

## 第18回 WRJ 新春ランニング感謝祭開催!!



ハーフマラソンのスタート

### 第18回 WRJ 新春ランニング感謝祭に参加いただきありがとうございました!!

2月5日(日)、晴れのち曇り一時雨。穏やかな天候の中、「第18回ワールドランナーズ・ジャパン新春ランニング感謝祭」を川崎市多摩川河川敷の古市場競技場で開催いたしました。ここ数年、冬型の気圧配置による強風が襲い掛かる古市場競技場、天気予報は雨模様で心配していましたが、時折小雨が降る程度ですみ、助かりました。この日も幾多の大会がある中、WRJの新春ランニング感謝祭に参加していただいた358名のランナーの皆さん、朝早くから集まっていた52人のスタッフ・ボランティアの皆さん、ありがとうございました。おかげさまで無事今年も開催することができました。

スタート前は、薩田さんの太極拳ストレッチで股関節から全身を緩め走る準備を整え、SunnyさんのWRJが支援するタンザニアの国家独唱とアフリカの太鼓ジャンベの演奏のリズムで見送られて、スタートを迎え、走った後は、チームユニトーンのジャンベ演奏、「ものまねアスリート芸人」M高史さんの物まねショーにジャパササイズ体操、渡部雄太さんのキーボード演奏、そして閉会式と抽選会、一日楽しんでいただけましたか。

今回のチャリティー245,298円(参加費から開催費用を引いた額)は、「地球上から慢性的な飢餓を終わらせる」、「日本に、走ることを通じて貢献するという新しい文化を創作し、根付かせ、拡大していく」というWRJの活動資金とさせていただきます。

今年はアフリカ支援先への視察ツアーを計画しています。現地を見て聞いて感じて、より良い活動にしていきます。「走る」に関しましては、第二日曜日開催の「定期ラン」に加え、「平日夜☆Funラン&ウォーク@皇居」も始めました。10月のグローバルフェスタの開催地変更により休催している「チャリティーラン」を復活させたいと考えています。

今年もワールドランナーズ・ジャパンに、ご協力よろしくお願いいたします。

第18回 WRJ 新春ランニング感謝祭 実行委員長 佐藤 高志(WRJ 副代表理事・運営委員)



|      | 参加者数  | エントリー数 | 参加率   |
|------|-------|--------|-------|
| ハーフ  | 256 人 | 314 人  | 81.5% |
| 10km | 76 人  | 90 人   | 84.4% |
| 5km  | 26 人  | 32 人   | 81.3% |
| 合計   | 358 人 | 436 人  | 82.1% |

# 新春ランニング感謝祭開催結果報告

《当日の気象 10 時時点 気象庁データ 横浜》

天気：晴（11:30～雨） 気温：7.7℃ 湿度：41%

平均風速：1.4m/s 平均風向：北北西

《チャリティー》参加費+寄付金-開催費用 245,298 円

未使用はがき、書き損じはがき、未使用切手を寄付して頂いた皆さん、ありがとうございました。

## スタッフ・ボランティア(52 人)の皆さん

加藤 典宇暉 佐藤 高志 矢崎 芽生 細貝 博 シンサト 馨 鈴木 香子 中田 彰生 金子 良太 久保 正義  
 ドゥヒョン 大淵 秀仁 杉浦 正宣 和田 基靖 齋藤 健三 加藤 悠太 嶋永 誠二 飯田 正一 日下部 博子  
 田口 達 住吉 健 原 沙也子 竹田 佳代 宮原 梨菜 吹越 彩音 松本 真理子 土居 宏 小川 望 小林 正明  
 久留 義寿 山中 麻衣子 伊藤 沙希子 森 弘次 大出 恭子 大野 みどり Sunny 薩田 有紀代 初鹿 冬奈  
 堀井 陽南 久保 順子 高津 直樹 原田 芳明 細井 八千代 多田 育代 佐藤 翔 江崎 礼子 小林 恵子  
 菊池 芳恵 渡辺 隆司 土井 研 佐藤 高正 清水 幹雄 菊地 広孝 (敬称略)

ありがとうございました！！



太極観伝道師の薩田有紀代さんによる準備体操

## 古市場陸上競技場レポート

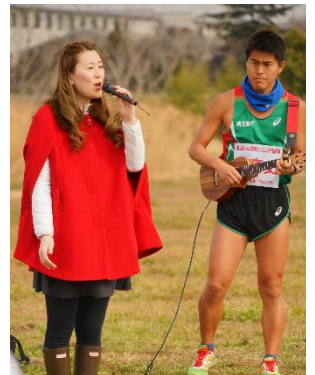
楽しい大会を目指して様々な催しをご用意。太極拳世界大会優勝者の薩田さんによるストレッチ感が半端ない準備運動。寒さによる怪我の防止には最適でした。開会式は WRJ アンバサダー Sunny さんによるタンザニア国歌独唱が緊張をほぐし、号砲 30 秒前から鳴り響いたアキさんのアフリカ太鼓ジャンベは一気に興奮をピークまで到達させました。

