

ジョグトリ新聞

発行者 責任者
(社)ジョグトリップ 中島健治
理事長 網本裕之

久留米ジョグトリウォークが始まりました

おぎようかんジョグ
トリップで出会った光
景です。

コースを回ってゴー
ル待受時刻の午後2時
に小城公園に戻ってき
ました。

すると、ミニテント
の中に数人の人影が。

「応援ですか？」と
訊いてみるとこんな言
葉が返ってきました。

「2時に出て来るら
しいので」

参加者が2時に戻っ
てくるということかと
思いましたが、どうも
様子が違います。

よくよく訊くと、ポ
ケモンの希少モンス
ターが2時に小城公園
に現れるということ！

大のおとながこの雨
の中、スマホを持って
モンスター探しとは。
呆れてしまいました。

が、よくよく考えて
みると、この雨の中5
6キロ走っていると
いものなかな呆れら
んね！

特別寄稿

ジョグトリウォーク

久留米のカツパ先生 中島健治様

久留米のカツパ、中
島です。

駄マラニックのとき
からお世話になり、駄
マラー精神が心地よく
てゆっくりのんびり走
っています。

ジョグトリップにな
ってからは、さらにジ
ョグトリ精神に進化
し、ワープ・ショート
カットやコースの変更
まで好き放題にやらせ
てもらっています。

コースマップを見な
がら、ここは近道して、
この間は松浦鉄道…な
どとプランを練るのが

面白いです。
さらに最近では膝の故
障で走ると痛いので、
ウォークのみでジョグ
トリを楽しむ方法を模
索しています。

今回は、このジョグ
トリウォークについて
です。

私のジョグトリウォ
ーク3カ条

一、時速6km以上
で歩く。

二、ベストジョグト
リップにはならな
い。

三、途中ショートカ
ット

ット・ワープをして、
自分で決めた時間にゴ
ールする。

◇◇◇
例えば、「山ん寺」
では、楠久駅まで24
kmだから時速6km
で4時間、楠久駅10
時過ぎの列車にちよう
ど間に合う。途中で話
し込んで遅れても、そ
の分だけスピードを上
げて挽回すればよい。

という計画で、浦の崎
駅に列車でゴールがで
きました。

ウォークの視点から
コースを見ると、近道
やバス・鉄道をうまく
使えば先回りもでき
る。これもジョグトリ
の自由さのおかげで
す。

武雄の「十三夜の月」
ときは、近道しすぎて
待ち受け開始時刻より
早くゴールに着きまし
た。こんな風に、自分
の予定に合わせて一番
乗りもできます。

ゴールは同じでも、
過程は人それぞれ。そ
れぞれの個性と自由を
尊重しつつ、スタート

・ゴールは一緒の仲間
そんなジョグトリがお
気に入りです。

10月末に、橘湾岸
273kmに向けて膝
の不安を払拭しようと
MRI診断を受けたら
「半月板が割れていま
す」で、参加を断念。

今までそんなこと知
らずに走ったり歩いた
りしていました。

手術を勧められたけ
ど、手術が怖くて脳が
痛みを遮断したのか、
診断の後は痛みがなく
なり、パワーウォーク
ができる状態。

近況報告

今年10月、25年
間住んでいた家を解体
しました。知らない間
にシロアリさんが巣を
作っていて倒壊の危険
もありましたのでやむ
を得ずです。

小さい倉庫のような
家でしたが、それなり
に思い出が詰まってい
ました。

それが解かれてみる
と、ただ空地があるだ
け。なんにもありません。
寂しい気持ちの一方
で、しかしすっきりし
た気分もあるんです。
断捨離といいますが、
か、いなくなつた物
や過去のしがらみを一
掃した清々しさとい
いますか。

これからまた10年
20年かけて、新しい
思い出を作っていきた
いと思っていますん
です。

ウルトラのときの
「脳をだまして痛みな
し作戦」と同じ状況に
なっています。

今度は逆に、「脳を
説得して治療する作
戦」に変更せねば。
そしてリハビリはジ
ョグトリップで。

故障持ちの方は一緒
にジョグトリウォーク
でリハビリしましょ
う。

「佐世保フル」も地
元久留米の「やまづと
の道」も、山を迂回し
て平地のみのコースを
思案中です(笑)