

# KOLA

岸和田オリエンテーリング協会  
 [編集部] 〒596  
 岸和田市小松里町477-2  
 横田 実  
 第91号 平成3年6月7日発行  
 (定価 200円)

## 富士見の森

O-CUP'91 STAGE 1  
 1991.5.4(SAT)

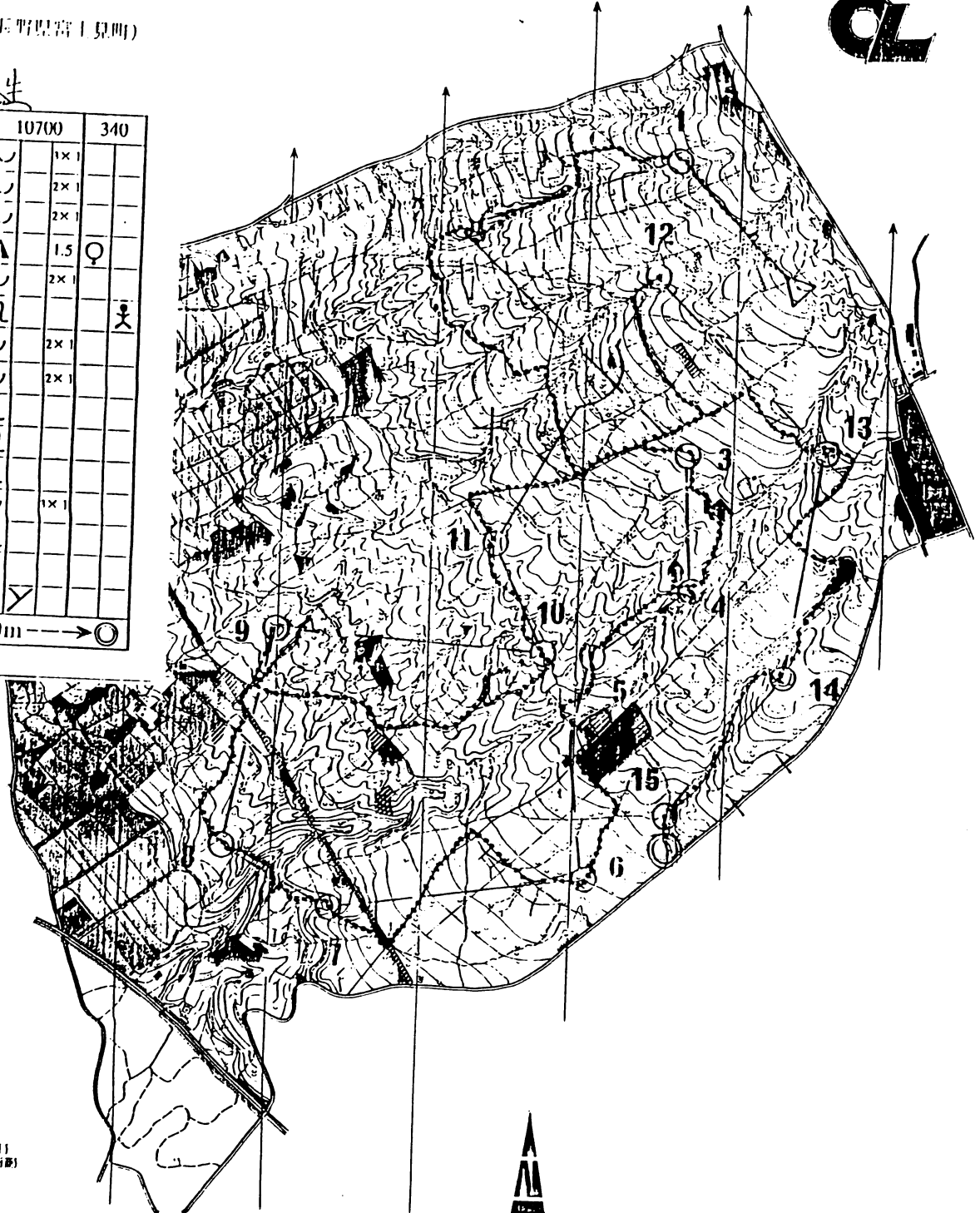
(長野県富士見町)



清水 泰生

1121 E	10700	340
41	1x1	
52	2x1	
73	2x1	
79	1.5	♀
97	2x1	
114		♂
112	2x1	
111	2x1	
96		
87		
132		
38	1x1	
75		
122		
M		

100m



1. 海岸線  
 2. 河川  
 3. 道路  
 4. 境界線  
 5. 境界線  
 6. 境界線  
 7. 境界線  
 8. 境界線  
 9. 境界線  
 10. 境界線  
 11. 境界線  
 12. 境界線  
 13. 境界線  
 14. 境界線  
 15. 境界線  
 16. 境界線  
 17. 境界線  
 18. 境界線  
 19. 境界線  
 20. 境界線  
 21. 境界線  
 22. 境界線  
 23. 境界線  
 24. 境界線  
 25. 境界線  
 26. 境界線  
 27. 境界線  
 28. 境界線  
 29. 境界線  
 30. 境界線  
 31. 境界線  
 32. 境界線  
 33. 境界線  
 34. 境界線  
 35. 境界線  
 36. 境界線  
 37. 境界線  
 38. 境界線  
 39. 境界線  
 40. 境界線  
 41. 境界線  
 42. 境界線  
 43. 境界線  
 44. 境界線  
 45. 境界線  
 46. 境界線  
 47. 境界線  
 48. 境界線  
 49. 境界線  
 50. 境界線  
 51. 境界線  
 52. 境界線  
 53. 境界線  
 54. 境界線  
 55. 境界線  
 56. 境界線  
 57. 境界線  
 58. 境界線  
 59. 境界線  
 60. 境界線  
 61. 境界線  
 62. 境界線  
 63. 境界線  
 64. 境界線  
 65. 境界線  
 66. 境界線  
 67. 境界線  
 68. 境界線  
 69. 境界線  
 70. 境界線  
 71. 境界線  
 72. 境界線  
 73. 境界線  
 74. 境界線  
 75. 境界線  
 76. 境界線  
 77. 境界線  
 78. 境界線  
 79. 境界線  
 80. 境界線  
 81. 境界線  
 82. 境界線  
 83. 境界線  
 84. 境界線  
 85. 境界線  
 86. 境界線  
 87. 境界線  
 88. 境界線  
 89. 境界線  
 90. 境界線  
 91. 境界線  
 92. 境界線  
 93. 境界線  
 94. 境界線  
 95. 境界線  
 96. 境界線  
 97. 境界線  
 98. 境界線  
 99. 境界線  
 100. 境界線

## 〇-CUP' 91 紀行

5月3日(金)午後8時相棒からの電話、出発の催促、9時支度完了との返事。風呂あがりリラックスのした旅立ちである。暖かい日が続いていたが、寒さの戻った肌ざむい日であった。あの名神高速の天王山トンネルも「あれ」と言うくらいスイスイと通過、相棒のパジェロは頼もしい、そこのけそこのけ我輩が通るってなもんで、、、。

事故で通行止め等あったが、翌5月4日7時半諏訪南インターを出て、ナビゲータが頼りないのか運転手がどじなのか、なじりあいの鏝競り合いまではいかないが、富士見高原はいずこに。小淵沢インターから出直して8時過ぎ会場到着、〇LPの中島さんが向かえてくれた。

寒さのせいで霜柱が3・4センチにも伸びている、花の咲く季節には異常だ、また我々関西では霜柱自体珍しい。

去年と白州と同じようないい感じのテラインである、ただ問題は去年はBクラス今回は40A、成績は中頃までには及ばず最下位をいかに逃れるかが課題である。なさない！

1番ポストはまあまあ、2番ポストは道左の岩を目指したのが安易だったその岩が見えなかった、3番ポストは回り道、4番ポストはオーバーラン奥の小径とろかその向こうの小川までも見てしまった、5番も同じく道へオーバー(ひざぐらいの笹藪の中の穴)、6番ポストは方向違いで伐採跡(枝のついた倒木で思うように進めない)で喘ぐ、7番ポストでは行ったり来たり、8番ポストは歩測と方向がかみ合って唯一うまく行く、9番ポスト小さい沢からピークをへて目的の大きな沢へけつきよくうろろか、最終ポストばっちり。最下位ではなかたどうお。

STAGE 1は足慣らし、それにしてもゴールから会場まで膝がガクガク、心臓に圧迫感があり息苦しい。後で分かったが高度が高くて空気が薄いかも。会場までの2キロは長くて「しんどい」。7番ポストを脱出した時に会った吉備路の大森さんとゴールが同じで、おしゃべりしながらの帰り道中だったので疲れが半分で済んだかも。

5月5日Stage 2、昨晚の雨一時雪も止み暖かい快晴である。チェイサースタート外のスタートである、チェイサースタートからタイムスタートの切り替えが慌ただしい、スタート枠作り、チャイマー調整、地図配置、スタッフスタンバイ、間に合うかと心配をよそに見事な連携プレイである。

最初からミスをしてしまった、チェックカードにポスト番号写し間違っつて、番ポスト88を80と書いてしまっていた、それに気づくのがさうとう地図調査してからであった。2番から3番へも谷底の積雪を見てしまった、等高線に沿った道を行けばあえぐこともなかったかも。4番の有人ポスト岩へも方向だけを定めて森中へ入ってしまったつて、あっちにも岩こっちにも岩奥の小道から再アタックしかし岩また岩まいったわ。7番でも小径の終わりを取り違えたか行き当たらない、大きな岩なのか崖か見分けがつかない、結局の所小径がランナーで伸びていたのかも。兎に角右往左往で十分白いテラインを満喫しました。

寺田 保

# O-Cupに出る

チェイシングスタートはかろうじて残ったけれども……清水 泰生  
＜レースの前に＞

3月からこのレースを意識していた。八ヶ岳、富士山テラインは、私は好きである。ただ、あまりトレーニングをしていないし（3月下旬頃）どうなるのかなぁと思った。ただ、この大会に焦点を合わせてやろうと思った。

＜阪大・京大大会＞

この大会は、ただ足慣らしのために出場しようと思ったが、公的な事等で忙しく、出るだけ？のレースになってしまった。

＜前日＞

二日間OL遠征をする事（ゴールデンウィーク後1週間ほど忙しく、二日間出場すると後にひびくから）が非常にむずかしいので、レースは初日だけにしてすべての集中力を初日のレースに注いだ。トレーニングは、スピード練習が少し足りないのが不安だった。また、2Kgウェイトオーバー（62Kg）の事も不安だった。

