肉痛大丈夫ですか？」と声をかけられたが、にこっと笑って「大丈夫です！！」と答えることができた。俺ってまだまだ若いかも？って改めて自己満足した瞬間でもあった。



## ダイエットとハーフマラソン

江刈 泰久

プラス10kg。

競馬の馬体重増減を言っているのではない。私自身の体重の話である。2年前、ハンガリーに来てから実に10kg太った。自分のせいで太ったのにマクドナルドを訴えるアメリカ人よろしく、グヤーシュやパプリカチキンのおいしいハンガリーレストランを逆恨みした。

事の起こりは6月下旬のある朝のこと。出張の為、久しぶりに夏用スーツを着ようとしたところ、どのズボンも入らない。慌てて奥から引っぱり出した体重計に乗ってみると、冒頭の二桁増である。目の前がクラクラした。結局この日は恥ずかしながらズボンのフロントボタンを外し、ベルトで隠して「耐え忍んだ。」  
実は少し前から週末時々ジョギン

グを始めていた。それで気を許してしまった。余計に馬鹿食いたのが災いしたらしい。大失敗。

やせるか、スーツを全て買い替えるか。ハンガリーにいて、前者しか選択肢がないのは明らかだった。絶望的な気持ちの中、しばらくたって覚悟を決めた。

作戦1。食事制限。栄養学的には夕食を減らした方がいいのは知っている。ただ美味しい夕食とアルコールを抑えるのは無理な相談だった。自分の場合、晩酌のために1日頑張っていると言っても過言ではない。それがなくなると、たぶん本当に死んでしまう。間食をやめ、朝食と昼食を可能な限り少なくすることにした。

作戦2。9月のナイキハーフマラソンで完走を目指すこと。私が赴任して間もない2年前、これに参加して実に気持ち良かった。この目標があれば多少は運動するし、ダイエツ

トにも拍車がかかるだろう。

それから2ヶ月、苦闘が続いた。とにかくダイエットに苦しんだ。勿論休日ごとに走る負荷を増していくのは辛かったけれど、昼を毎日サンドウィッチ1個だけにしたのが何よりも堪えた。わんこそばなら簡単に120杯は平らげる我が胃がゴロゴロと悲鳴をあげ、気が付くとチャーシューメンが頭に浮かんでいる、という日々が何日も続いた。

レース当日は万感の思いで迎えた。これまで頑張ったぞ、と。一方で完走できるかどうかの不安もあった。「お父さん、頑張って最後まで走ってね」という子供たちからの激励も、軽いプレッシャーとなった。

到着くと会場はすでに人混みが出来上がっていた。ハンガリーに来て間もなく参加した前回は、周りに「外人」ばかりいるこの状況に興奮し

た。今回はそれが無い。この2年で  
多少なりとも環境に慣れたというこ  
とに気づき、得意な気分になった。

レース開始が迫り、スタートの列  
に並ぶ。自信のなさ、自分を出場  
者の列の最後方に足を向けさせた。  
前回、会場アナウンスの檄に武者震  
いをしたことを覚えている。今回は  
並んだところが後ろすぎたのか、ア  
ナウンスが全く聞こえない。やや後  
悔。

スタートの合図も聞こえないまま、  
なんとなく周りが前方へ歩き出した  
ことでレースが始まったことを知っ  
た。スタートラインに辿り着くので  
さえ7分かかった。テンションがあ  
がらない。締りが無いままレースは  
始まった。

気持ちを一変してくれたのは、英  
雄広場の銅像たちだった。スタート  
直後、その雄雄しい姿が目飛び込  
み、前回の興奮を思い出させた。よ  
し。走るぞ。

人ごみを掻き分け少し走るとやが  
て1km看板へ。入りの1km、所  
要時間5分フラット。心拍数は14  
5。うん、悪くない。このペース、  
肉離れを起こした野口みずきが「な  
んとか」走れるスピードと同じ。オ  
リンピックを断念させるほど彼女に  
とって絶望的なこのスピードも、今  
のコンディションの自分にはむしろ  
上出来の数字だった。

やがてこのレース一押しセクシ  
ョン、アンドラッシュ通りへ。車がな  
い大通りを自分の足で颯爽に駆け抜  
ける。ここを走れるのがこのレース  
の最大の魅力だ。今度も期待は裏切  
られなかった。前回よりも自分の感  
覚が景色に馴染んでいた。「もう少し  
いけばオペラハウス」あと信号2個  
先の交差点からイシュトバーン大聖  
堂が見えてくるはず」先読みできる  
自分がいかにも自分をブダペスト市  
民という気にさせる。またまた得意  
気。

この日は暑かった。道全体が日陰  
になっているところはいいのだが、  
道の一部のみ陰になっていると、そ  
の部分にランナーたちが集まる。皆  
と寄せ合い走っていて、2年前とハ  
ンガリー人を見る目が変わっている  
ことに気が付いた。あの時は回りに  
巨体が走ることに少なからず威圧感  
を覚えた。自分のとなりを牛が走っ  
ている様だった。今回はその感覚が  
ない。目が慣れたということか、は  
たまた多少なりとも自分がその牛に  
近づいたということか。

声、鳴り物、演奏などいろいろ  
な応援に励まされ、なんとか市民公  
園まで辿り着いた。完走がみえてき  
て俄然元気になる。これで子供に顔  
向けできる。うれしい。

最後の最後、力を振り絞ってゴー  
ルへ。完走できた。これは6月にた  
てた実行計画に対するゴールでもあ  
った。

最終的に、体重はもとはに戻らなかった。でも2ヶ月でギャップを半分にできた。ズボンのフロントボタンは留められる様になった。レースの楽しみも思い出せた。成功と言っているだろうか。レースが終わって自分に対するご褒美として、2リッターのビールとでっかいステーキを昼間っから食べた。こんな調子でこの体重、維持できるんだろうか？ま、そのことは少しの間、忘れることにしよう。



歓喜の瞬間

## 二度目のハーフマラソン

木村 晶子

2008年9月7日、私は二度目となるナイキブダペストハーフマラソンに出場した。初めてハーフマラソンを走ったのは去年の同大会だった。盛田さんの勧めもあり、自分の中でも「21kmなら走れるかもしれない」という安易な考えがどこかにあったと思う。しかし結果は惨敗。

