

平成19年3月

元氣堂だより

元氣のモト

今月の題字は仲池上
浅野 真実さん(8才)

第142号

(株)元氣堂

読売センター馬込
大田区南馬込5-7-12

TEL3771-4497

読売センター山王
大田区中央1-1-1

TEL3772-5332

毎月15日発行

地域のホットニュース

元氣堂社長・川端吉彦の 東京マラソン2007報告!

気温5度、冷たい雨が降る中、2007年2月18日(日)午前9時10分に「東京マラソン2007」が予定通りスタートした。雨にもかかわらず、参加者は元気いっぱい。3万人のランナーの中に我が元氣堂社長・川端吉彦もいた(川端の感想



▲品川・折り返し地点でバチリ



▶雨の中、帽子に元氣堂のロゴマークを付けて懸命に走る川端



▲背中にも

は下記の「地域の元氣のモト」(参照)。
スタートから約15km、品川の折り返し地点付近の沿道は、ポランティアの方たちと冬の雨にも負けじと応援する一般の人たちで埋め尽くされていた。川端を応援する元氣堂スタッフも「パソコンスクール元氣堂」斉藤先生お手製の旗を持ち、力一杯応援。浅草、ゴールの東京ビッグサイトでも元氣堂の仲間から声援され、無事にゴールした川端。タイムは予想より悪かったが、雨なのでやむを得ない感も。フルマラソンに初挑戦し、さぞやグロッキーかと思いきや、東京マラソン2日後には、軽い練習を始め、何やら次の目標を決めているらしい。

弊紙第2面の川端のタイム詳細とアンケートの結果も合わせてご覧下さい。



▶完走記念メダルとプレゼントされたお手製祝福パネル

地域の元氣のモト

2月18日(日)よ東京マラソン当日。朝起きると雨。スタート地点の都庁では、荷物を預けようにも準備体操しようにも、ドシャ降りのためにできない。寒いのと何処へいっても、9時10分、3万人も人が大雨のなか、一斉にスタートしました。

初マラソンの目標タイムは5時間、「元氣のモト」での予想タイムでもあるので、しつかり走らないうと、と氣を引き締める。水溜りを避けながら走りだすと雨や周りのランナーは氣にならない。自分のペース5kmを30分強のペースで走り出しました。

品川で元氣堂のメンバーが応援に来ていと思うと、頑張ろうという氣持になる。快調な走りだ。銀座を過ぎ浅草に向かう25kmぐらから少しづつ、足に張りを感ずる地を過ぎるころには失速。腕も痛く振ることさえできない。練習不足を痛感。佃大橋では、普段はなんでもない坂道なのにほとんどの人達が歩いてた。35kmから40kmは歩くのも辛い。やっとビッグサイトのゴールが見え出してから又、走り出す。ゴールには万歳で駆け込みました。やったー!

走っている時は、沿道の応援に氣持が高まって涙が出たり、今まで一所懸命練習してきた事、足の故障で辛かった事、あの納豆ダイエットにも挑戦して大笑いした事など思い出しながら走っていました。50代になって、何かに追われているような、何かやらねばという思いから、走り切ったら何かがありそうに、自分が変われるような氣がした。フルマラソンに挑戦しました。完走してからは走り終わった喜びとレース後半に歩いてしまった後悔でいっぱいでした。やっと終わったというのが正直な感想です。

最初自分が走る事が、皆さんの元氣のモトになればという思いもありました。しかし、実は逆に応援の人たちやポランティアの方々(この人たちの応援や笑顔はすごい)よりたくさん元氣をいただいた感激の経験でした。

皆さん、たくさん応援、本当にありがとうございます。

集

昨年チャレンジする予定だったこと、
実際にチャレンジしましたか？

特

皆様から寄せられた

お便りを紹介します。

◆1ヶ月に1度、年末大掃除のかわりに1ヶ月ずつきれいにします。実際は、後半の4ヶ月位実行しましたが、いつもより丁寧にはできたが、全部は無理でした。

（南馬込 N様）

◆初めに継続できませんでしたが、健康の為に就寝2時間前から食べ物はとらない。週に3日1時間位のウォーキング。これ等は明るい老後を迎える為です。取敢えず年度始めの4月を目標にスタートするつもりです。へへ……。