（走れるだろうか？） バスが3時間以上も遅れ、多少疲れた。この日（前日）諏訪で一泊したが、諏訪湖はとても綺麗だった。

＜当日＞

6:00に起床。いつもと同じであるが、このごろ3～5時間の睡眠が多かったので昨日Pm10:00頃寝て、8時間睡眠で良く寝たなと思った。9:00時頃会場に着く。テーピング、ストレッチをして、スタート地点まで笠井君（うるしの会・京都）とjog。笠井君が京都橘女子大のOLウェアを着ていたの“はぁ”と思ったが、コーチ（橘の）だという事が分かり納得。

スタート→① ここは川2本と道と尾根を確認、コンパスをふってなんなく進む。

①→② ここは完全にミスルート。南の道に出て、道の分岐からコンパスをふるのがベストであろう。やぶの多い沢を走ったのが悪かった。現在地が分からず、8分（※）のロス。この時、2分スタート後の笠井君に追い付かれる。“彼も△→②の間にミスをしたな（とっくに追い抜かれたのではないかと思っていた）”と思いながら彼の後について走る。

②→③ 道走りで再び笠井君を抜く。コンパスをふって直進、ポスト手前で少しウロウロしてしまった。（10秒程）

③→④ 家を確認しコンパスをふったが、手前の岩でウロウロ（10秒程）下っていったが、ポストが無いのでまた3分程ウロウロしたが後

を振り返ると、なんと通過した所にポストがあった？

- ④→⑤ 山田君（東大OLK）と並走。彼は少し方向が違う所を走って行ったので、“ミスをしたな”と思った。ポストの手前で（2～3秒）ウロウロしたがOK。
- ⑤→⑥ （中間）ここは、道の曲がりでコンパスをふったが、ポスト手前30mの所でウロウロしてしまった。
- ⑥→⑨ ここは問題なし。
- ⑨→⑩ この時、私の頭の中が少し白くなった。やばいと思い、出来るだけスピードを落として、酸欠を防いだ。また、この時後半のコースのメインである⑩→⑫をどう乗り切るかを一応考えていた。やはり疲れてきたのであろう、手前の沢に入り、現在地不明で8分程ウロウロしてしまった。またリロケート後、コンパスをふり間違えてやぶの多い沢にパラレルエラー。
- ⑩→⑪ ここはOK。25分後のスタートの石井さん（千葉OLK）、イトシン（京葉OLC）に追い付かれる。
- ⑪→⑫ ミスルート。北の道を走るべきだった。
- ⑫→⑬ イトシンと並走。
- ⑬→⑭ 地図で描かれているよりもやぶの多い所を走る。この時、足は限界に達していた。
- ⑭→⑮ ここで両足を完全につってしまい、ランナーが走り去る中を一人でつった足を治していた。なんとかゴール！（5分程ロス）

77人中58位？、約11Km、アップ380mで111分。まあ、つった事を除いては今の私にはまずまずの出来であろう。しかし、JAPANクロカン（4年前）、去年の朝日、今年の全日本と、完全に足をつってしまったので対策をかんがえなくては…。（おそらく私の走り方が、かかと着地ではなく、つま先着地が足をよくつる原因かもしれない。）

村越さんが70分だったので、なんとかギリギリでチェイシングスタートに残ったが、忙しいので二日目に出られず残念。帰りは公的な仕事をしながら帰阪する事になりそう。

《特急しなの・の車中にて》

中間計時	村越 真	1位	24' 28	清水 泰生	58位	41' 07
ゴール	村越 真	1位	1' 10' 07	清水 泰生	58位	1' 51' 06

# 「タコス」が旨かった

—今回も「～に引かれて O-CUP」に参加した— 寺田 強

前回と同様、保氏とダブル寺田コンビで出場。2日夜PM9:00頃出発したが、中央高速道・中津川付近で事故、通行止め。とりあえず恵那峡S.Aで仮眠をとる。3日・朝食を諏訪湖S.Aで食べて現地へ。中央高速から降りて、会場への案内がもう一つ不親切か分かりにくかった。

「富士見高原」やはりこの辺は寒いのか、会場の周辺には霜柱が5cm位に立っている。AM8:00すでに参加者は集まりつつある。会場の体育館で自分のゼッケン、コントロールカード等を取る。H40Bで参加。スタート地点への案内看板が体育館へ入るまでは徒歩10分とあるが、着替えてさあ行



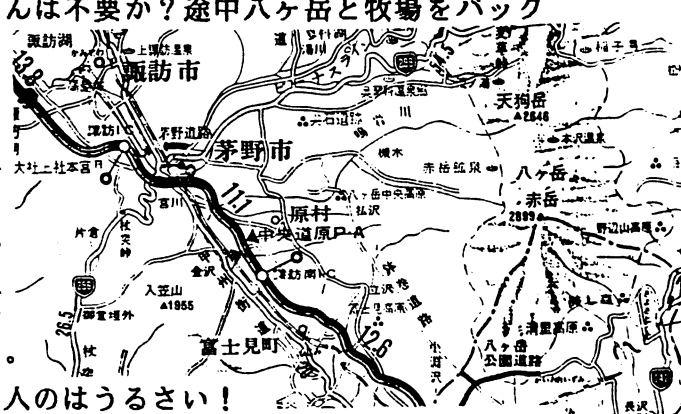
こうと外へ出ると10分が15分とマジックで書き直してある。あわてて走っていくと、なんのことはないゆっくり歩いても10分かからない距離にスタート地点はあった。これでは先が案じられる？

さあ「ピッ、ピッ、ポー」の合図でスタート。このスタートするまでの緊張がたまらない。

今回のゲレンデは昨年の白州大会の北西側で全体の雰囲気はそっくり。地図はほとんど真っ白。どこでも通れる。逆に言うと位置確認の目標物が少ないのである。初日は1:11:08でゴール。

保氏がなかなか戻って来ない。腹が減ったが辛抱して待つ。やっと疲れきった彼がゴールする。そして近くへドライブと食事へ。とりあえず清里へ向かう。もう大渋滞。途中レストランへ入るが皆アベック。ぼくらは場違いか！清里へは初めてだがそのケバケバしさは、原宿が山の中に現われたと言う感じ。人と車の山。白い家。三角の屋根。ピンクのフリルのついたテント。等々。ここでもおじさんは不要か？途中八ヶ岳と牧場をバックにパチリ！ミーハーしてみる。

今夜の宿舎はスポーツセンターという合宿場風のところ。8帖程度の部屋で2段ベット3×2で6人+畳の上に4人計10人。安いだけが取り柄か。早寝したつもりだが隣の人の「いびき」がうるさい。自分のいびきは気にならないが他人のはうるさい！



翌5日、第2日目。前夜、今日のゲレンデはどこやろうと5万分の1の地図で話していた、最悪のゲレンデとなった。地図の等高線が細かく斜面が急勾配だ。スタート地点へ行くまで20km登りである。それもかなりきつい登り。2日間大会なので今日はチェンジングスタートとなり肩をたたか

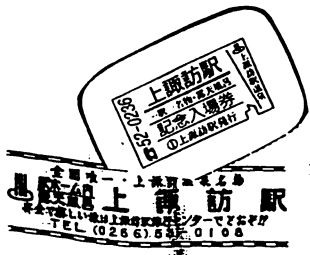
れてスタートする。ゲレンデ内には雪がところどころある。昨日の失敗をくりかえさないようにと斜面の攻撃は慎重にしたつもりだが、どうい  
うわけか自分自身で「おかしい?」と思いウロウロしてしまう。結果は正  
しかったのだが!「まよい」であり「自信のなさ」である。他の人を見つ  
けるとついそこへいってしまう。やはり経験は必要なのだ。しかしUP・  
DOWNのきついこと。Mポストから赤色テープによるゴールまでの登り、  
そしてゴール直前の45'はあろうかと思われる砂地の登りの5-6m。も  
うダメ。なんというコースだ!

ゴールして2日間トータルタイム2:47:33。

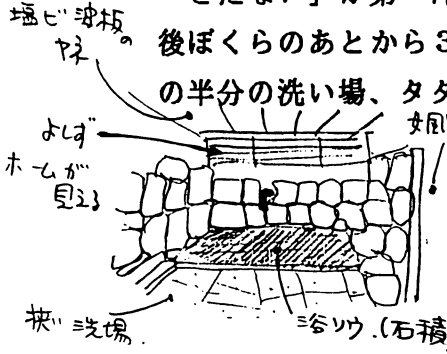
保氏も今日だけで2時間オーバー。もう帰ろう!?

「〜に引かれて...」  
は保氏に引かれて  
てした。

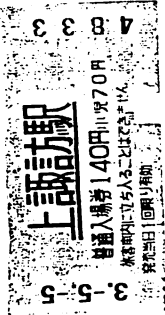
どうせ高速道路は混むやろうと白樺湖へと走る。時間つぶしだから渋滞  
もなんのその。白樺湖でコーヒーを飲み女神湖をまわり、長門牧場ではガ  
イドブックのピロシキを食べる。遊歩道を歩測の練習「保氏あなたはエラ  
イ!」次は霧ヶ峰高原へと車は走る。(実際は渋滞ではうように進む)昨  
夜同部屋の人からJR上諏訪駅には、露天風呂があ  
ると聞いていたのでそれを目差す。入場券で入れる  
なら安い!と。しかし駐車料金があるなら考えもの  
だと思いつつ上諏訪駅着。なんと駐車料金無料。タ  
オルを持って駅構内へ。入場券を持って!「狭い」  
「きたない」が第一印象。それでも先客1名。その



馬車・売店で売っていた露天風呂セット  
タオルと石けんまで310円  
高い!