練習不足、体調不良、そしてレース中の足の故障という悪条件が重なり、何とかゴールしたものの本当に苦しいレースだった。ゴール手前の英雄広場で主人と子供が声援を送ってくれたが、それに応える気力は残っていなかった。と言うより、15km過ぎた辺りからどうやって走ってゴールまで戻ってきたのか、ほとんど覚えていなかった。ゴールした直後、あまりにも苦しいレースだった為、もうハーフマラソンに出ることはな

いかもしれないと本気で考えていた。

ハーフマラソンで痛めた膝はなかなか治らなかった。実は大会の一週間後から家族でスイス旅行を計画していたのだ。(もちろんスイスと言えば名峰を眺めながらの山歩き!) 予定通り旅行に出かけたのだが、心配していた通り、山道を下るときの膝への衝撃が大きく、初めはなんとか膝をかばいながら歩けたが、途中からかなり辛くなってきた。

痛めたのは膝だけではなく、レース中に痛めた膝をかばいながら走った影響で、足の親指の爪がぶんず色に変色し、壊死してしまい、靴を履くだけでも一苦労だった。絆創膏やガーゼやテーピングで毎日保護し、靴も爪への負担が少ないものを選んで履くように気を遣った。結局新しい爪に生え変わるまでに半年以上かかった。

毎年、大会のシーズンは4月から10月で、11月から翌3月までは

シーズンオフとなる。冬の間は外を走るのは厳しいので、主にジムでのトレーニングになる。シーズン中は7、8月を除いては大体1ヶ月に1回2つは大会があり、明確な目標がある。トレーニングにも張り合いが出るのだが、シーズンオフの間は継続してトレーニングしようという気持ちを持続するのがなかなか難しい。結果さぼり気味になる。それでも何とか週1回はジムに行くように心がけ、膝の状態を見ながらステップやランニングマシーンを使ったトレーニングを続けた。膝の違和感や相変わらず残っていたが、それでもトレーニングで脚力がついたおかげで、膝の痛みはだいぶ軽くなり、楽にランニングを続けられるようになった。

3月になり気温も上がり始め、外を走るにも良い季節になってきた。私はマルギット島での練習を再開した。家からマルギット島まで約3k

m、そしてマルギット島を1周(5・2km)する8・2kmのコース、もしくはマルギット島を2周する10・4kmのコースが私の練習の定番だ。マルギット島のジョギングコースは地面が柔らかいゴム製なので足(膝)にも優しい。それから車が走っていないので、排気ガスを気にしながら走らなくて良い点も気に入っている。

4月から始まる大会に向け、参加申し込みをする時期がやってきた。通常なら自分だけでシーズン中に参加する大会を決めるのだが、「今年はぜひマラソン大会に出たい」という友達がいだったので、声をかけてみた。彼女以外にも参加したいという方がいて、2人ともハンガリーでマラソン大会に出るのは初めてということだったので、どんな大会があり、距離はどのくらいで、それぞれの大会の雰囲気はどんな感じかということ、話をさせてもらった。初めて大会に出場

するにもかかわらず、彼女たちとはとても積極的で、そしてとても楽しそうにどの大会に出場するか検討していた。その様子から私も良い刺激を受け、走りたいという気持ちが徐々に高まっていった。

4月に出場したT・C・O・Mでは、個人で6・5kmに、そして主人と子供と一緒に3・5kmにも出場した。息子は4歳にしては体力のあるほうだと思っていたが、途中歩くことなく3・5kmを元気に走りゴールした。よくがんばったと思う。主人の運動不足解消にも少しは効果があったかな。

5月にはフローラ女子6・5kmに出場した。この大会では、1・5mのリレー種目に日本人学校の生徒さんや保護者の方がたくさん出場されていた。

6月のK&Hハーフマラソン・リレーには、残念ながら出場出来なかった。大会の一週間ほど前から体調



を崩し、肺がウイルスに感染する病  
気にかかってしまった。ひどい咳と  
熱と声が出ない状態になり、やむを  
得ず出場を断念した。

7月から8月にかけて、1ヶ月ほ  
ど日本へ一時帰国した。ハンガリー  
も日本も夏は暑いのは一緒だが、大  
きな違いは湿度である。ハンガリー  
は気温が高くても湿度が低いので過  
ごしやすく、外を走るのも苦にはな  
らないが、日本では気温が高いうえ  
に湿度も高く、不快指数が非常に高  
い。従って日中に外を走ろうものな  
ら熱中症にかかる可能性もある。し  
かし1ヶ月も走らないと言う訳には  
いかない。そこで、日本にいる間の  
トレイニングは、日中は避け、週2  
回、早朝（5時起き）走りに行くか、  
もしくは夕方走ることにした。実家  
の近くにある遊歩道を2往復する1  
0kmのコースか、車で15分ほど  
のところにある21世紀の森公園内  
のジョギングコースを1時間程度走

るコースがちょうど良いトレイニン  
グになった。走り続けるうちに少し  
ずつ脚力もついてきて、長い距離で  
も楽に走れるようになってきた。ハ  
ンガリーに戻ってきてから、大会ま  
での3週間の間は、子供が夏休みで  
家に居た為、週末しか走れなかった  
が、大会のちょうど1週間前に15  
kmを走ってみた。6分半〜7分/  
kmとかなりゆつくりとしたペース  
だったが、無理なく走れたので、2  
1kmを完走する自信につながった。  
さて、9月7日のナイキブダペス  
トハーフマラソン当日を迎えた。大  
会の数日前から天気予報で大会当日  
の最高気温は35度！と予想されて  
いた為、水分補給をまめに行い、会  
場に向かった。会場には1時間ほど  
前に到着し、軽くアップをしてスタ  
ート時間まで過ごした。8千人近い  
ランナーがスタート位置に並び10  
時のスタートの合図を待った。私は  
リレーマラソンに出場する堤さんと

一緒に、1時間50分〜2時間の予  
想タイムの場所に並んだ。（実力から  
すれば2時間以上の場所に並ぶのが  
妥当なのだが、）参加人数が多いた  
め、スタートのゲートに迫り着くま  
でに6分くらいかかった。