その裏では、東アフリカでも飲まれる「チャイ」を、社会貢献学習の東京女学館の生徒さんと Sunny さんのお母様にもお手伝い頂いて提供しました。「頑張ってください」や「お疲れ様でした」の声かけにランナーさんたちもチャイの温かさと共にパワーや癒しを貰っていました。閉会式では、大会を盛り上げて頂いた M 高史さんのものまねショー、自閉症ピアニスト渡部雄太さんとのコラボは最高でした。彼のジャパササイズには、Sunny さんやアキさんも加わってスワヒリ語バージョンまで披露し、アフリカな 1 日となりました。

大淵 秀仁(WRJ運営委員)



アフリカの太鼓ジャンベ  
アキさんのパフォーマンス



タンザニア国歌独唱の Sunny さん  
& 伴奏の M 高史さん



ジャパササイズのパフォーマンス&  
伴奏するピアニスト渡部雄太さん

## ジャパササイズとは？

ジャパササイズとは M 高史考案のエクササイズ。日本の文化を身振り手振りで表現しながら楽しく紹介。サムライや忍者、芸者といった日本的な動きを体操として取り入れたもの。海外のテレビなどで紹介されている。



スタッフ・ボランティア全員集合

## **第9回WRJチャリティーリレー for AFRICA開催のお知らせ！** **仮装もOK！元気に走って、募金も募って、アフリカへ貢献しよう！！**

走ることで世界の飢餓の終わりに貢献する目的で開催するリレー形式のランニング大会。参加費から大会経費を引いた余剰金で AFRICA 現地、スラムの子ども達の給食や農村の少女たちの奨学金プロジェクトを支援します。

昨年の大会は、次代を担うキッズを含めた約 600 人のランナー、そしてボランティア精神旺盛な多くの大学生も含めた 79 人のスタッフ・ボランティアで開催しました。今年も AFRICA とのつながりを感じていただけるよう準備中です。計測システムを使用した種目別順位表彰も行う予定です。ぜひ自らのチャレンジを、アフリカへの貢献を、周りの方々に伝え、共感される仲間からの寄付を集め、大会当日設置する募金箱までお持ちください。

多くの皆さんの参加をお待ちしております。またボランティアとして大会の運営に携わっていただける方も募集します。走って、支えて、つながるために、一人でも多くの方と一緒に大会が創れることを願っております。

第 9 回 WRJ チャリティーリレー for AFRICA 実行委員長 和田 基靖(WRJ 理事・運営委員)

日時:2017 年 5 月 21 日(日)9 時受付開始

場所:川崎市古市場陸上競技場スタート、ゴール

種目:リレー(20km=5km×2~4 人)、5km、3km(キッズ or 親子ラン)

参加費:リレー:10,000 円/1 チーム、5km:3,000 円/1 人

3km:キッズ 1,500 円/1 人、親子 3,000 円/1 組

定員 :リレー300 チーム、5km200 人、3km100 人、親子 100 組

申込締切:エントリーサイト=4 月 23 日(日)、スポーツナビは 18 日(火)

事務局受付(郵便振替)=4 月 28 日(金) ※定員になり次第、締め切ります。

※詳細は同封の案内か <http://www.wrj.jp> をご覧ください。尚、近辺を含み古市場陸上競技場には駐車場はありませんのでお車でのご来場はお控えください。また当日出たゴミは、必ずご自宅までお持ち帰りください。

※ボランティアも募集します。ボランティアにご興味のある方は [info@wrj.jp](mailto:info@wrj.jp) へお問い合わせください。



昨年の様子

### **ワールドランナース・タンザニア(WRT)代表からのメッセージ**

WRJ は、1989 年の設立以来、タンザニアの貧しい農村地域の人達の生活改善や子供達の教育支援等のプロジェクトに取り組んでいます。私達のこうした活動を現地コーディネーターとして支えているのが、WRT のジュマ・スーレ代表です。アリューシャ市の教育局に勤め、地域が抱える問題や教育の重要性を良く認識している代表は、現地の事情に沿った提案や適切なアドバイスをしてくれます。スーレ代表のメッセージをご紹介します。

日本の皆さん、こんにちは。

私は、WRJ がサポートしているプロジェクトのコーディネーターとして、25 年間、活動しています。私達は、「地球上から慢性的飢餓を終わらせる」という WRJ のビジョンのもと、様々なプロジェクトを行ってきました。例えば、上水道の設置、中学校の教室や女子寄宿舎の建設、一昨年からは貧しい家庭の女生徒に奨学金を提供しています。こうした活動は、タンザニアの貧しい地域の生活水準改善や若者への教育機会の提供に役立っています。WRJ の特徴は、現地の人達の意向を尊重し地域のニーズを把握しながら、継続的に支援していることです。こうした取り組みに、私達はとても感謝しています。私は、より多くの人が、WRJ の活動に関心をもち、タンザニアの人達と一緒に様々なプロジェクトを推進する活動に参加してくれることを願っています。



WRT のジュマ・スーレ代表

今年、私達はタンザニアを訪問し、スーレ代表と一緒に学校やプロジェクトサイトを回ります(7 月の予定)。帰国後、現地の様子を皆様にご報告する機会をもちたいと考えております。