後ぼくらのあとから3名入ってきた。タタミ1枚分の浴槽(石づくり)そ  
の半分の洗い場、タタミ1枚分の脱衣場。湯はぬるくゴミは浮いている。  
保氏はそくざに出る。それでも駅の構内であるから  
駅のアナウンスは聞こえるし、よしげからのぞけば  
電車も見える。PM6:00さあ飯でもと国道20号線を諏  
訪インターに向かって走る。途中、イタリアカスペ



イン風の(本人はイタリアもスペインも行ったこと  
が無い)レストランに入る。外は少々くたびれていたが中は良く出来て  
いる。おすすめ料理を尋ねて注文する。メキシカンビールがうまい。(陶器  
のジョッキの縁に塩がついている)前菜のタコスがうまい。グルメ風に言  
うと「皮がパリッとして香ばしく具との調和がピタシ」。ホタテ貝のサ  
ラダもおいしい。魚貝類のカレー風味ピラフ、スペアリブ。皆、旨かった。  
2人前同じものを注文したので、2人前一緒にそれぞれ出て来るピラフの  
エビが1匹。保氏と「どうする?」しかし心配は無用。半分に切れていた。  
最後にもめずに済んだ。「食べ物のうらみは恐ろしいから!」

PM7:00頃帰路へ。やはり遅く出たのが正解。そんなにかまわずにAM1:30岸  
和田着。

# 1991.5.19ふるはうす大会

KOLA瀬戸

オリエンテーリングは楽しむものだと思います。自分の目標とするタイムにどれだけ近付けるか。順位は結果だ、と。

しかし、やっぱり順位が上位にあればより楽しいものですか？！

全日本ではトップスタートのラストゴールと言う最悪の結果が出てしまい、完全に自己嫌悪に陥ってしまいました。以後、出直しだ…と思ってはいただけで、仕事の都合と託つけてトレーニングもせずに日は過ぎていってしまいました。

この“ふるはうす大会”までにもエントリーは3、4大会していたのですが、出るに至らずやっと出場となった次第。クラス分けの関係も有ったのですが、エントリーは40Bにしてどのぐらい走れるだろうかと考えていました。

結果は、トップに30秒差の2位となり、このままBクラスでいこうか、やっぱりAクラスにしようか迷ってしまう今日この頃です。

(当初の予定通り、もうしばらくBクラスに挑戦することにしましょう。特に今回は普段のH35クラスのメンバーが居なかった中での成績でしたから)

因にトップは、みやこOLCの和田さんで59分07秒、私は59分37秒でした。距離4,800mのコースでした。

さてレースの内容はやっぱりと言うかBクラスのセッティングのように感じました。主に道走り中心のコースです。

スタートしてすぐ懐かしの高槻市野外活動センター(第4回ウエスタンの会場だった)だったのが、気を良くさせてくれます。だって第1ポイントまでの不安が解消されるのですから。3、4年前を思い出しながら緩やかな坂道を走って上ります。ソッこりゃいけるかな…と思いつつ野外ステージへの分岐をオーバーして締まっている。慌てて次の小道を駆け下りて①の小窪地でパンチ。②への道走りもまだ走っています?途中、Pの尾上さんとすれ違い、Aクラスは逆回りなのかと思いながら前方の亀田先生を快調に追い越して行く。広場からの下りは急な上に中途半端な階段道、重い体を支える丈夫な足に感謝しつつ飛び下りていく。

川筋で小学生達の団体の前をカッコ良く走って…と思うと石を踏み違いイタタ…しばらく片足走行でオットット。捻挫はしていない模様。尾根の②無事パンチ。立入禁止区域を避けるためか、そのまま1本道の小道を走って行くとチェックポイントの鉄塔への分岐で13分先行スタートの保兄ィが逆の方向へ行っているのが見える。一応声をかけたが聞こえたか

どうか、ともかく鉄塔への上りをヨイショッと掛け声をかけて上る。何人かのランナーが、それぞれ別の方向に走り去って行くが、惑わされず鉄塔北側の穴へ直行して③パンチ。立木に捕まったの急坂下り。耕作地へでて作業中の方へしばしOL説明？それがコンパスで方向を確認する間を取れたのか、もう少しで逆に走る所を方向転換、さすがに上りはあえぎながら歩くしかない。

沢の④も、下手に手前から突っ込むより道から攻めればの読みどおりすぐにOK。やはりBクラス、道から見える場所へ設置している。⑤番⑥番も確実に道を走るとOK。給水所では2杯も補給？ホッとして手前の道を入るとソッ？違う、給水所からそのまま小道を入れれば良いのに…と若干のロス。川に沿って走る小道、沢、小川とチェックしながら走って不審な？分岐に出る。しばし考えるがコンパスに従って南へ歩くとポストが、番号を見るとこれが⑧で“まっいいか”でOK。

いよいよラストまじか、この調子なら…と一瞬トップになれるのではと欲を出してしまう。まだ上り以外では走ることが出来る。前方にポストが…ここで考えたのが“このポストは多分Nやトリムのポスト、小道の分岐に付いているはず、よしっ”と勢いをつけて小道を突っ込む

と、クモの巣が顔にかかる、おかしい立ち止まって地図を眺めると、早く曲がり過ぎたのか、進路を西に取れっと斜面を下るとはっきりとした道と、ガケの根元にポストが有る。今日は藪に突っ込みは無い、と感じていた筈なのに…と舌打ち。⑨もとにかくパンチして、ロスを取り戻そうと走る。水路の様な道を避けて竹やぶの中を自分でも感心するようなスピードで走っていくと前方にポスト？

アレッ？と覗きこむと「FH」クショ、オーバーランだ！調子よすぎたなと反省しつつ、⑩へUターン。⑨番でのシマッタと言う気持ちを持ち続けたのがミスを繰り返す原因となってしまった

ともかく後はゴールへ一直線、まだスピードは乗っている、ゴールが見えた。走りながら手からチェックカードを外す…、しまった地図を落とした…急ブレーキをかけて拾う『チェックカードは左手に持ってください』係員の声にハイッと持ち変えると、またまたチェックカードを落としてしまった、何をしているんだろうか、再び急ブレーキ。

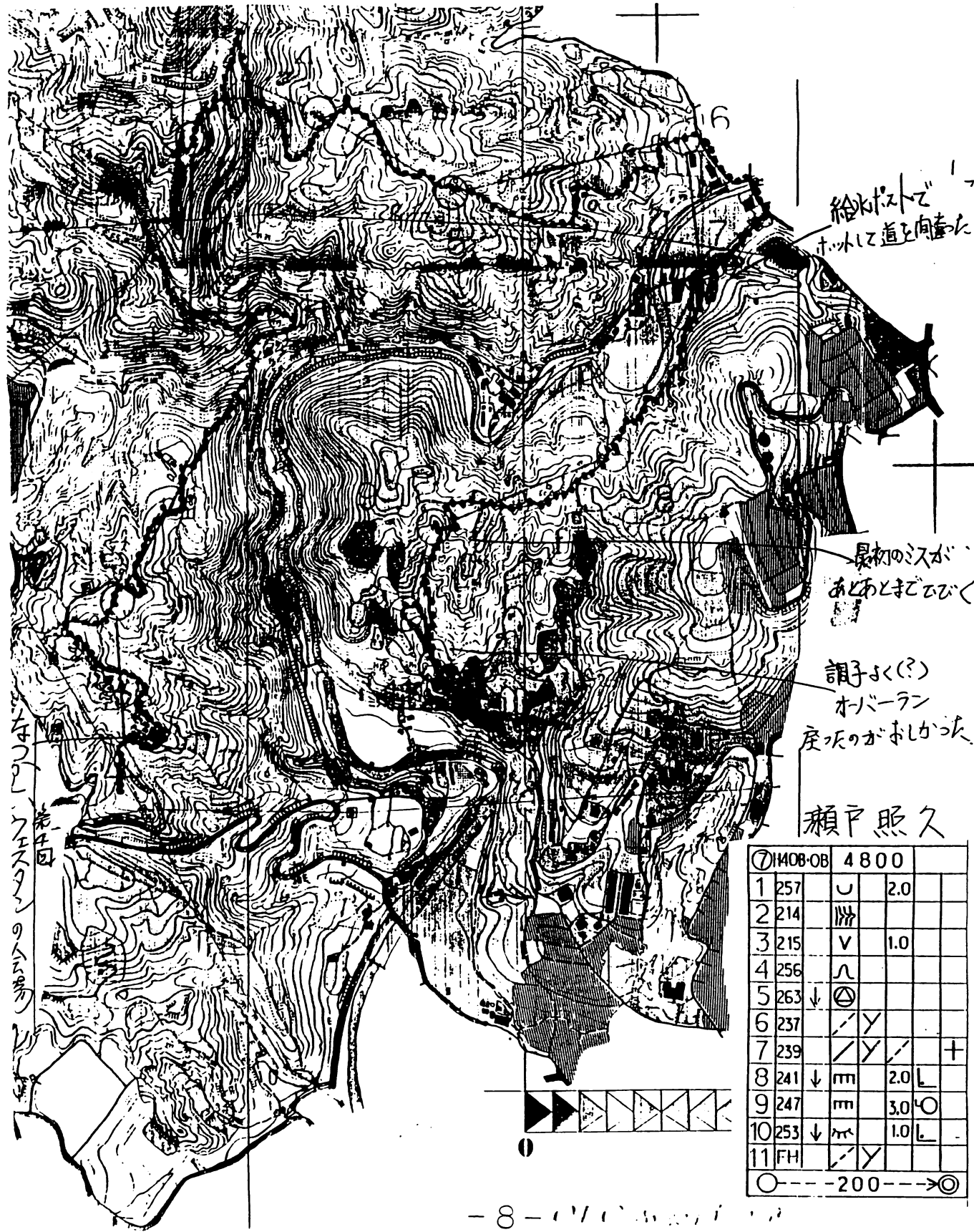
やっとかさゴール！タイムは、60分を切っただろうかと言う所か。

会場でビールが待っている。早く早くと気は焦るが、何と遠いこと。ゴールから更に会場まで歩くなんて…あーしんど。



# 芥川山城

縮尺 1:10,000  
等高線間隔 5m



給水ポスト  
ホコに道を直した

最初のミスが  
あとあとでびびく

調子よく(?)  
オーバーラン  
度次のがおしあつた

瀬戸照久

⑦	IMOB-OB	4800		
1	257	∪	2.0	
2	214	∩		
3	215	V	1.0	
4	256	∩		
5	263	↓ ⊙		
6	237	∕ Y		
7	239	∕ Y ∕		+
8	241	↓ m	2.0	L
9	247	m	3.0	○
10	253	↓ m	1.0	L
11	FH	∕ Y		