去年の大会では、周りの雰囲気  
のまれ、スタートから10kmまで  
はゆつくりとトコトコ走りをする予  
定だったが、自分の意思とは反し5  
分半〜6分/Kmで走ってしまった。  
これが結果として後半足にきた。去  
年の苦い経験があったので、今回は  
前半はスピードを抑えて余裕を持っ  
て走ろう、そして後半、とくに15  
km過ぎから元気にゴールまで走れ  
るように余力を残しておこうという  
目標を持っていた。スタートから1  
0kmまで、ほぼ予定通り、6分/  
km前後の良いペースで走れた。今  
回はリレーに出場する堤さんの存在  
も私にとっては良い刺激となった。  
エリジュベート橋からアルパード橋

までのドナウ川沿いの単調なコースで、走りがだれてペースが落ちそうになっても、堤さんも頑張っているからと気持ちを持ち直してがんばることが出来た。

マルギット島でのリレー中継地点で、ゴールまで残りあと約7kmと気持ちを入れ替えた。私にとっての本当の勝負は15km過ぎから、そう去年とても苦しくて何度も棄権しようと思った15km過ぎからだと思っていた。マルギット島からマルギット橋を通り、国会議事前を走った。そして西駅前の立体交差を上る手前でリレーの第2走者の山内さんに追い抜かれていることに気づいた。足はだいぶ重くなっていたが、幸いテーピングとサポーターで保護した膝に痛みはなく、呼吸もまだ辛くなかったもので、ここでペースが落ちないように、でもゴールまで元気に走れるように意識しながら走った。気温は予想通りどんどん上昇し、

太陽はランナーを容赦なく照り付けていた。コースの途中で、何人ものランナーが救護班の人から点滴を受けている姿を目にした。他人事ではないと思った。いつもよりまめに、給水ポイントのたびに水を取り、手足にかけたり口に含んだりして、体の熱を下げるように心がけた。とにかく暑くてそれだけでエネルギーを消耗していく感じだった。

前半よりペースは落ちてしまったものの、足の故障もなく、元気に英雄広場まで戻ってくることが出来た。去年同様、主人と子供が待っていてくれて声援を送ってくれた。今年は元気にその声援に応えることが出来た。英雄広場を通過した後に、更に市民公園内を1kmほど走ってからゴールに向かわなければならず、その1kmがやけに長く感じた。ゴールする500mぐらい手前で山内さんに追いつき、その後はゴールまで最後の力を振り絞り走り、両手を広

げてゴールした。ゴールした瞬間、心の底からうれしさが込み上げてきた。タイムは2時間11分47秒で、目標にしていた2時間には遠く及ばなかったが、それでも自分の走りが出来たことには満足している。

大会のあとすぐに、息子が招待を受けていた幼稚園のクラスメートの誕生日会に駆けつけた。走り終わった後はかなりくたくただったが、朝から大会につきあってくれた息子に私もつきあおうと決めていた。そして17時過ぎにやっと家に辿り着き、長い1日が終わった、そんな感じだった。

ハンガリーにいる間は、チャンスがある限り大会に出場したいと思っている。また異国の地でランニングを楽しみながら続けることが出来、大会に出場するという貴重な体験に恵まれたことに、感謝している。そんな私に協力してくれる主人や息子にも。いつもありがとう。

## 挫折から学ぶ一歩

西村 智美

一歩一歩、地面を踏み込む度に、風を切り、走れる喜びが全身を駆け巡りました。

しかし同時に、途中で挫折し、戻るといふ長女を見放した自分が、とても情けなくなりました。どうしても一緒に歩いてでも、最後まで付いてやれなかったのか。

マラソンは地道で、走るといふことは決して楽ではありません。しかし、次女も達成できた充実した気持ちを、次回は長女と一緒に経験したいと思っています。

自分の足で走るといふことは、己を知る第一歩なのだから。



## 今、走る

升谷 葉子

子供と走る。笑顔で走る。走った後の爽快感。また次走りたいと思わせる。

ブダペストに住み始め、学校を通して覚えたこのミニマラソン。今では我が家のイベントです。

しかしながら、この歳、走るのは正直辛い。走りながら「何で走ってるんだろう？」と自問する。されど、本番の為に練習は不可欠。練習を積み重ねた末の大会は盛り上がる。その楽しさの余韻が、次の大会へと導いてくれる。止められそうにありません。観光名所を堂々と走れる。これまた素敵じゃないですか。

限界の一步手前で足を引き、その笑顔でゴールする。「あー、気持ちいいー」。自然と言葉が湧いて出る。今の私の走り方。今だからできる楽しみ方。

## マラソンを終えて

澤田 直美

「子供の伴走が必要」このことがなければ、私のマラソン参加はありませんでした。マラソンを走るの高校以来のこと、しかも子供の速さに付いていかなければならない。すごく悩みましたが、子供と一緒に走るためと思い、参加を決めました。夏休みから何度か子供と一緒に参加するお母さん達と練習しました。こんなにがんばったのは、久しぶりです。つらいと思っていたマラソンも、いつしか楽しいイベントに変わっていました。本番では、結局子供には付いていけず、伴走はできませんでしたが、私なりに3・5kmを完走でき、とても満足しています。子供達の「参加したい」の一言に感謝しています。

## マラソン雑感

宇城 美奈子

なりゆきで「ナイキブダペストマラソン」に出場することになった。と言っても、3・5kmのファン・ランの部である。メインのハーフラソンのオマケのようなものだ。小2の息子のお供というスタンスで、且つ、異国での「思い出作り」的な意味合いでの参加だった。

長い距離を走るのは、十数年ぶり。ハーフリレーマラソンで、5km区間を走って以来だ。その時も、積極的に手を挙げたわけではなく、やはり、なりゆきでの出場だったのを覚えてる。

重い腰を上げ、ようやく走る練習を始めたのは、大会の一週間前のことだ（主人と息子はやや早く一ヶ月前から）。元来、スロースターターで、また、あまり早くから練習を始めても、途中で息切れし中弛みしてしま

