



ほっこり
する

NPO アキレス 第1回総会報告

重田 雅敏（重田2号）

コロナのため開催が危ぶまれましたが9月27日に自宅で参加できるズームミーティングを使用して総会を実施しました。当日の参加者は、正会員23名と賛助会員4名でしたが、事務局より正会員59名が事前メールによる議決権行使を済ませており、総会は成立していると報告がありました。続いて議長を選出して議案の審議に入りました。第1号議案は活動報告、第2号議案は決算報告と会計監査報告です。コロナのため練習会が全く実施できておらず、会計支出も殆どありませんでしたが、スタッフの役割分担の確認、ズーム会議の導入、MLによる連絡体制の整備などが報告されました。第3号議案は活動計画、第4号議案は予算案です。こちらもコロナの終息が見通せないため、一応例年通りの提案になっていますが、HPとMLの刷新、初体験者への伴走



指導、NY本部との交流強化などが当面の課題とされました。第5号議案では、会計担当理事の増員が提案されました。質疑応答後、すべての議案について全員賛成で承認されました。不慣れなズーム総会ではありましたが、久しぶりの仲間と楽しく会話が広がり、練習会の再開とアキレス活動に期待する声は沢山聞かれました。コロナが終息すれば、やりたいことが沢山ありますね。みなさん、頑張りましょう。

再開後初の練習会

滝澤 秀樹（タッキー）

いよいよ再開しました！

「久しぶり～」「元気だった～」「5キロ体重増えちゃった！」などなどの声が、六角休憩舎の周りではあちこちから聞こえてきます。10月25日に2月9日以来約8ヶ月ぶりにアキレスの定例練習会が再開されました。ただし、ウィズ・コロナの状況下で、アキレスとしても新しい練習会スタイルを模索中でのスタートです。事前にスタッフ会で慎重に話し合い、人数制限付きの事前登録制など感染防止対策を徹底して行うこととしましたので、練習会の様子はこれまでとは大きく異なることとなりました。感染リスクを可能な限り排除するため、集合場所での検温を実施するほか、朝礼や体操はなしで、飲み物提供などのエイドもありません。あらかじめわかっていたこととはいえ、エイドのところでワイワイがやがやというのがないのは少し寂しく思いましたが、それでも、やはり、広々とした緑の中で、季節の花（いろいろな種類のバラがとてもきれいでした！）や鳥のさえずりを楽しみながら、心地よい秋の風を参加者と共有している感覚は格別のものでした。私はおかゆちゃんの伴走でしたが、この数ヶ月の間にあったことをいろいろ話しているうちにあっという間にお昼近くになっていました。ほかの参加者とも、すれ違うたびに大声にならないよう声かけし、近況を聞くこともできました。今後もしばらくは事前登録・マッチング型の練習会になると思いますが、体を動かす喜びを皆でもっと共有できるよう、スタッフで知恵を出し合って練習会スタイルを少しずつ工夫していければと思います。



（注：11月22日より再び感染拡大のため練習会は休止）

NPO 法人アキレス・インターナショナル・ジャパン 新理事とスタッフ紹介

新理事

五十川 寛章 会 巡礼ウォーキングにはまっています。今年は熊野三山、来年は四国お遍路、そして
(ブライアン) 計 いつの日かサンチャゴデコンポステーラへ

スタッフ

こじこじ 今日もリポビタンDの一気に飲みで、ファイト一発、気合いを入れてます。
ジロー これからも走りまわります！音訳図書にもはまっていますよ！
ぎたあ 趣味はギターですが私の名前はひらがなで、ぎたあです。
こうよう コロナ禍で走力が落ちました。もとに戻して伴走したい。
しみちゃん 西武ライオンズファンです。音楽鑑賞が趣味です。
ヤッシー ランとラジオ、音楽・競馬をこよなく愛する男。ブラインドダンスもやっています！
ナベッチ ランニングも好きですが、水泳も得意です。
けんぼー 千葉ロッテの大ファンです。
オグリー アキレスに入会して20数年、アキレスの体操係をしてきて20年になります。
サッキー 練習日今日もアキレス楽しんで走ってね。皆と一緒に出来る事に感謝です。
しいしい 微力ながらお手伝いさせていただきます。
ホーリー ソプラノサクソを楽しんで練習しています。
ちあきママ 大声でライオンズの応援。夜は枕元にアロマ。はまっています。
たなかず 英会話サークルに入った。コロナ後の海外マラソンが楽しみ。
アメモチ 無料音声ナビアプリ「ナビレコ」の開発・普及に取り組んでいます。
ほこりん アラシちゃんメガネの九州女子。ブラインドボクシング観戦を楽しんでいます。
トリハチ ビールが大好きです。最近は焼酎も飲むようになりました。
みこさん 40歳でランニング、50歳でクラリネットを始めました。60歳は検討中です。
りょうさん ハワイ大好き。でも今はいけない。
しんじ 最近はフローヨガにハマっています。目指せ開脚180度！？

役割分担

エイド ◎ちあきママ、ホーリー、サッキー、しいしい
会計 ◎ブライアン、ゼリ井(集金)りょうさん、みこさん
練習会 ◎タッキー、こじこじ、ジロー、ぎたあ、こうよう、しみちゃん(体操)オグリー、ナベッチ、けんぼー(告知・報告)ヤッシー
HP・ML ◎babo、アメモチ、ほこりん、しんじ、みこ(ML管理)トリハチ、ほこりん
あっぷる ◎てるみん、たなかず、ヤッシー、ちあきママ、ホーリー
相談窓口 会員関係*大御所 海外関係*タバッチ その他すべて*重田2号