○ --- 200 --- ⊙

# 成績速報

0-Cup'91 <5/3・4>

H40A 寺田 保 1日目 1'53'50 2日目 1'55'30

H40B 寺田 強 1日目 1'11'08 2日目 2'47'33

※ 帰りを急いだため、KOLAの他のメンバー（永瀬 真一君、清水 泰生君）  
それに会報購読者の成績を控えることができませんでした。

第4回ふるはうす大会<5/19>

H E 中野 浩（吉備路） 1'42'47

H40A 愛場 庸雅（レオ） 56'18 大岸 真爾（吉備路） 1'49'11

D A 愛場 孝子（レオ） 1'37'42 吉岡 康子（吉備路） 1'44'36

H40B 和田 忠（みやこ） 59'07 瀬戸 照久 59'37

岩井 健二（豊中） 1'33'24

D B 池田 富子（大阪） 55'35

O A 亀田 藤樹（大阪） 2'32'23

O B 頓宮 秀徳（備前市） 1'17'34 寺田 保 1'25'56

中田 茂（ルーパー） 1'28'05 古家 俊次（タクト） 1'35'34

「0-Cup'91」に参加して . . . . . 古市 孝幸

初めてのAクラス（H35A）参加（今まではH21B）。しかも、コースがDEと同じとあって不安で一杯であった。成績は散々、2時間前後もかかり、残念な結果となりました。これからも頑張っていきたいと思います。（競技歴1年弱）

私の近況と予定 . . . . . 清水 泰生

5月12日 和歌山県クラブ対抗1500m予選。4'37（予選落ち）

OLのスピード練習の一環として、陸上のレースに出ています。今後、

6月15日 和歌山県陸上選手権

7月21日 大阪府陸上競技大会

9月21日 大阪府クラブ対抗対抗

10月10日 新体連の大会に出る予定です。

当面は、和歌山県陸上選手権でベストに持っていきつもりです。

## 松原市民OL大会に参加して

この2~3日体調が悪くトレーニングもしていなかったので、OLを楽しむために、家から走って15分の所にある大泉公園にて行われた『松原市民OL大会』に出場しました。こんな日は、彼女と一緒にテニスや、ショッピングに行くのが普通でしょうが、そういうものには縁?の無い私は、まともや大会に出てしまいました。

レース(とまでは言えないと思いますが)は、ルートを見れば分かると思いますから省略させて頂きたいと思います。まあ今回は、公園OLの帝王・横田さんに負けてしまいましたが、久しぶりに競技としてではなく、楽しんでするOLをする事が出来てよかったです。

さらに嬉しい事は、小中学生のチビっ子達が大勢参加していた事です。この子供達が、いつまでもスポーツやレクリエーションを愛してほしいなぁ、と思うと共に、自分も競技としてスポーツをするのが、まよ6年ぐらいだと思うと、今度は子供達やおじさん方と共に、一緒にスポーツ(OLとは限らず)をする事に力を入れて、社会・地域体育の発展に少しでも役に立てたら、素敵なスポーツ人生だと思います。また、その事が私にとって大きな夢です。

by 清水 泰生

### 勝つから楽しいのか?

“オリエンテーリングを楽しみましょう”とは、私の方針で有りいつも皆さんに言っていることです。…が、成績が芳しくない場合にも楽しいのだろうか、と近ごろ思うようになりました。

と言うのも、先の全日本に於いて当該クラス(H35A)でトップスタートのラストゴールと言う、冗談のような成績になってしまいました。それまでも決して良かったとは言えませんが、まだ余裕があったようです。次こそは…と思い、あのミスはこれが原因、このミスはここが失敗と分析もしていましたが、全日本の後は落ち込んでしまいました。

もちろん自分のOLをし、目標をクリアすれば結果はおのずからついてくるものと言うものですが、なかなかそうは問屋が降ろしません(マヨ面白いの声も有るが)

5月19日ふるはうす大会に久しぶりの登場。仕事の都合も有ったのですが、全日本大会以来になりました。エントリーはBクラス。先に書いたように余りの不成績とトレーニングが出来ていなかった事から“どんなもんじゃろな”と言うところです。結果はトップに30秒差の2位、メンバーを見渡せば普段の35クラスより上の年齢層の方々が多く、ミス無く走る事が出来ればこんなものなのでしょうが、速報板を見る楽しさはやっぱり余裕でした。

そこで自問自答「OLを自分なりに楽しんで結果が成績なのか?、結果が良いからOLを楽しむのか」建前は前者でしょうが… もうしばらく自問自答を続ける事にしましょう。貴方はどうでしょうか?

# 第41回松原市民OL大会(大泉緑地にて) 5/19

ようやく、1年生が入ってきて、我が郷荘中学野外活動部も活気が戻ってきました(といっても、公務が忙しくて全然クラブ員を見れていませんが)。今回は1年生に取って初めての外でのOL。最初が公園OLなので、僕も定期試験1週間前を省みず、総勢13名を引き連れてやってきました。

ところが、来る途中に不幸にも三国丘の近くのバス停から40分近く歩く羽目になってしまった。前のバス停から乗っていた小学生で一杯で、乗車拒否をされてしまったのだ。仕方なく、早歩きで「大泉緑地」まで歩くことにした(おかげで240円が浮いた)。

1年生は、初めてのことなのでグループでいく子が多く、3年生は個人で行くことになった。しかし、コースは、魔の「8の字ループ」。これだけは、止めてほしいね。

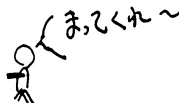
『中学生』と『一般』は同じ地図だったので、僕が生徒より後にスタートすることにしたのだが、僕の1分前にスタートした藤原Gを1番ポストに行く前に追い越してしまった(ちゃんと走れよ!)。途中10番ポストが付け間違えられていて時間を取られたが、ただひたすらに走る、やはり「公園コース」でした。

僕がゴールをした少し後に、村橋さんがゴール。しばらく話していて、用事があるからと先に帰ってしまった(この日は子供たちは野球の試合と重なっていてこれなかったような)。この直後に清水君がゴール。家から走って10分で来たという彼は、「軽い足慣らし程度」で今回は走ったという。必死になって走っていた僕は、辛うじて清水君に勝つことが出来た。

今回は、ライバル校「畝傍」が来ていなかったため我が郷荘中学が「中学生クラス」を独占。女子こそ、ペナルティーがあったため賞状を貰えなかったが、1年生には、良い思い出になることだろう。

そして、復路。やはり、帰りのバス停は小学生で一杯。そこで、僕たちは1つ手前のバス停まで戻り、そこからゆったりと乗り込むことにした。行きは煮え湯を飲まされたが、今度は立場逆転。次のバス停で小学生が乗り込んできて満配にこそなったが、歩いて帰るのには、あわずにすんだ。

さあ、来週の大阪城ザ・コンペは、テストの真っ最中だ。何人の生徒を連れて行けるかなあ。



(文責 横田)

A 黒瀬純一 1時間18分14秒  
慶川源太 1時間21分28秒  
元 裕紀 2時間03分34秒

B 北野勝久 29分18秒  
眞田康史 52分52秒  
眞下 ? 54分13秒

C 辻井里奈 1時間08分49秒  
村井めぐみ 1時間09分47秒  
有本かず 1時間13分19秒

D 林みゆき 52分31秒  
妹尾香織 59分09秒  
荒川しのぶ 1時間05分53秒

E 中川寛康 52分54秒  
白川 努 53分40秒  
藤原章洋 1時間15分52秒

F 江藤美香 1時間57分03秒 P1

I 白田雅之 1時間04分31秒

J 宝 富彦 36分37秒  
木戸宏 37分24秒  
太田為彦 46分01秒

L 後藤謙治 36分52秒  
高鍋直樹 1時間6分53秒  
伊藤邦晃 1時間7分1秒

M 三浦裕子 38分16秒  
三浦怜子 39分24秒  
筒井夏子 1時間8分56秒

N 吉村耕治 40分58秒  
新保大祐 41分08秒  
平山友啓 1時間19分51秒

P 横田 実 31分39秒  
清水泰生 33分04秒  
村橋和彦 33分21秒

平成3年2月24日の大阪城でのOL以来、しばらく参加していなかったので平成3年5月19日に大泉緑地のOLに参加したのである。

名をば、第41回松原市民OL大会となむいひける。

スタートは10時29分である。スタートチャイヤーがブーンと鳴ったので、約1時間の旅にスタートしたのである。1番のポストは、お手洗いの近くである。

難なく見つかったので、2番のポストへ。噴水の近くなので、言ってみるとポストがないのである。それもそのはず、道を1本挟んだ反対側を一生懸命になって探していたのである。所要時間は3分。3番のポストは売店の裏にあるはず。僕より1分先にスタートした後輩をここで抜くことになる。

4番のポストの近くは、石がたくさん転がっているはず。だが、ここでまた時間をつぶすことになったのである。所要時間はここでも3分。よく迷うやつだと思いながら、5番・6番のポストへ。この2つは簡単に見つけることができた。

7番を見つけるのに少し手間がかかった。このころには、黒い影が忍びよっていたのである。8番へ向かうのに約600m走らなければならない。いよいよ目的の場所にきたかと思ったら、黒い影が僕を抜いたのである。

黒い影とは、10時30分にスタートしたS君である。9番のポストを探すのも気が気でない。2人で2分ほどさまよって、見つけることができた。

10番のポストへ行く間に影は消えたので、少し安心した。後日談では、10番のポストの位置が地図と少しずれていたらしい。11番のポストは、ずいぶん見つけにくかった。斜面を登らないと行けないところがミソ。12番のポストへ着いてパンチを押して走ろうとするとやってきたのが影。ここでまた影には抜かれたくはない。そのためには、少なくとも61秒は差を開けなければならない。

13番のポストは、道を300mほど走り、左に折れたらすぐに見えた。さあ、残りあと2つ。14番のポストは30秒も過ぎない間に見つけてしまった。13・14番のポストをすぐに見つけることができたのは不思議なぐらいである。

あと1個。心臓が高鳴る。道の分岐を右に曲がり、橋を渡って50m。道の分岐がまた現れたところで、真ん中を突っ切って約100mをいくと……。

15番のポストが現れた。そこには、5、6人が順番を待っている状態。パンチを押して約600m走ってやっとゴール。心配したとおり、影は70秒遅れてゴールしたけれど、実際はたった10秒の差。一応、中学男子個人クラスの中では1番ではあるけれども、自己の記録を伸ばすことができないのはなぜか。