うからである。

兎も角、一週間の鍛錬を経て、いよいよ大会当日となった。ノリのいいポップスの大音響の中、ハーフラソン及びリレーマラソンがスタートした。参加者の年齢や風体は様々。招待選手らしき人もいれば、かぶり物をした人もいる。極めつけは某スパーの制服を着用し、ショッピングカートを押して走る人。大会スポンサーになるより安上がりで、よい宣伝になるのだろうか。

10分程かけて怒涛の様な人波が去ると、3・5kmランの部がまつたりとスタートした。赤ちゃんを乗せたバギーを押して走るお姉さんもある。結構速い。とても追い付けない。息子というと、主人と遙か前方を走っている。どうやら、お供のお役目は果たせそうも無い。こうして、特にいいところも無く、私の挑戦は終わった。

参加賞の水を飲み休息をとって

ると、マラソンの出場者が続々と戻ってきた。優勝者はインタビューを受けているようだ。しばらくすると、辺り一面、完走した人たちでいっぱいになった。ショッピングカートも帰って来た。へたるように座り込んで、ピクリとも動かない人もたくさんいる。大丈夫かと、見ているこちらが心配になってくる。

「過度な運動は、却って体に良くないんじゃない？」と、酸っぱいぶどうを食べなかった私は、心の中で呟いてみる。ぶどうの味を知っている彼らには、私の声など届かない。



## 釣り部

### マグロの話

谷川 浩明

今回は日本人に馴染みの深い、釣り人にもっとも馴染みのない魚、マグロ。

なんせ、この魚で2時間のテレビ番組が組まれてしまうくらいのグレイトさです。

特に本マグロ（黒マグロ）、日本近海それも青森県は大間の一本釣りで挙げられたモノなど、年末の市場価格が1キロ11万円を下らないお魚の王様です。

では皆さん、本マグロには大きく分けて3種類在る（学術的＝DNA分類）のをご存知ですか？

#### ① 太平洋黒マグロ

日本近海に回遊してくる。近海

モノは海のダイヤと呼ばれ、一部の幸運な方に食される。

#### ② ミナミマグロ（インド洋マグロ）

#### ③ 大西洋マグロ、地中海マグロ

読んで字の如し。それぞれの海を回遊し、回転鮓屋等でポピュラーに食べられているのがこの2種。

この3種の中で最も大型化するのが、大西洋、地中海マグロ（最大700キロ）、次に太平洋黒マグロ（最大550キロ）、インドマグロ（最大500キロ）の順になり、釣り人が釣った最大（世界レコード）は1976年カナダで挙げった大西洋マグロでなんと679キロ！！とんでもない大きさです。

このとんでもないマグロを釣ろうと、何度か私も挑戦した事があります。

最初は7年程前、日本海は島根県見島沖の八里ヶ瀬。先に述べた青森県大間と同じく日本近海には数ヶ

所マグロがつれるポイントが在り、ここもそのひとつです。

ただ大間を始め何ヶ所かは、遊漁いわゆる釣り（船釣り）を行うことが出来ません。その訳はマグロの商業価値が非常に高い為、漁協（職業漁師）が遊漁に開放出来ないからです。

また、遊漁を許されたポイントでも様々な制約が在ります。見島沖を例に上げると、禁漁期間があるのは勿論、釣りが出来るのは7時～16時。釣りをしている間船は移動出来ない（イカリを打ってその場に固定）。等々細かな事を上げれば釣り方にまで及びます。

#### マグロ漁は博打

マグロ専門に狙う漁師もがそろって口にする言葉、釣り人にしても同じです。

当時、一回一艘チャーターして、12～15万円。仲間を集めての同



船も3人が限度です。決して船が小さい訳ではありません。釣りが成立しないからです。

これは見島沖の釣り方から来ている。普通船釣りというのは船下に釣り糸を垂らして釣るものと思ってしまいがちですが、違います。ここでは潮（海流）に乗せて仕掛けを流すのです。

長い時には150m。それを5本も10本も流してしまふと絡んでしまう。3本||三人が限界なんです。そこにオキアミ大を二握りぐらいつつ仕掛けに絡む様、海に投入し続けます。エサ代だけでも相当なモンです。

それでも沖に出られれば良い方。海が荒れてポイントに行けない、出船出来ないことがほとんど。結局、鯛かヒラマサを釣ることになります。道具にしても大きなタイコ（両軸）リール、物干し竿の様に太く、短いロッド、50キロの物を吊り下げて

も切れないぶっ太いナイロンライン・・・ そう数年前「芸能人南海なんか大物釣り」ってなテレビ番組で俳優の松方弘樹さんがカジキを釣るのに使っていた道具そのままです。

この松方セット。リールも良い物だと30万円以上、ラインからして軽く2万円はします。ここまで行くと、もう博打と言うより自虐行為です。

さすがにそんな道具を購入するとは出来ず、当初は松方セットをレンタルしていました。2シーズンはボーズ（釣れないこと）で過ごしましたが、その間私の中である計画、構想がふつふつと沸いていました。その計画とは無謀にも「手持ち竿でマグロを釣る」と言うもの。

私がボーズの間、同船した釣友が釣挙げるマグロは大きいもので20〜30キロ級。これなら、30〜50キロのヒラマサ、カンパチ用のジ

ギングロッド（ルアー竿）で恐らく釣り挙げる事が出来る！ これなら、松方セットのように高額に成らずにすむ！！

ただ問題はラインです。通常使用するラインでは私の想定しているリールに200mも巻けません。釣友と一緒にあれやこれや考えた挙句、5号のPEライン+30Lbのナイロンラインのシステムを採用し、500mのラインキャパを確保しました（この辺りを記事するとスゴく長くなるので、別の機会に・・・）。

そして迎えた3シーズンの2度目で、とうとうマグロを抱ける幸運が私にもやって参りました。

米国製大型スピニングリール独特のカン高いドラグ音を発しながらラインがどんどん出て行きます。マグロが掛かって少しの間はワザとラインを出し、針掛かりを完全なものにします。ここで合わせを急いだり、

待ち過ぎたりするとバラしてしまいます。

船頭（せんだう＝船長のこと）の合図で、ドラグを締め込み、ロッドを立てると私の体に魚の生命反応がイッキに襲って来ます。「走る！」。魚がある程度弱わらないと今以上ドラグは締められません。魚が元氣な内に、スーパードッシュされると魚のランにドラグの滑り出しが追い付かず、ラインが切れてしまうのです。