◎世界に広がるアキレスの輪◎

エミリー会長とオンラインで意見交換

田畑美智子さん（タバッチ）

コロナ禍で世界各地で思うような練習ができない中、6月にニューヨークのアキレス本部と電話会議を実施しました。

アキレスを立ち上げ長年会長を務めてきたディックさんに代わり昨年11月に会長となったエミリーさんと、ふれあいマラソンを始め何度か来日している国際関係担当のガーレーさんと、30分以上にわたり情報交換をしました。

本部からは法人格取得を長年推奨されてきましたが、本年ようやく結実したため、これから組織としての本部の協力をお願いしました。特に、コロナが終息した後に海外のマラソン大会に参加したくても、暫く航空運賃が高そうなので、日本に寄付してくれそうな米国企業など資金集めに役立つ情報がもらえるとありがたいですね。

エミリーさんからは、コロナ後の国際交流について、日本支部も積極的に関わって欲しいという話がありました。また世界各地のマラソン大会への参加を始め、アジア諸国で支部立ち上げや支部同士の交流事業など、ドンドン輪を広げて欲しいと期待を表明されました。会議に参加した私たち日本のメンバーもそんな楽しい今後の展開に思いを馳せた時間でした。

オンライン会議の画面コピーがありますが、私はすっぴんだったので非表示です。



バーチャル Hope & Possibility に参加して「希望と可能性」を実感

伊藤つえみさん（ツエミン）

2016年にニューヨークシティーマラソンで初めてフルマラソンを走り、今年はベルリンで2回目のチャレンジをするはずでした。しかしコロナ禍により大会は中止。そこで参加予定だった日本チーム3ペアで「アキレスバーチャル Hope & Possibility」マラソンにチャレンジすることを決めました。

感染対策のため、走るのはそれぞれの地元。ステイホームが長く続いて練習できず、10マイルも走れるか心配でしたが、どうにか完走できました。コロナ禍でも、バーチャルならレースもできる、対策をして伴走者のサポートがあれば楽しく走れる！まさにホープ&ポッシビリティを実感したランでした。



写真は、左が伴走者のララぴょん、右が私で、感染対策のマスクをしています。そして二人を繋ぐのは、ベルリンで使うはずだったララぴょんお手製のドイツカラー（黒・赤・黄）の伴走ロープです。

（この投稿はNY本部発行のニューズレターにも掲載されました。URL：
<https://www.achillesinternational.org/newsletter>）

エイドインタビュー

山之内咲子さん（サッキー）

ホーリーがサッキーに電話インタビューをしました。

〈アキレスとの出会い〉

・最初はJBMA という団体に入っていてシブジャガさんとずっと一緒に練習していました。その後シブジャガさんがバンバンクラブを立ち上げると同時に私も入会し、その後すぐにアキレスを知り入会しました。

〈アキレスへの思い〉

・それぞれ団体の個性、雰囲気は違いますがアキレスは和気あいあいとしていて形にこだわらず、皆さん楽しくしていてまとまりもあって、雰囲気が良い団体だと思います。これからもずっと皆さんと一緒に、楽しいアキレスにしていきたいと思っています。

〈エイドに携わって〉

・視覚障害者の方が多いので、接し方として先ず自分の名前を言って「おはよう 頑張ってる」など元気に声をかけるようにしています。皆さんを元気づけて楽しく1日走ったり歩いたりしてほしいと思っています。

〈長寿の秘訣〉

・皆さんに声をかけていただいたり、会っておしゃべりしたりすることで元気がでます。自分でも笑顔を絶やさずいたいと思っています。元気でいられるのも皆さんのおかげです。



特定非営利活動法人

アキレス・インターナショナル・ジャパン

連絡先住所

〒175-0094 東京都板橋区成増

2-32-15-519 豊原方

電話

090-2203-3346（重田）

ホームページ

<http://achillesinternational.jp/>

あっぴる川柳

今号では、「ウィズ・コロナ」「アフター・コロナ」と題して募集したところ、7名から力作をいただきました。コロナ禍により不自由な生活を強いられている様子がうかがえる句がある一方、明るい未来に思いをはせる句も目立ちました。紙面の関係上2句選ばせていただいた方と1句のみの方がおります。（※は川柳ネーム）

まだ悩む マスクの上下 裏表 （ジェフ）

重い腰 自粛身につつき 出不精に （ランタナ）

思い出の 写真に写る マスク顔 （しんこ）

新コロナ 歴史の中に 我も生き （ランタナ）

ウィズコロナ 妻との会話 ズームにて

コロナ後も 不要不急の 人生さ

（※始まらなかった人）

世界中 みんなで？ 一人で？ バーチャルラン

（※八宝菜）

風切って 走ってみたい 自転車で （フラワー）

コロナ後に 海外マラソン 行きたいな

（なべっち）

ニッポンを 略しアキレス N.P.O （ジェフ）

いかがだったでしょうか？次回は、特にお題を設けず日常生活での一コマなどから感じたことなど皆さんの思いを自由に川柳にまとめて、

ヤッシー：k.yassy1018@gmail.com または

てるみん：ty.terumi.yamamoto@gmail.com

までお寄せください。締切は4月15日。皆さんからの力作をスタッフ一同心よりお待ちしております。

編集後記

新型コロナの第三波が襲来し、いったん再開された練習会が休止を余儀なくされましたが、そんな中、世界のアキレス仲間とつながって「アキレスカップ」を楽しみ、優勝というサプライズで盛り上がる事ができました！

なお、<http://achillesinternational.jp/> から「あっぴる会報・最新号」のボタンをクリックして、写真や文を拡大してご覧いただくこともできます。