たんだんタイムが落ちてきている。自分という人間がいやだと思ふ自己倦厭の感情を、始めてこのOLによって知ったのであった。

でも、金メダルと賞品がもらえるのがいいなあ。次回もぐわんばるぞ。

GOLC 吉村

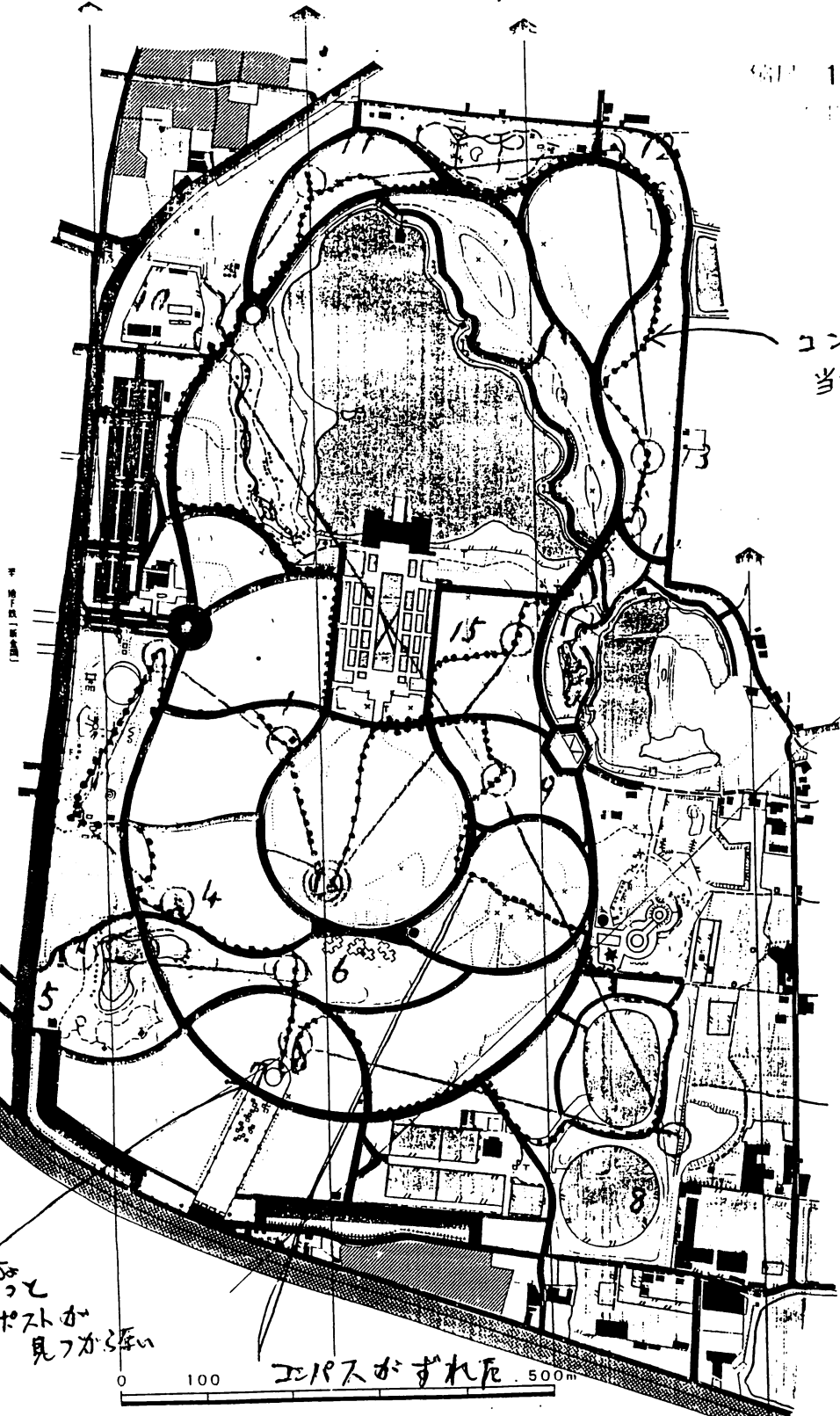
# 大泉緑地

- 家族一般・中学
- 1 (ク) 建物 南西
  - 2 (キ) 屋根の曲り
  - 3 (H) 建物 西
  - 4 (ア) 石 東
  - 5 (Y) 建物 東
  - 6 (N) 丘 中
  - 7 (L) 林の中
  - 8 (ケ) 柵 中
  - 9 (F) 林の中
  - 10 (カ) 林の中
  - 11 (S) 植込みの中
  - 12 (コ) 植込みの中
  - 13 (D) 林の中
  - 14 (エ) 林の中
  - 15 (G) 丘

コンパスの  
当が今一

清水泰生

	真 市 道
	道 小
	小 送 電 線 鉄
	トンネル 石
	植 生
	通れない橋 通れ
	土壁・石壁 (通れる
	建物 建物壁
	客内板など人工物
	たいさな塔 せ
	池 沼地 (通れる
	通れない川 小川
	野 臺 水 井
	等 高 線
	こぶ きれつ
	小 凹 地
	通れない 土崖
	通れる 土崖
	入れない 崖敷
	入れる 広場
	走行可 草地
	歩行可 草地
	通れない 生垣



ポストが  
見つかると

エパスがずれた 500m

自 製 松原O1協会  
調査年月 昭和37年  
調査・作図者 若田 幸伸

この図面は、松原O1協会の委託による  
H.O. 1 (昭和37年10月) - 土壌調査報告書  
(昭和37年5月) を基に調査作成したものである。  
(松原O1協会)

昭和37年10月現在の調査結果に基づき  
作成されたものである。

# 「またも来ました ザ・コンペ」第1戦 (BY 大阪城)

5/26

なんで、こんな日に…。郷荘中学校は「24・25・27日」と中間テストの真っ最中。今年は、1年生が20名近く入部し、活況を呈してきたというのに、今回の参加者は、わずか4名。淋しいですね。ちなみに、6月30日の大会も期末テスト前日。う～ん、何名の参加があるだろうか。

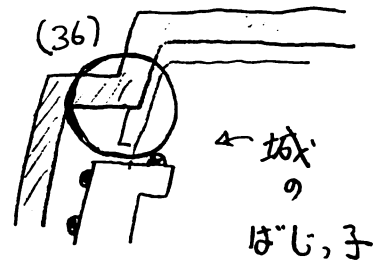
4名ということで、ぼくの軽ワゴンに詰め込んでやってきました。3日ほど前の天気予報とは裏腹に、物凄い良い天気（貨物室で生徒が『暑い』とわめいている）。来る途中の「泉北高速1号線」では、本日行なわれる「自転車ロードレース」の準備をしていた。

と三

大阪城に着いて集合地点にしてみると、何やらざわめいている。「いつもより参加者が多いのかな？」と見てみると、なんと奈良女のメンバーが新入生の練習会を兼ねてやってきていた。やはり、女の子が多いと華いで見えていいですね（この意見は村橋氏と一致したので僕個人の偏見ではない）。

GO L Cの1年生は、先週の「大泉OL大会」が初参加だったので、1人で行かせるのは少々不安があった。しかし、その不安とは逆に、大学生チームを抑え、堂々の1・2・3位独占を果たしたのである。表彰式の時大学生のお兄ちゃんたちが「あんな子供に負けたのか」とつぶやいていたのが、印象的だった。

僕はというと、やはり、辻村ファミリーの壁は厚く、今回は6位に終わった。随分と走ったのだが、力の差は大きいようだ。敗因は、梅林の入口から取りに行こうとした④にある。梅林の中の池周辺を探していて、時間をかなりロスしてしまっている。もっとよく読図をすべきと反省（いつも走っている大阪城だからと安心してしまっていた）。



多くの人は、⑥(ポストNO.36)の大阪城の測で迷っていたようだ。郷荘の平山君もこれが見つからずP1という結果になってしまっている。辻村修氏もここで迷っていたのだが、それほど時間的にロスはしていないのであろう。

表彰式では、今回はザ・コンペの第1戦ということもあり、表彰状を乱発してくれた。「個人」は勿論、「女子」「グループ」と。次回に向けてのおまけということで。今年は、総合得点の計算方法がかわったので、総合優勝は無理かな？ 無欠席の「敢闘賞」は今年もあるのでしょうか。それを期待してますよ。

午後からは、奈良女の練習会ということで直線歩行などをするとかいていたのですが、テストの採点などもあり、後髪を引かれる思いで、大阪城を後にするのであります。

( 文責 横田 )

# 成績発表 (12時発表分まで)

## A (17チーム)

- ① 辻村 歩 28分17秒
- ② 楠見耕介 29分22秒
- ③ 武田宏治 30分54秒
- ⑥ 横田 実 34分20秒
- ⑪ 村橋和彦・テイ子 43分08秒

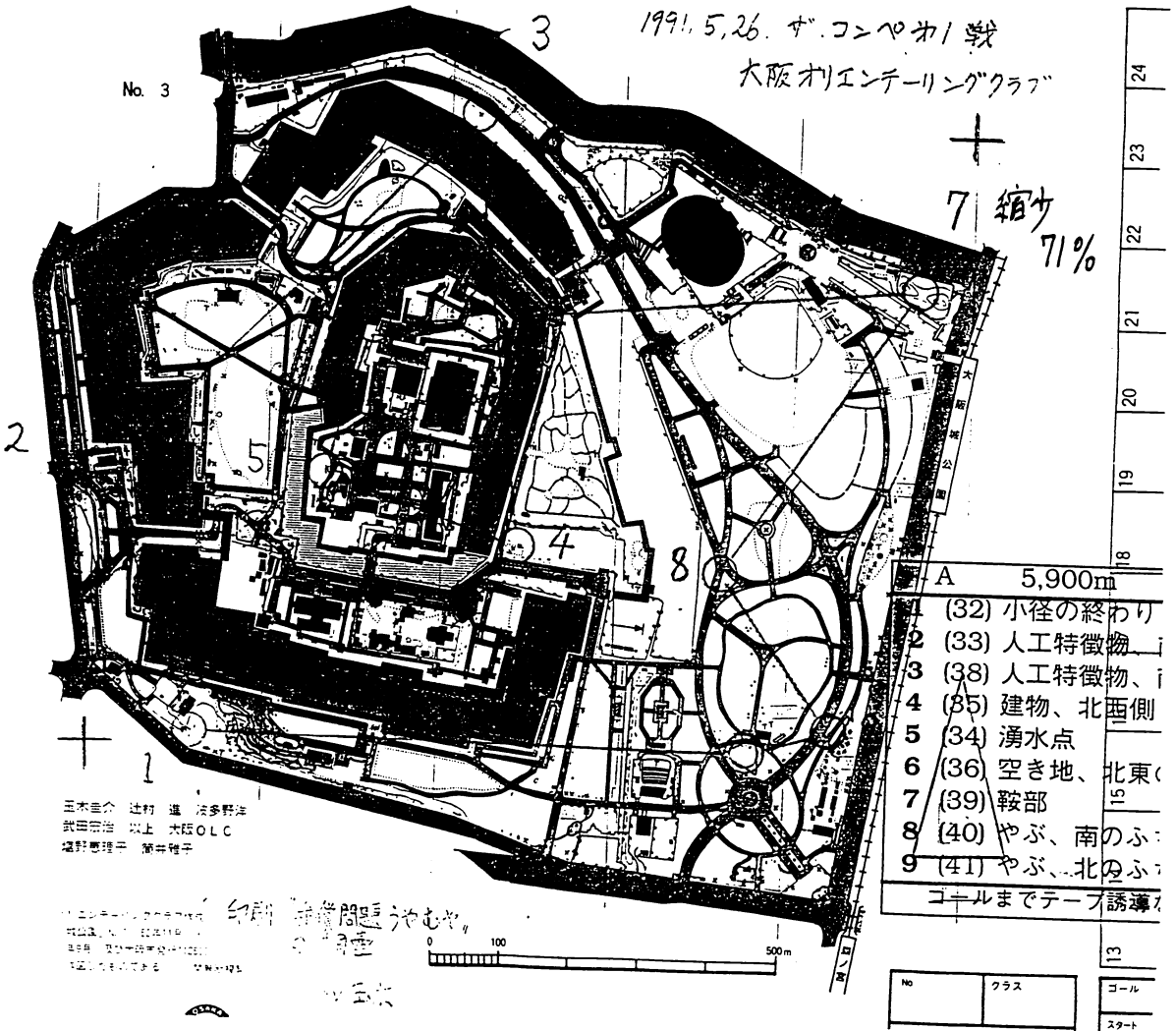
## B (18チーム)