ほどなくして魚の走りが弱まり、私の真っ白な頭の中に色彩が蘇ってきます。勢い良く引き出されたラインは200mも出ていません、潜ってもいません。こちらに状況が判断出来るだけの気持ちの余裕が生まれれば、ライン角度とランに注意して魚と遣り取りが出来ます。三度程だったかな？ 短いランをした後、その魚はキャッチ出来ました。

挙がってきたのは、16キロの黒

マグロの若魚「ヨコワ」です。サイズこそヨコワですが、私にとっては今でも鳥肌が立つような記念の一尾です。

その後、一度釣行を試みましたが釣れず終り・・・それ以来釣行は叶っていません。

後日知ったのですが、釣り人の黒マグロ 日本レコードはここ見島沖で釣られた「350キロ」との事。これを事前に知っていたら、手持ち竿で挑むことは無かったかも知れません。

しかしこの夏、日本に帰国した際に再びマグロ釣りに挑戦するチャンスがありました。それもルアー釣りで！ 日本ではここ二、三年ルアーでマグロを狙う遊漁船が増えており、特に九州ではかなりの実績が上がっています。そこで友人の誘いもあり、長崎に行って参りました。道具はGT（ジャイアントトレバリー

＝ロウニンアジ、アジ科の大型魚で最大70kgになる）を狙う物でOK！ 幸い私はこの道具を持ち合わせているので、ルアーを数点買い足せば準備完了。

釣り方は先の見島沖とは違い、マグロの回遊ルート、ポイントを次々廻り マグロを見つけてはルアーをキャストするというもの。見島の釣りが静なら、こちらは動の釣りです。結果はと言うと、マグロはボーズ（泣）。雨が降り続いたのと、マグロを発見することが出来ず、底物のハタやカサゴに狙いを変更して釣るザンネンなものに成りました。まっ、これはこれで楽しいんですけどネ！ 友人の前フリで「アベレージ30キロのキハダ（キハダマグロ）が釣れとる」 「キハダがダメでも12kgのヒラマサがTOP（水面をルアーで誘う釣り方）でバンバンじゃ！」・・・私をコーフンさせる言葉責め。もお釣ったもどーぜ

そんな折、書店である一冊の本を見つけました。「サバがマグロを産む日」。ハートブレイク中の私が、今回マグロをお題にし、記事にしたのはこの本の影響かもしれません。

この本、東京海洋大で行われている講座を纏めた物ですが、お堅い本ではありません。講師の中には芸能人の「さかなくん」も居ます。無知な私にも解り易く、日本からの機内でイツキ読みしてしまう程興味を魅かれるものばかりでした。その中でも本の題材になっているサバにマグロを産ませるための技術。

一言でいうと「へええ」という、驚きの内容です。カンタンに紹介させて頂きますと、「DNA操作なしで同目，同科のサバにマグロを産ませてしまおう」という所謂バイオテク

ノロジィのお話。マグロの卵巣（卵）  
精巣（精子）を作るための原始細胞  
（細胞の基になる）をサバの稚魚（赤  
ちゃん）に注入。大人になったサバ  
が産むのは完全無欠のマグロ！！  
これだけではチンプンカンプンでし  
よ！？でも私がこれ以上書くには  
ページも時間も足りません。何より  
この本を読む楽しみが無くなってし  
まいます。チャンスがあれば一度読  
んで下さい。おそろく釣りや魚に興  
味が無くても、雑学ネタ好きな人は  
喰いつき度120%だと思います。



『サバがマグロを産む日』(つり人社)。ほど良くサシの入ったマグロの赤身握りが表紙を飾っています。

終盤は釣りの話ではなく、なつてしまいましたが、たまには釣り以外のことに目を向けるのも悪くないです。それと今回は、大きなコト（大物釣り）を書いてしまいましたが、実は私小物釣りもソートー（とっても）好きです。

まっ、釣れるモノは何でも好きなワケですね（笑）  
節操がないと言われればそれまでですが・・・釣り好きってそんなモンです！

## テニス部

初心

保坂 昌宏

テニスを始めてかれこれ18年、と書いて気がついたのですが、私は人生の半分以上をテニスと共に歩んできたことになりました。

もうだいぶ昔のことになります。が、テニスを始めた頃の強烈な印象は今でも忘れられません。ただただボールが打ちたくて、真夏のハードコートでも休憩することなく、真冬のコートでは雪かきをし、雨が降った日は天を恨み、とにかくテニスをすることに飢えていました。

高校時代はテニススクールに通うお金もなかったので、毎月テニスクラシックやテニスマガジン等を立ち読みしては、プロの連続写真を目に焼き付けてみたり、試合に出れば初戦敗退なのに友達とウィンブルド

ンのセンターコートで将来再開する約束をしてみたりと（未だに試合を見に行ったこともありませんが）、完全なテニス馬鹿でした。

といっても時間が経つというのは悲しいもので、就職し、社会の荒波にもまれるうちに（？）、そんな情熱もすっかり冷め、すべては良い思い出になり、近年では健康維持を目的にテニスをする程度の日々を送っていました。そしてハンガリーに赴任し、初めての海外生活で慣れないことも多く、運動不足やストレスを解消するためテニスができたらいいなと、そういう気持ちで土曜テニス部の門を叩きました。

ところが、土曜テニス部で繰り広げられていたテニスは、まさに私が忘れかけていたものでした。時間は3時間でコート2面。だいたい8人前後が出席するので、3時間ほとんど試合をしっぱなしです。メンバーは皆さん本当にテニス好きで、だか

ら当然レベルも高く、最初の頃は、久しぶりのテニス三昧の環境についてゆけず、足はつるは、筋肉痛になるは、手にまめはできるはで、これまでの自分の体たらくぶりを十二分に痛感させていただきました。

おかげで現在はテニスの楽しさを思い出し、メンバーの皆さんに負けぬよう精進をしているところです。テニスに限らず、趣味の良いところはそれをやっている瞬間はすべてを忘れて没頭できることだと思えます。私もすべてを忘れて、ボールの動きに集中できたとき、考えるよりも早く体が動いたときの充実感やテニスが終わった後の程良い疲労感がとても好きです。