（山王 Y様）

◆ダイエットを今しています。5kgを減らすために毎日エレベーターを使わず歩いて階段をのぼっています。そのおかげで2kg痩せました。あと3kgガンバリます。

（北馬込 K様）

◇ダイエット成功中ですね。おめでとうございます。あと3kgを落とすのは大変でしょうが、この調子で頑張ってください。昨年のチャレンジでダイエットをあげた方は多かつたのですが、失敗や挫折をした方がほとんどでした。ダイエットって難しいですね。

（元気堂）

（南馬込 N様）

◆☆中国語を習う！☆ 入門の扉を開け、少しづつ始めています！がんばります！！川端さんも頑張ってください！！

◆60才過ぎてからの挑戦で全くなづちだった私は、今ではクロール、平泳ぎ、背泳ぎと五〜六百m泳げるようになり、年始めのチャレンジ目標達成しました。川端くん雨の中、お疲れ様！

（仲池上 A様）



◆昨年、二級ボイラー技士にチャレンジして、資格を得ました。触ったことのないボイラーに不安はありましたが、受験用の本を繰返し理解するまで勉強したことが合格につながったと思います。何でもチャレンジすることは、すばらしいことです。

（南馬込 N様）

◇未経験のことに挑戦するのは、なかなか勇気があるものですが、お便りを読ませて頂いて元気をもらいました。皆さん、着実に成果を出しておられて、素晴らしいですね。失敗や挫折をってしまった皆さんも今年こそは頑張らしましょう！！

（元気堂）

元気堂・川端が挑戦した<東京マラソン2007>は、下記の結果になりました！！

地点名	スプリット	ラップ	通過時刻	東京マラソン2007 予想タイムアンケート結果		
5km	00:41:03	00:32:59	09:51:03	①～7時間	9人	5%
10km	01:14:53	00:33:50	10:24:53	②～6時間	31人	17%
15km	01:49:29	00:34:36	10:59:29	③～5時間半	57人	31%
20km	02:26:23	00:36:54	11:36:23	④～5時間	40人	22%
25km	03:02:50	00:36:27	12:12:50	⑤～4時間半	19人	10%
30km	03:48:31	00:45:41	12:58:31	⑥～4時間	17人	9%
35km	04:32:19	00:43:48	13:42:19	⑦完走ならず	11人	6%
40km	05:21:30	00:49:11	14:31:30			
Finish	05:41:15	00:19:45	14:51:15			

正解は<②～6時間>でした。

ご注意：スプリットタイムは5時間41分15秒ですが、川端がスタートして走り出すまで、9分04秒のロスタイムがあるため、実際のタイムは[5時間32分11秒]です。

先月号のアンケートの結果は左記の通りです。川端自身の予想より遅いタイムで、正解者が17%と少なくなってしまいました。ゴメンナサイ。でも無事に完走することが出来ました。応援ありがとうございます！！

元気堂からのお知らせ

— お得意さまサービス —

元気堂お見舞金制度

業界初の損害保険サービス!!

平成18年2月よりスタート

家庭内事故が起きた場合

元気堂よりお見舞金が出ます



《お見舞金》

- ◇弔慰見舞金 300,000円
- ◇入院見舞金(5日以上) 10,000円
- ◇通院見舞金(5日以上) 5,000円

元気堂では一年前より、お得意様サービスとして家庭内事故に対し三井住友海上火災保険株式会社とタイアップして、心づくしのお見舞金を出すことにいたしました。皆様の元気に少しでもお役に立ちますよう、まだ登録なさっていない方はお気軽に馬込店・山王店にお電話でご連絡下さい。元気堂スタッフが直接申込書をお届けに参ります。ご愛読下さっている皆様への感謝の気持ちから生まれたこの「元気堂お見舞金制度」を是非ご利用下さい。

お世話になりました!

★新聞奨学生が卒業を迎えました★

卒業おめでとう!