- ① 森 三郎 35分02秒
- ② 藤井貫太郎 37分31秒
- ③ 坂口貴彦 40分5秒
- ⑦ 村橋秀一郎・高橋佑介 47分11秒

## C (11チーム)

- ① 中川寛康 27分4秒
- ② 白川 努 37分9秒
- ③ 今井啓裕 42分30秒
- P1 平山友啓 1時間28分55秒

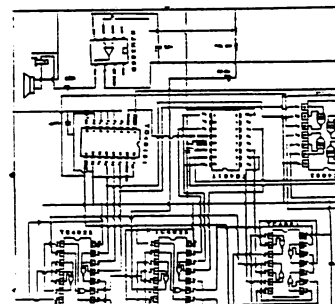
はKOLA(GOLC)会員



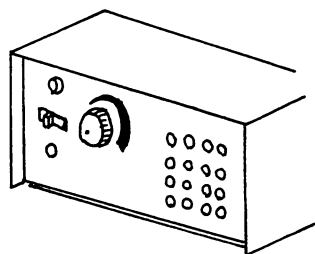


## 「スタートチャイマーが鳴った！」

私達のクラブにも、スタートチャイマーが欲しいと前から言っていた。瀬戸氏と保氏が「よし、作ろう」と言ったかどうか知らないが、「木村佳司氏のスタートチャイマーの製作」を見て作ることにしたらしい。2セットの部品を買い込む。この部品を買うのにも、保氏では頼りなく、彼の兄さんに付いて言ってもらって、日本橋で買って来たと言う。保氏が1セット、僕が1セット作ることにした。保氏が先ず完成させる。「鳴った」とTELある。が、電話の向こう側の音は30秒毎に「ピッピッポー」である。そして、その後あちこちさわると、もう鳴らなくなったとのこと。



「よし！」と気合を入れて、僕も作り始める。回路図から配置図を作り、自分なりの組立図を作る。ケースに、スピーカー・スイッチ等の穴あけの加工をする。次に基板にアース回路をハンダ付けする。順番にコンデンサー・抵抗等をつけていく。回路図は線一本ずつ「赤」で消していく。O-CUP'91に参加してきた次の6日完成する。保氏が兄さんから「完成しても電源を入れる前、3回ぐらいはチェックせよ」と言われたというので、チェックを始めたが、



途中でいやになり「えい！」とばかりにスイッチON。「ボッ、ボッ、ボッ、……」と鳴るだけ。「ピー」と鳴らない。そのうちラジオの音がかすかに聞こえる。

「え?」「なぜ?」とつぶやきながら、部品をさわって見る。スイッチ・リセットボタン等をカチ、カチやってみると「ピー」と「鳴った!」。さっそく時計と合わせる。1分間隔に鳴る。「成功!」すぐに保氏の家を持って行く。

「鳴ったよー!」と。

しかし、今だにスイッチを入れると先ず「ボッ、ボッ、ボッ、……」と鳴る。誰か原因を教えてください!

寺田 強

\*\*\*\*\*

## A P O C 9 2 ボランティア役員のお願い

\*\*\*\*\*

来年5月3日－5日に、静岡県富士市、愛知県岡崎周辺でアジア・環太平洋選手権大会が開催されます。既に香港やスウェーデンなどから、詳しい情報を請求する手紙が送られ始めています。

10年前とは、世界のOLシーンも、またその中でアジアの占める役割も変化してきています。ソ連や、香港、そして韓国からも選手の参加が見込まれています。

10年ぶりのA P O C、そして日本で開かれる久しぶりの国際大会を、オリエンティア全員が、ワクワクとした気分で待ち、それぞれの興味と制約に応じて楽しめる場にしませんか？

そ こ で . . .

A P O C準備委員会では、この国際大会の運営を手伝って頂くボランティア役員を募集しています。事前の準備を手伝ってもよいが、大会には参加したい、大会で空いた時間で手伝いがしたい、. . . .。些細なことでも、あなたの手助けが力になります。ひいては将来の日本のOLを動かします。皆さんが持っている制約の範囲で、気軽に手伝ってください。

登録頂いた方には、適宜A P O C通信を送付し、準備の進行状況をお伝えするとともに、作業が具体化した段階で、相談のうえ、お願いする仕事を決めたいと考えています。

責任者・送付先 清水市折戸1-20-11-31 村越 真 0543-34-9754

または勤務先：静岡大学 054-237-1111内4683 FAX054-237-9637

住所：

電話：

氏名：

年齢

歳 男・女

大会運営経験：○で囲んでください

無

有（部署：

）

資格：○で囲んで下さい

自動車免許

アマチュア無線

英検（ ）級

その他（

）

特技：○で囲んで下さい

語学（ ）語

パソコン

その他（

）

希望する役員の形態：○をつけて下さい

（ ）3日間役員をしたい

（ ）事前準備・外国人の受け入れ等は手伝いたい、参加もしたい

（ ）リレー／個人のどちらかに参加したい

（ ）全日大会に参加し、速報／外国人のホストなどの手伝いをしたい

（ ）その他（

ご意見があったら自由にお書き下さい。

切  
り  
取  
り  
線

# 大阪府オリエンテーリング委員会会則（改正案）

## 第1章 総則

### （名称）

第1条 この委員会は、大阪府オリエンテーリング委員会（以下「委員会」という。）と称する。

### （目的）

第2条 委員会は、大阪府におけるオリエンテーリングの普及振興を図り、もって府民の健康・体力づくりに寄与することを目的とする。

### （事務局）

第3条 委員会は、事務局を（財）大阪青少年活動振興協会内に置く。

### （事業）

第4条 委員会は、次の事業を行う。

- (1) 日本オリエンテーリング協会に対し、大阪府を代表する事項の処理
- (2) 指導員養成講習会の開催
- (3) 公認指導員資格認定事業の処理
- (4) オリエンテーリングクラブの育成
- (5) オリエンテーリングに関する調査研究
- (6) オリエンテーリング大会の開催
- (7) その他オリエンテーリングの普及に必要な事項

### （委員）

第5条 委員会は、次の者をもって構成する。

- (1) 日本オリエンテーリング委員会専門員
- (2) 委員会の承認を得た府内の公認クラブの代表者
- (3) 委員長が委員会の同意を得て委嘱する委員

2 年度途中であっても、委員として加入させることが望ましい者がある場合は、これを委員会に付議し加入させることができる。

3 委員は、委員会存立の目的を尊重し、委員会の事業が円滑に運営されるよう協力しなければならない。

## 第2章 役員

### （役員）

第6条 委員会に次の役員を置く。

- (1) 委員長 1名
- (2) 副委員長 1名
- (3) 会計監事 1名

2 委員長には、（財）大阪青少年活動振興協会事業部長の職にあるものをもって充てることとし、その他の役員については、委員の互選により選任する。

### （任期）

第7条 副委員長及び会計監事の任期は、選任を受けた日から2年間とし、再任を妨げない。ただし、任期満了日が経過しても後任役員が選任されない場合は、その任期を後任役員が選任される日まで延長する。

### （職務）

第8条 委員長は委員会を代表し、会務を総括する。

2 副委員長は委員長を補佐し、委員長に事故あるとき又は欠けたときは、その職務を代理する。

3 会計監事は、委員会の業務及び資産の状況を監査する。

## 第3章 会議の運営

### （委員会の会議）

第9条 委員会は、定例及び臨時の委員会を開催する。

2 定例委員会は、年1回開催する。

3 臨時委員会は、委員長が必要に応じ招集する。

### （会議の開催）

第10条 委員会は委員長が招集する。

2 委員会は、委員の過半数の出席をもって開催する。

3 委員は、代理者を指定して又は委任状をもって出席に替えることができる。

4 委員会の議長は、委員長又は委員長の指定を受けた者をもって充てる。

### （議決）

第11条 議事は、出席委員の過半数で決定するものとし、可否同数の場合は委員長がこれを決定する。

2 前項の規定にかかわらず、次条第6号については出席委員の3分の2以上の賛成がなければ、これを決することができない。

### （審議事項）

第12条 委員会は、次に掲げる事項を審議する。

- (1) 事業計画に関する事
- (2) 事業報告に関する事
- (3) 委員の加入
- (4) 副委員長及び会計監事の選任
- (5) 第15条に規定する部会委員の選任
- (6) 会則の改廃
- (7) その他委員長が必要と認められた事項

## 第4章 部会の運営

### （委員会の部会）

第13条 委員会に次の部会を置く。

- (1) 広報普及部会
- (2) 事業部会

(部会の機能)

- 第14条 広報普及部会は、オリエンテーリングの普及促進する事項及び大会開催の案内、通知等、広報に関する事項を企画し、処理する。
- 2 事業部会は、委員会が主催又は共催するオリエンテーリング大会の企画、運営の方法、クラブ及び人員の割当てを担当するとともに、競技力向上のための諸事業を実施する。

(部会の委員)

- 第15条 委員は、必ず1つの部会に所属するものとする。ただし、部会委員の任期は2年間とし、定例委員会で選任する。
- 2 委員長が必要と認めた場合、委員は両部会の委員を兼ねることができる。
- 3 部会長の申し出により委員長が必要と認めた場合は、委員以外の者を部会の委員にすることができる。