恐らく私はこれからもテニスを続けると思います。せっかくよみがえった初心を忘れることなく、年をとっても、若者を技術と経験できりきり舞いさせるような、そんな素敵なおじいさんになりたいです

## ウィンブルドン・チャンピオンが やってくる

小松 裕文

十月の中旬にボルグVSマッケンローの試合がブダペストであるが観戦に行かないかと日曜日テニスクラブのメンバーからのお誘いがあった。勿論OKの即答をした。

ビョルン・ボルグ(一九五六年生まれ、五二歳)、ジョン・マッケンロー(一九五九年生まれ、四九歳)は一九八〇年前後、日本にテニスのブームを起こした名テニスプレーヤーだからだ。

折から日本では衛星放送が普及しだした頃で、彼らのゲームはその電波に乗って日本中に流され大勢のファンを魅了した。

特に八〇年のウィンブルドンのファイナルは延々四時間に及ぶ壮烈なゲームでテレビの前を離れがたかつ

た記憶が残っている。十回位のマッチポイントをマッケンローはしのぎ、最終セットにもつれ込んだ。残念ながら最後はボルグの正確なショットに屈してしまった。

八一年のウィンブルドンのファイナルは再びマッケンローVSボルグ。この試合はマッケンローがボルグに勝ってウィンブルドンのタイトルを初めて手にした。一方のボルグは七六年から五連覇を続けてきたが、これ以後ウィンブルドンのタイトルを手にすることはなかった。

マッケンローはこれから数年間絶頂期を迎え、ボルグは以後グラントスラムのタイトルから遠ざかっていった。

マッケンローの持ち味は左腕から繰り出す独特のスピンスービス(対戦相手にほとんど背中を見せる極端なクローズスタンス)&ボレー。リタインのときもライジングからネットダッシュ・ボレー。常にネットヘネ

ットへの典型的な攻撃的ネットプレーヤー。最近のテニスの試合ではこのタイプの選手は見かけなくなってしまった。ピート・サンpras、女子のマルチナ・ナブラチロワがこのタイプの選手だっただろうか。

ネットプレーを得意にしていたからこそシングルスのみならず数々のダブルスのタイトルも取っている。グラントスラムではシングルス七回、ダブルスでは何とそれを上回る九回のタイトルを手になっている。シングルスもダブルスでも世界ランキング一位になった数少ないプレーヤーであった。

彼の試合振りは感情を表に出すことが多く、判定に不満な時にはしばしば審判に文句をつけたり悪態をつくことも多かった。そのため彼のニックネームは「悪童マッケンロー」だった。

これに対してボルグは「アイスマンボルグ」「鉄人ボルグ」のニックネ

ームが示すように常に冷静で沈着、試合中には決して感情を表すことがなかったように記憶している。彼の特長はフォアハンド、両手打ちのバックハンドともに正確無比なトップスピンのグランドストローク。

グランドスラムの優勝はウインブルドン、全仏の六回の計十一回。しかし球足の速い全米、全豪での優勝はなかった。

二人の出場する大会の名前は「テニス・クラシック」。十月九日、十一日、パップ・ラスロー・ブダペスト。スポーツアリーナで開かれる。二人の他にはウインブルドン・チャンピオンになったこともあるパット・キヤッシュ、全仏のチャンピオン、トーマス・ムスターなど往年の名選手八人が出場するが最終日の決勝はボルグVSマッケンローの顔合わせになることは間違いないだろう。

日曜日午前テニスクラブでは初心者でも気楽にプレーできる。初心者にはストローク、サーブなど基礎メニューも用意されている。

老若男女、ビギナーからベテラン（テニス暦の長い人）まで参加者は多彩。夫妻での参加者は勿論、家族ぐるみで参加者も二組いる。「りく君」、「まほちゃん」は将来の錦織圭選手、杉山愛選手を目指してトレーニング中だ。

子育てでテニスから遠ざかっている方は一度子ども連れでのぞいてみては如何でしょうか。

練習は毎日曜日、午前九時、十一時の二時間、会場はこの冬シーズンからモスクワテール近くのマツチポイントのクレイコート（従来はヴァーロシュマヨルのハードコート）  
会費は参加人数によって左右される、がおおよそ夏季一万フォリント、冬季二万フォリント。ヴィジターは一回一千フォリント。ヴィジターも大

歓迎だが、できれば事前に連絡をしてもらえればベター。

幹事は的場英門。Eメールは

[h-matoba@exedy.co.jp](mailto:h-matoba@exedy.co.jp)





## ゴルフ部

それ行け！ゴルフ道！

佐々木 健

1997年夏ベトナム・ハノイ郊外

「ハ・チー！ シェルシェル〜・・・ハ・チー！」  
「オー！ ナー！ アイン オイ、ヌア デー、ナー（あらまう！ お兄さん、もう一発だね〜）」

灼熱の太陽の下、ミストサウナの如く暑いハノイ郊外のゴルフ場で僕はアオザイと日傘を掛けたキャデイのお姉さんから打ち直しのボールを受け取っていた。暑く茹だる天気よりも、上手くないかないゴルフに脳天は沸騰していた。「なんなんだ、このスポーツは？ 動かないボールのくせに、たった130m先を狙うのに、なんで真横に20mに行くんだ？ まったくもって面白くない。暑いし、負けるし、数分からなくなるし」。これがゴルフに出会った当初の僕の思

い出である。仕上がり140前後のスコアで腰が抜ける脱力感を今も忘れない。長年野球部時代を過ごし、球技には自信を持っていた自分がわずか直径4センチの動かないボールに翻弄される自分に衝撃を食らっていた。

その頃僕は「ベトナム語学研修」という任務を受け約2年弱の学生生活に逆戻りの辞令を受けていた。車有車はバイク。スーツから短パン・Tシャツ・ビーチサンダルに衣替えし、語学の習得に励む日々（の予定であった）。そこで語研仲間と始めたのがゴルフ。飛ばそうと思うと飛ばず、右に打とうと思えば左へ、上げようと思えば下へ、止まれと思えば転がり、まったく思いとは真逆な結果に導いてくれるのがゴルフの歓迎方法なのである。沸騰する頭を抱え市内に戻った僕は、自然とペンからクラブへ持ち替え、正確に言うところからクラブへの頻度を上げ、そ