山王店 佐藤 和明

3年間、山王4丁目の配達と集金を担当させて頂きました。配達の方で、遅れたりなごしてご迷惑かけたりしましたが、無事卒業する事ができました。長い間、本当に世話になりました。



山王店 酒寄 聖士

2年間お世話になりました。これから自分の夢の実現に向けて精一杯努力していこうと思います。お客様には配達、集金等でたくさんのご迷惑をおかけしてしまいました。どうもありがとうございました。



山王店 名城 大亮

1年間山王2・3丁目を配達していただきました名城といえます。地方から東京に出てきて驚くことばかりでしたが、みなさんいい方ばかりでとても過ごしやすい日々でした。皆さん健康に気をつけてお元気で。どうもありがとうございました。



馬込店 松岡 由記臣

僕は役者を目指しています。新聞は卒業し、皆様とは一度お別れになりますが、劇場やお茶の間で再び会えることを楽しみにしています。



馬込文士村の文士たち その10



北原 白秋

(1885~1942)

解説板設置場所 東馬込2丁目17番

歌人・詩人

「まるで高原のようだね」と言ったきたはらははくしゅう
十代の頃から新派和歌に興味を持ち、16歳で友人と回覧雑誌を発行。全員が「白」の下に一字置く事になり、くじで「秋」を引き当て「白秋」となった。与謝野鉄幹の勧めで新詩社に入り、詩・短歌を発表。森鷗外らに認められる。昭和2年3月、馬込村霜田二八七番地の赤屋根の洋館に転居。ここで代表的な「水上」「独神」「言問」をしたためた。

主な作品：『邪宗門二編の花』『雲母集』『トンボの眼玉』

◇元気クン一般募集◇

「元気クン紹介コーナー」に出てくれる「元気クン」を読者の皆さんから一般募集します。年齢、性別などの制限はありません。ペットも可。自薦・他薦は問いません。お写真と百文字程度の原稿を封書かメールにて、お気軽に元気堂までお寄せ下さい。掲載された方には、謝礼を差し上げます。

編集後記

皆さんは、パソコンや携帯電話でメールやインターネットを利用されていますか？4面のアンケートで、是非教えて下さい。

☆ チケットプレゼントコーナー ☆

1	チケットの種類	1枚	1枚	1枚	1枚
2	チケットの枚数	1枚	1枚	1枚	1枚
3	チケットの発行日	1枚	1枚	1枚	1枚
4	チケットの発行場所	1枚	1枚	1枚	1枚
5	チケットの発行条件	1枚	1枚	1枚	1枚
6	チケットの発行対象	1枚	1枚	1枚	1枚
7	チケットの発行期間	1枚	1枚	1枚	1枚
8	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
9	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
10	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
11	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
12	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
13	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
14	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
15	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
16	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
17	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
18	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
19	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚
20	チケットの発行回数	1枚	1枚	1枚	1枚

ここから切り取って、FAXして下さい

下記の線に沿って切り取り、剥がれないようにしっかりとはがきに貼って下さい

第1希望:

第2希望:

ご住所:

お名前:

(新聞購読料の領収書に記載されています。)

お問い合わせNo.:

① インターネットを利用した事がありますか？

はい いいえ

② <はいの方> 主にどんなサイトをご覧になりますか？

③ <はいの方> 「馬込の地域情報」をご覧になった事がありますか？

ある ない

④ <いいえの方> 該当箇所に○を付けて下さい。

- パソコンが操作できる環境にない
 パソコン操作ができない
 興味が無い

《《《応募方法》》》》

◆ 応募〆切: 3月20日(火)

- ◇ チケットの枚数は、1家族1組(2枚)とさせていただきます。
- ◇ 当選の発表は、チケットの発送をもってかえさせていただきます。(お電話でのご応募・ご確認はご遠慮下さい。)
- ◇ 皆さんはインターネットを利用したことがありますか？「馬込の地域情報」も是非覗いて見て下さい。
- ◇ ご記入頂いたお客様の個人情報は、精元氣堂が行う各種サービスやイベントのお知らせ以外には使用いたしません。

◆ FAXでのご応募

左の枠内の各項目欄にご記入の上、FAXして下さい。
 FAX: 3774-0502

◆ メールでのご応募

メールアドレス: genkido@khaki.plala.or.jp

◆ はがきでのご応募

左の枠内の各項目欄にご記入の上、はがきに剥がれないようにしっかりと貼ってお出し下さい。(あて先は、下記の点線枠を切り取り、はがきに貼ってご使用頂くと便利です。)

あて先: 〒 143-0024 大田区中央1-1-1
 読売センター山王
 チケットプレゼント係