(部会の運営)

- 第16条 部会は、部会の委員の互選により部会長を選任する。
- 2 部会は部会長が開催することとし、部会の議長には部会長をもって充てる。

第5章 委員会の運営

(資産)

- 第17条 委員会の資産は、次に掲げるものをもって構成する。
- (1) 事業収入  
(2) 会費  
(3) 寄付金  
(4) その他
- 2 委員会の資産は、委員長が確実な方法により管理する。

(会費)

- 第18条 府内の委員会公認クラブは、毎年4月に事務局に会費を納入するものとする。
- 2 会費は、5,000円とする。但し、学生クラブの会費は、半額とする。

(経費の支弁)

- 第19条 委員会の事業執行に要する経費は、委員長の決裁により委員会の資産から支弁する。

(会計年度)

- 第20条 委員会の会計年度は、毎年4月1日に始まり、翌年3月31日に終わるものとする。

(事業計画)

- 第21条 委員長は、毎会計年度ごとに、予算案を添付した事業計画書を作成し、委員会の承認を受けなければならない。

(事業報告)

- 第22条 委員長は、毎会計年度終了後、速やかに当該年度に係る事業報告書及び会計報告書を作成し、会計監事の監査に付さなければならない。
- 2 委員長は、前項の手続の後、当該事業報告書等を次の委員会に提出し、その承認を得なければならない。

(雑則)

- 第23条 この会、定めのない事項で、委員会の管理及び運営に関し必要な事項が生じた場合は、委員長がこれを決定し、処理するものとする。

(付則)

- 1 この会則は、昭和51年10月1日から施行する。
- 2 この会則は、平成3年 月 日 (改正の議決のあった日) から施行する。

大阪府オリエンテーリング委員会  
委員長 井上 都志弘

平成3年度第1回大阪府オリエンテーリング委員会の開催について

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

平素からオリエンテーリングの普及指導のため格段のご尽力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、本委員会の平成3年度第1回委員会を下記のとおり開催いたします。

ご多忙中のところ恐縮ではございますが、万障お繰り合わせ上ご出席賜りますようお願い申し上げます。

記

- |        |   |
|--------|---|
| 1. 日 時 | 平成3年6月11日(火)<br>午後7時00分～午後9時まで  |
| 2. 場 所 | ①大阪青少年活動振興協会指導研修室<br>大阪市中央区森ノ宮中央2丁目13番33号<br>大阪府立青少年会館3階                              |
| 3. 議 案 | (1)平成2年度事業報告・決算報告<br>(2)平成3年度事業計画・予算<br>(3)委員会会則の改正<br>(4)新年度委員の選出<br>(5)その他(石川国体大会等) |

※別紙の石川国体協賛大会及び全国健康福祉祭大会の参加希望があれば、委員会当日に集計・調整を行いますので、各クラブで取りまとめてください。

# ●ウォームアップとクーリングダウン

## ＜ウォームアップ＞

走るための準備運動。心からだのリハーサルである。

①体温を上げる。体操や歩行、軽いジョギングなどで体を温める。

②柔軟性を高める。ストレッチングで全身を十分に伸ばす。

③目的とする運動と同じ動きをする。部分的な動きから全体的な動きへと進めていく。

忘れずに心がけよう。

## ＜クーリングダウン＞

運動後の整理運動だ。次の日常生活に戻っていくための適切な回復期間。激しい運動の後のアフターケア。

体のすみずみにまで届いている末梢器官の血液を心臓へ還流させ、疲労して縮んでしまった筋肉をゆっくり伸ばし疲労物質を早目に除去させることだ。

オーバーヒートした部分を水に浸したり、アイス・マッ

ジョギングを楽しむためにはウォームアップを丹念に行いたい。これらの準備運動で呼吸循環器機能が十分に高まっていく。筋や腱や関節などをゆっくり伸ばすことによつて柔軟性が増し、神経の伝達機能が向上して、ダイナミックでスムーズな動きができるようになる。

手のひらを使ってさする軽擦法が効果的。末梢部分から中枢部分へとさすっていく。つかんでもむ揉ねつ法、軽く叩く叩打法、振ることによる振戦法、指圧で押し圧迫法などのマッサージ方法がある。目的に合ったマッサージを行う。はれているところにはマッサージはせず、よく冷やすこと。

## ＜マッサージ＞

サージも効果的だ。

つかんでもむ揉ねつ法、軽く叩く叩打法、振ることによる振戦法、指圧で押し圧迫法などのマッサージ方法がある。目的に合ったマッサージを行う。はれているところにはマッサージはせず、よく冷やすこと。

## ＜ストレッチング＞

心身ともにリラックスさせて、呼吸を止めずに、ゆるやかに、目的部分に意識を集中して20〜30秒間伸ばし続ける。ストレッチングをすることにより、体が軽くなり気分が楽になる。頭もスッキリして動きやすくなる。

ジョギングの途中で休憩をとる時にもストレッチ感覚を



### ◆戸田マラソン (戸田市・埼玉)

21.0975km、10km、5km、2km

〒335 戸田市上戸田1-18-1

戸田市教育委員会体育課内 大会実行委員会

☎0484-41-1800内339・368

25

### ◆神奈川マラソン (横浜市・神奈川)

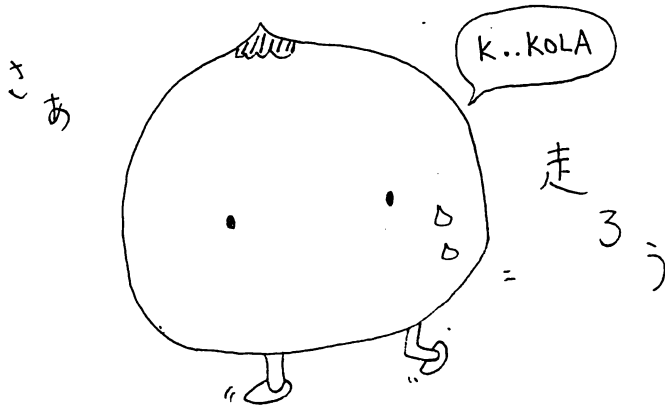
20km、5km

〒233 横浜市港南区上大岡西1-14-19

清水スポーツ 大会係

☎045-842-1988

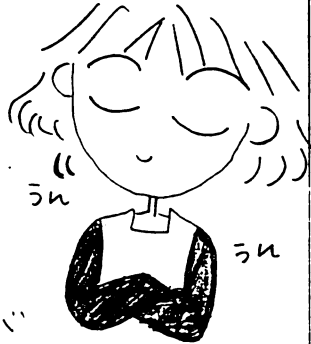
24



思(い)いあ(あ) = せ(せ)は(は)

いろいろ

あったなあ...



KOLAちゃん日記が

はじまった頃は

まだ中2だったなあ...

受験免が毎にも  
おられてなかつたなあ



JUNIOR  
HIGH-SCHOOL  
STUDENT

2	1
4	3

もしかたらいつかは

大学受験 OR

就職 試験

なんてことに



なるかもしれないで

みなさんもおつきあい

よろしくお原(もと)め(め)い(い)ます。

ああい

ああい

KOLAちゃん 21回 目だよー



苦しい受験も終わって

高校生にやっとなれたし...

とはいえ

変わったものは  
制服だけだよ



HIGH-SCHOOL  
STUDENTだ



# KOLA

6月～7月

## 大会情報&エントリー(出場予定)状況

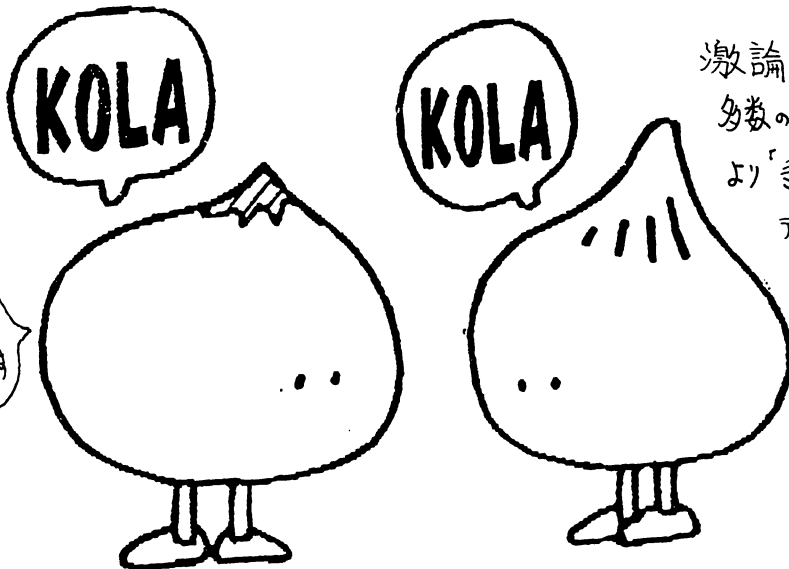
月日	大会名	開催地	出場予定又はエントリー
6/2	・京都カップ第1戦	京都市	村橋,
2	・東京大学OL大会	君津市	永瀬,
9	大阪OLCザコンペⅡ	暗峠	寺田強, 横田, 中井,
9	・阪市戦OL大会	奥大文字	
16	・関西学連定例戦Ⅰ	豊能郡, 高山道	
30	大阪OLCザコンペⅢ	服部緑地公園	寺田強, 横田, 中井,
7/7	・ショートO	三重県青山高原	
28	大阪OLCザコンペⅣ	久宝寺公園	寺田強, 横田, 中井,