れからの2年弱「ベトナム語学研修生兼ゴルフ研修生」といわれる日々を続けた。次第に「ハ・サー！」という泣きたくなる情けない音から、「グ・グ・グ・グ・グ」というライフルを発射したような重低音がでるにつれ、心地よい衝撃波が腕から脳へ伝わる快感が全身を包みだす。同時に150m先のピンターゲットに対して、真っ直ぐ打ち出される弾道は視覚的にも「キマツた」瞬間を演出してくれる。そして何よりゴルフが全身を奮い立たせ、虜にしてしまう瞬間はその直後に「ハ・グ・グ・グ」と白球がピン横に張り付いた瞬間である。

その瞬間を求めて打って打って打ちまくり、「ゴルフ道」の坂を全力で走り出したのである。が、人生、立ち止まる時も必要で、余りにもゴルフに「ハマリ」過ぎたのか、語学を勉強しすぎたのか、蚊に刺されテング熱にかかる羽目となり、2週間のシンガポール緊急入院。「中庸が肝

要」と身をもつて知る研修でもあった。

## 2003年夏・シカゴオリオンピニア ールズ 全米オープン

僕はロングホールのグリーン横に腰掛けていた。240m先の人影がスイングすると数秒後に「サッ！」と硬い打撃音が聞こえ、「*スッ、スッ、スッ*」と弓矢が飛ぶような音が聞こえる。そして直後に「*スッ、スッ*！」とグリーンに白球が叩きつけられる。「驚愕！」である。北米駐在時に観戦した全米オープンは世界の技術の高さと人間の可能性を教えてくれる場面であった。ここでゴルフの崇高なレベルを知り、ゴルフに対して謙虚な思いができたような気がする。「そんな風に打ってみたい」と言う「理想」と「あつ！チョロった。」と言っている「現実」を常に持ちながら、少しでも理想に近づこうと試行錯誤する事が、趣味としてのゴルフを楽しむ

事なのかな、と。

## 2008年秋・ハンガリー

今年もゴルフを満喫できる喜びに小躍りする週末が続いている。しかも欧州の恵まれた夏に存分楽しめるのは非常に贅沢な喜びであり、仕事環境とゴルフ仲間と家族に大いに感謝。特に家族においては「早朝ゴルフだから昼以降は大丈夫！」と掛け声一番飛び出し「ただいま」と共にビールを飲み干し、気づくと夜8時のダメオヤジ全開状態の中、程よく放し飼いで頂く奥方に感謝。

これから益々ゴルフの深みに入って行くと思うが、理想と現実、快感とストレスと仲良く付き合いながらこの「ゴルフ道」を気長に登り続けて行きたい。

さて話は変わり、当地では日本人ゴルフ部会があり、会社や年齢を超えたゴルフアーの集いが4月から1月まで開催され、マッチプレーや

JETRO 4ヶ国カップ。など多彩な催しがあります。初心者からシングルまでラウンドや飲み会など非常に盛り上がっております。奥様と一緒に、または友人とご一緒に是非ハンガリーのゴルフを一緒に満喫しませんか？



## 水球への誘い

長沼 敦

皆さんは『水球』というスポーツをご存知でしょうか？日本では馴染みの薄いこのスポーツ、ここハンガリーでは絶大な人気を誇る競技の一つなのです。

先に行われた北京五輪では、ハンガリー男子代表がシドニー、アテネに続く3連覇を成し遂げました。人気と実力を兼ね備えたハンガリーはまさに「水球大国」なのです。

水球は、プールに作られたタテ30m×ヨコ20mのフィールド内で、二つのチームが水上に浮かべられたゴール（高さ0.9m×幅3m）にボールを入れあい点数を競う競技です。細かなルールは違いますが、水中で行うハンドボールと想像するのが分かりやすいと思います。プールの水深は2m以上と定められており、

選手達は足がつかない状態でプレーしています。ボールは450g程で、大きさはバスケットボールより一回り小さく、外周70cm程です。

試合時間は8分間を4ピリオド行います。ただし、反則や得点時には時計が止まるので1ピリオド15分程かかります。選手紹介から試合終了まで1試合を観戦すると大体1時間程度になります。

試合はゴールキーパーを含めた7人対7人で行われます。試合中何度でも交代は出来ますが1試合に登録出来る人数は13人と決められています。

水中で行われているため、反則が分かりにくくはじめてご覧になると戸惑うことがあるかもしれません。また、サッカーのように反則があるたびにプレーが中断されないため、ルールがよく分からないままに試合終了してしまうことが多々あるようです。実際、私も競技を始める前は

そんな経験をしています笑！そうならないよう、簡単にルールの説明をしておきましょう。

反則は軽微なものとされるオーディナリーファウルと、競技進行の大きな妨げとなるパーソナルファウルに大きく別れます。

オーディナリーファウルは防御時にボールを持つていない攻撃側の選手に対し、自由な行動・動作を妨害する行為です。それを行った場合、審判は「ピッツ！」と一回笛を吹き反則を知らせ、攻撃側の選手に対し自由にボールを投げられるフリースローの権利が与えられます。反則の位置がゴールより5m離れていれば攻撃側の選手はフリースローを直接シュートすることが出来ます。

攻撃時には相手選手を押す、ボールを沈める、ボールを同時に両手で扱う、攻撃時間30秒以内にシュート出来なかった場合などオーディナリーファウルとなり、相手チームに

攻撃権が移ります。この場合は「ピッ、ピーッ!」と2回笛が鳴ります。

試合をご覧になれば分かりますが、笛が鳴る回数がとても多いことも水球の特徴の一つです。お近くのプールから笛の音がたくさん聞こえてくるときは、水球の試合をしている最中かもしれません!