引き続き、WRJ をご支援いただきたく、よろしくお願い致します。

金子 良太(WRJ 副代表理事・運営委員)



## 不定期ラン(since2013)の報告1

チャレンジ 2020、東京オリンピックまで 2020 日連続マラソン

12月3日(土)、浦和市別所沼公園で行われているチャレンジ 2020(<https://c2020.jimdo.com/>)の 702 日目に参加。昨年の 247 日目に続き 2 回目。記録は 3 時間 17 分 48 秒。主催者の楠田さんは、連続 52 日フルマラソンの世界記録保持者です。佐藤 高志(WRJ 副代表理事・運営委員)



チャレンジ 2020 参加者の皆さん



## 不定期ラン(since2020)の報告2

12月25日(日)、恒例の横浜クリスマスランを行いました。箱根駅伝の横浜から 2 区のハイライト権太坂を抜けて戸塚までの約 16km を走りました。沿道は駅伝の立て看板がたくさんあり、気分は完全にお正月でした。もちろん走った後の懇親会は横浜中華街。美味しい中華料理で 2016 年を締めくくりました。佐藤 高志(WRJ 副代表理事・運営委員)

## 定期ラン(since1994)のご案内

WRJ はランナー交流の場として毎月第二日曜日に定期ランを開催。通常は皇居周回コース(1 周 5km)で竹橋・平川門前をスタートし、走力に合わせて 1~3 周を走ります(年に数回、皇居以外の多摩川や荒川等で開催)。終了後 18 時から懇親会を開催しています。

(皇居開催の場合足は、神田駅周辺「白木屋」など)

### ●参加希望・ご質問に関して

定期ラン連絡用メール([teiki-run@wrj.jp](mailto:teiki-run@wrj.jp))へ、定期ランマネージャー佐藤、和田、鈴木理事に届きます。

※連絡が取れない場合は、WRJ 事務局まで

TEL:044-949-1068

- ・3月12日(日)(第274回)多摩川丘陵(よみうりランド)  
13時 WRJ ワークスペース集合
- ・4月9日(日)(第275回) 多摩川・国立
- ・5月14日(日)(第276回) 皇居
- ・6月11日(日)(第277回) 荒川・北千住



## 平日夜☆Funラン&ウォーク@皇居の開催報告 12月20日(火)第1回目

初参加 3 人を含め総勢 7 人で開催。きれいな星空の下、気温も低すぎず絶好のコンディション。12 月中旬の東京駅付近はクリスマスシーズンということもあり、色とりどりのイルミネーションがキラキラ。この時期ならではの雰囲気、空気感の中を走りました。初の皇居ランの方の感想は、気持ちよく、楽しく走れました！仕事のあとに、すかっとひと汗かくのは、なかなかいい気分！一部道幅が狭い区間や坂道もありますので、夜ランは、日中より更に配慮が必要です。参加者みな各自のペースで周回(1 周 or 2 周)しました。5~6 分/km から 8~9 分/km(ジョグ程度)、初めての方も参加しやすい設定です。他の参加者や WRJ スタッフとおしゃべりしながら走ったり、歩いたりするような気軽なイベントとして継続開催します。ラン/ウォークは 1 時間少し、帰宅前のリフレッシュと思って、気軽に参加してみてください。

WRJ の Facebook にてイベントを立ち上げます。走りたいな~という方、お待ちしております！ 田口 達(WRJ 運営委員)

## 日本一周ランを達成した「一ノ枝 亮輔さん(WRJ サポーター)」の紹介

一ノ枝さんは、WRJ のイベントによく参加いただいているサポーター(賛助会員)です。2015 年に退職後、同年 9 月~翌年 11 月の約 1 年 2 か月をかけて、約 10kg の荷物を背負い、12,229km の単独日本一周ランニングを達成した旅ランナーです。WRJ は、10 月 22 日(土)に千葉県山武市~白子町の約 32km を不定期ラン「旅ランナー“いっち”応援ラン」として、一緒に走りました。久しぶりに会った一ノ枝さんの顔は精悍そのもの！その一ノ枝さんから、日本一周ランの走行距離に合わせ、12,229 円の寄付を頂戴しました。一ノ枝さん、ありがとうございます、そしておめでとうございます！これから新たな目標に向かって進む一ノ枝さんを WRJ は応援します。何らかの形で共に活動できるよう可能性を考えてまいります。

田口 達(WRJ 運営委員)

**編集後記** ランニング感謝祭に WRJ サポーターの山下裕昌さん(山崎製パン(株)勤務)が、スタッフ・ボランティアを含めた参加者全員に自社製品を提供していただきました。いつもありがとうございます。早朝の準備に間に合わせるために前泊した方も複数人おられることにお聞きしました。感謝！感謝！です。さて、今号も WRJ 活動の情報満載でお伝えします。参加者の皆さん、  
“<http://www.wrj.jp/>” をご覧ください。私たちと一緒に活動しませんか。 徳永 京一(WRJ 副代表理事・運営委員)