

# 滋賀マスタース陸上だより



発行／滋賀マスタース陸上競技連盟 編集責任者／木村清衣衛  
〒528-0049 滋賀県甲賀市水口町貴生川610-18 Tel 0748-63-3220  
<http://homepage3.nifty.com/sigamasters/>

2018.5

## 國松善次名誉会長「旭日重光章」受章



國松善次滋賀マスタース名誉会長(元滋賀県知事)が平成29年度秋の叙勲において、永年の地方自治に貢献されたご功績により「旭日重光章」受章の榮譽に浴されました。

「受章を祝う会」が去る2月25日、びわ湖大津プリンスホテルにおいて、各界より500名を超える多くの皆様のご列席のもと盛大に催され、日本マスタースより鴻池会長と、滋賀マスタースより木村会長・松田顧問・林副会長・高橋理事長がお祝いに出席させて頂きました。



滋賀マスタース会員一同、心からお祝い申し上げます。(takahashi)

今回勲章を受章された、われらが國松善次名誉会長にご寄稿頂きました。

### 人生100歳時代は「生涯スポーツ」から

滋賀マスタース名誉会長  
國松善次

僕の人生で70歳からはじめたものが2つある。1つが自動車の免許証取得であり、もう1つがマラソンだった。

知事を退任し、時間が出来たので健康づくりに何かチャレンジをと考えていた時、「余呉湖健康マラソン」のチラシが目に入った。

「健康になるマラソン」とはどんなマラソンかと参加。マスタース陸上の全国駅伝大会が希望ヶ丘で開催された時、来賓で参加した3キロが唯一のマラソン歴。そこでまずは5キロレースにと申し込んだが、7キロか15キロだという。止む無く7キロ、余呉湖1周だった。

以来、自分がライバルで、施設も道具も要らないスポーツ。しかも結果は距離や時間が正確に数字で出るスポーツと、すっかり気に入って、様々な距離の大会を捉えてチャレンジ。県内のマラソン大会は全て参加。さらにフルマラソンも東京、ホノルル、大阪とチャレンジ。いずれも7時間以内にゴールで、メダルをゲット。

マスタースのお蔭で全国大会はもとより、アジア



大会にも参加。それも8位入賞の記録や全国大会では選手が2名で銅メダルも。5年に1度のクラスは最年少で競える「マスタース」。これこそ「見事なスポーツを生涯楽しめる仕組み」。

世界で唯一「人生100歳時代」迎えた日本だが、平均寿命と健康寿命に男性で9年、女性で12年の差があるのが現実。これを短縮し、いかに「健康長寿を達成するか」が課題。そのカギは「運動と生きがい」であり、「生涯スポーツ」だろう。誰もが、それぞれ好みのスポーツを何歳になっても楽しむ。「健康長寿=ワクワク目標 x コツコツ努力」我々は、そのロールモデルでありたいもの。