パーソナルファウルは主にディフェンス中に多く行われ、相手選手を捕らえる、沈める、引き戻すなどの行為があります。また相手フリースローを妨害することや、シュートやパスを両手でブロックする行為も同様です。パーソナルファウルが発生した場合、審判は激しく笛を鳴らし、反則者の番号を手で知らせます。反則者は20秒間、もしくは攻撃権を獲得するまで競技に参加することが出来ず、自陣ベンチ前の再入水ゾーンに待機しなければなりません。パーソナルファウルが起こると数的不利、有利の状態が発生し、試合

を左右する大きな局面となります。この状態をいかに阻止出来るか、生かせるかが勝敗に大きく影響しますので試合を観戦するポイントの一つです!

パーソナルファウルを3回行うとその試合には出場出来なくなります。またパーソナルファウルの中でも悪質と見なされる場合、特に暴言や乱暴なプレーに対しては1回で退場処分となります。また、非常に悪質であるとみなされると、そのチームは数分間、一人少ない状態で戦わなければならぬ場合もあります。水球の場合は水の中から出なければならぬので退場ではなく「退水(たいてい)」と言います。

パーソナルファウルの中でも、その反則が無ければ得点出来たと予想される場合には攻撃側にペナルティースローが与えられます。ペナルティースローはゴールから5m離れた位置からフェイントを使わず一連の動

作でシュートをしなければなりません。ゴールキーパーと1対1の緊張の一瞬です!

おおまかにルールを説明してきましたが、水球のイメージが少しは湧いてきたでしょうか?

水球は水中で体をコントロールし、ときには水着が見える程ジャンプし(もちろんプールの底に足はつきません!）、ボールを巧みに扱い、投げ、またときには相手選手を掴んだり、押さえたりと、とてもハードなスポーツです。そのため選手の体は皆鍛え上げられており、まるで古代ギリシアの彫刻のようです!

百聞は一見に如かず。世界トップレベルのプレーを体感しに来ませんか? 興味をお持ちの方は是非ご連絡下さい。

水球に関するお問い合わせは  
atsushi922@hotmail.co.jp まで  
著者ブログ

<http://waterpolonuma.jugem.jp/>

## ソフトボール大会報告

皆さんこんにちは。今大会の実行委員を勤めさせて頂きました、小松と申します。

先日の9月28日(日)前日までのどんよりとした天気が嘘の様に晴れ渡った秋晴れの中、今年度2回目となるソフトボール大会が盛大に開催されました。

大会は、今回で2回目の参加となるハンガリーソフトボールチームも加わり、全15チームでのトーナメント方式による試合が開催され、熱戦による熱戦が繰り広げられました。

今回より新ルールとして加わった「スローピッチルール」で、当初ルールを巡って多少の混乱が出るのではないかと予想していましたが、大きな混乱もなく、無事最後まで終了する事が出来ました。

試合の方はスローピッチが採用された事で予想通りの打撃戦となり、

逆転に次逆転の試合が多くありました。そんな中抜け出したのが、アルパイン。一回戦目から打線が爆発し、見事決勝進出。決勝では住友商事との戦いとなり、中盤まで2点、3点差を争う緊迫したゲーム展開となりましたが、最終的には若干平均年齢が下回る?? アルパインが接戦を制し4大会ぶり2回目の優勝杯を手に入れました

全体的には、弁当の遅れもあり、試合進行に若干の遅れが生まれましたが、大きな怪我人もなく、無事終了出来て大変良かったと思います。個人的には試合終了から翌日、翌々日にかけて太ももの筋肉痛に悩まされ、年の衰えを痛感する大会となりました。

最後に今大会にご協力頂いた関係者の皆様、また、選手として応援として参加頂いた方々、本当にお疲れ様でした。

### 試合結果

- 1位 アルパイン
  - 2位 住友商事
  - 3位 サンヨー
  - 4位 日本人学校
- ホームラン王  
アルパイン 高崎さん(12本)

### 日本人会・日本人学校 共催運動会

今年の運動会は、これまでの運動会とは異なり、事前の準備にたいへん時間のかかるものでした。日本人会の皆さんと日本人学校とで何度も話し合いを持ち、やっと当日を迎えることができました。

当日の気候や時間超過の問題や日程の問題等、様々な問題点はありましたが、私たちが目指した「みんなで作る運動会」の姿を、当日の皆様の姿に垣間見ることができました。童心に返

って玉入れや綱引きに興じる姿、真剣にバトンをつなぐリレーの姿、様々な顔がそこには見られました。

もちろん日本人学校の児童生徒にもその姿がありました。少ない時間の中、組体操やソーラン節を練習する姿、応援合戦で見てくださる方たちを楽しませようとする姿、日本人学校の児童生徒も今回の運動会の目指す所を十分わかっていたのではないでしようか。

来年度以降もこの運動会が、ハンガリーにおける日本人の大事な行事の一つになることを祈念しつつ、最後に日本人学校の児童生徒を代表しまして、中学部三年生「島戸美月さん」の運動会の感想を紹介します。

「私が今年の運動会で一番嬉しかったことは、赤組の団結、そして応援だった。運動会前の最後の練習で、私はみんなに”自分が競技中でないとき、応援席にいるときは、頑張っている秋あぐみの仲間を応援してね。”こう伝

えた。そして当日、赤組のみんなは必死になって仲間を応援している、このことが一番嬉しかった。つらい練習も共に乗り越え、知らず知らずのうちに赤組には”キズナ”が生まれていた。中にはエールの時の私の振り付けを完全にマスターして踊っている小さな子すらいて、思わず涙がこぼれそうになった。

思えばここまでの道のりは険しかった。集合するのは遅いし、みんなをまとめる以前に応援団がまとまっていないし、なかなか応援のアイデアが決まらない。私自身もみんなの前に立つと、緊張して訳の分からない言葉を言っていたこともあった。悩んだ二週間だった。おまけに声はかれ、毎日が忙しく……。赤組の旗に”悔いのない運動会にしたい”そう書いた。今年は日本人学校最後の運動会。私も赤組にも”悔いのないものにしたい”その一心だった。最後のリレーが終わり小さな子が私に向かって駆けてきた。”

団長さん、聞こえましたか。私たちが、赤組の応援メドレーを歌って応援しました”私の思いはみんなに伝わっていた。最高の運動会だった。悔いはない。

やり遂げた達成感と、みんなへの感謝の気持ちでいっぱいだ。”何事もやればできる。何事も挑戦すれば道は自ずと開ける。私自身が一回り成長させてもらった”。