大会等については事務局まで詳細をお尋ね下さい。・印は事務局に要項が有ります。

OLは、参加してこそ楽しいものです！みんなで行きましょう！

KOLA  
シンボルマーク  
決定

次号から  
ぼくたちが  
登場します



激論の末  
多数の応募作品の中  
より「寺田キミ子」様  
のデザインを選出  
いたしました。

### Aiming

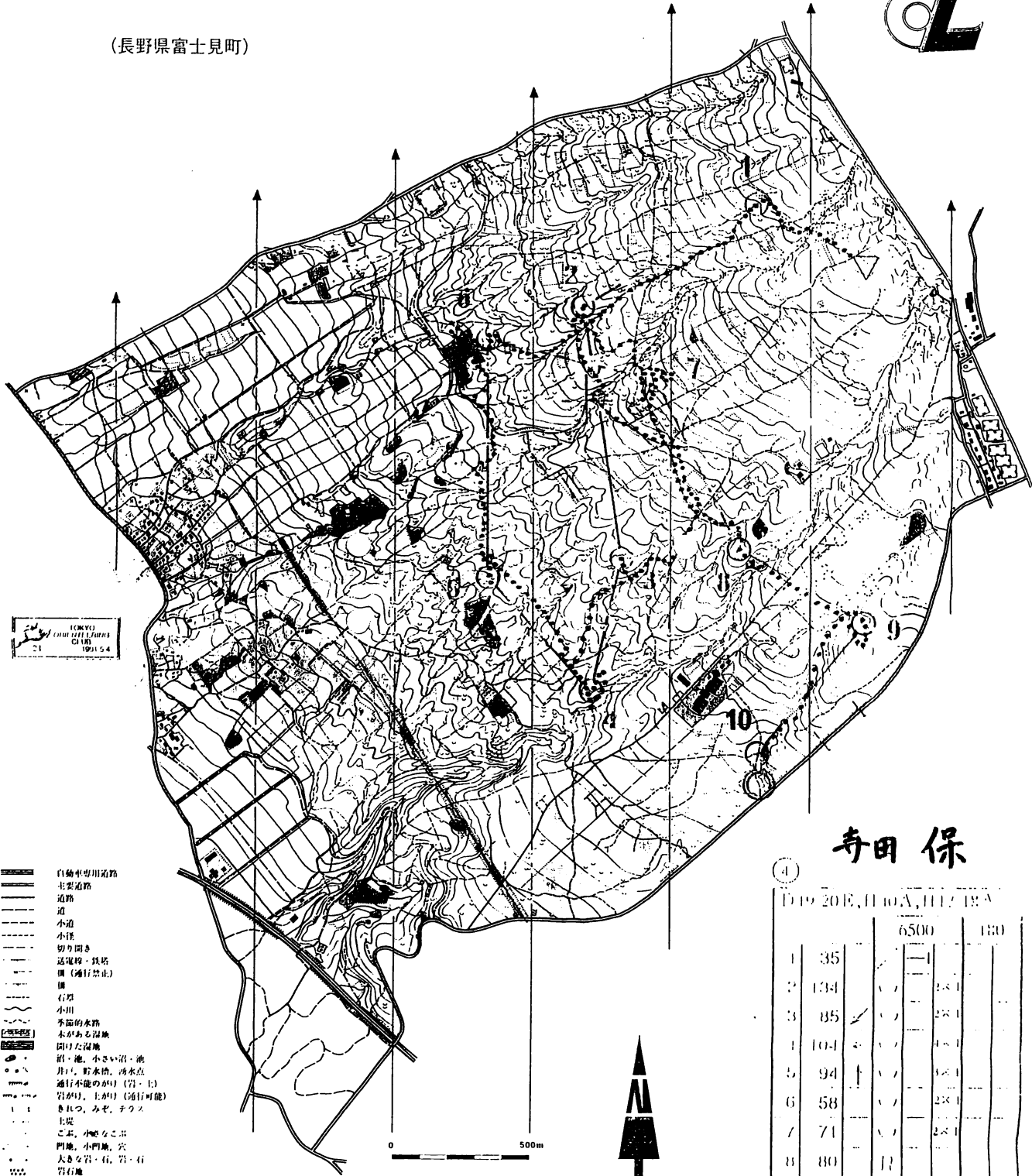
明日(6月1日)から、2泊3日で修学旅行です。連日、修学旅行委員が撮影したビデオを編集するために、夜遅くまで学校に残り、もう、くたくた。そのかわり、めちゃくちゃ面白いものができました。しかし、本番はやんちゃ坊主たちのお守りで、また苦勞するのでしょうか。行き先は、東京ディズニーランド！。さあ、楽しんでこよう。



# 富士見の森

1991.5.4(SAT)

(長野県富士見町)



〔CUP〕  
Circuit 101.5.4  
C101  
1991.5.4

- 自転車専用道路
- 主要道路
- 道路
- 小道
- 小径
- 切り通し
- 送電線・鉄塔
- 柵 (通行禁止)
- 柵
- 石塔
- 小川
- 季節的水路
- 木がある湿地
- 開けた湿地
- 沼・池、小さい沼・池
- 井戸、貯水池、湧水点
- 通行不能の谷 (岩・土)
- 岩がけ、土がけ (通行可能)
- 巻杖つ、みぞ、チラス
- 土堤
- ごみ、小畑ごみ
- 門地、小門地、穴
- 大きな岩・石、岩・石
- 岩石地
- 門石地
- 建物
- 泉
- ひこら、石塔
- 原焼き茶鉢
- トンネル
- 明確な谷を伴った
- 明確な境界
- 立ち入り禁止の開けた土地
- 立ち入り可能な開けた土地
- 伐採地・植林地
- 民家などの建物

0 500m



保護所  
通行禁止

## 寺田保

④

D 19 20E, H 10A, H 17 18A

		6500	130
1	35		
2	134	28.1	
3	85	28.1	
4	104	48.1	
5	94	38.1	
6	58	28.1	
7	71	28.1	
8	80		
9	122		
10	14		

0 100m

12

# AMIGASA

Scale 15,000  
Contour Interval 5m  
O-CUP '91  
Stage 2

中  
5.5.1991

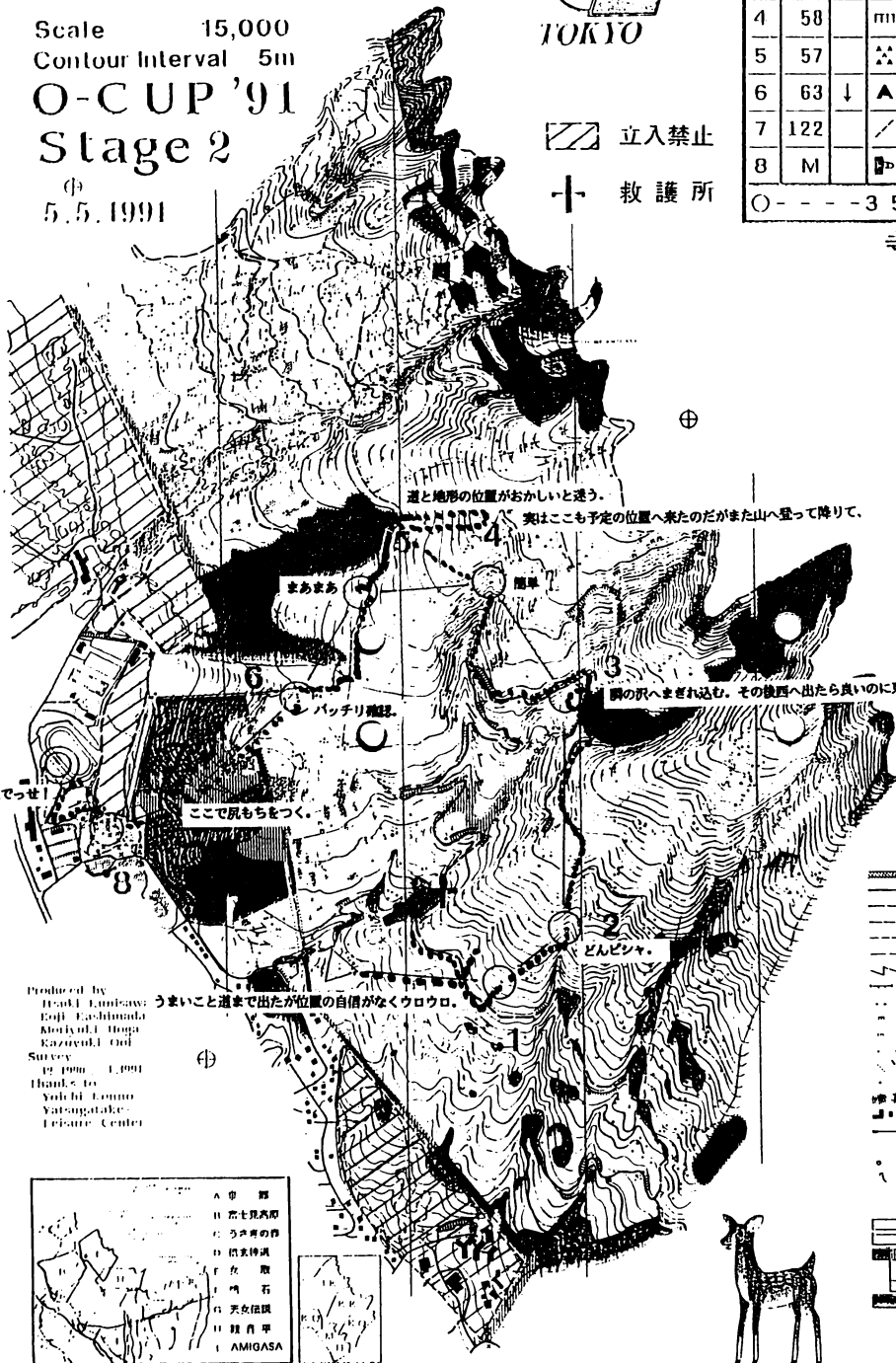


②	1140B	1135B	0B	4	4	0	0
1	100		▲		1.0	○	
2	109		mm		1	L	
3	54		八				
4	58		mm		2	L	
5	57		△		5		
6	63	↓	▲		0.5	○	
7	122		/	Y			
8	M		Pa				

立入禁止

救護所

寺田 強



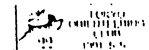
道と地形の位置がおかしいと迷う。  
実はここも予定の位置へ来たのだがまた山へ登って降りて、

川の沢へまぎれ込む。その後西へ出たら良いのに東へ出る。

ここで尻もちをつく。

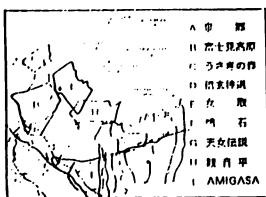
どんぴしゃ。

うまいこと道まで出たが位置の自信がなくウロウロ。



- 主要道路
- 道路
- 道
- 小道
- 小径
- 切り筋
- 積雪帯 (明瞭・明瞭)
- 崖 (通り抜け可・不可)
- 土壁・石壁
- 藪がけ (通過可・不可)
- 土がけ (通過可・不可)
- こぶ・小凹地・穴
- みせ・季節的水路・せき
- 岩 (小・大)・野石群
- 積石地 (小・大・通過困難)
- 建物・駐車場
- リフト
- 碑・石碑・人工物
- 崖壁・植栽・植樹台・小塚
- 湧水点・池・湖
- クリアリング
- 防火帯 (細い・広い)
- スキー・ゴルフ場等
- 立入可能な傾いた土地
- 荒地・開拓地
- 歩行可能
- 歩行可能
- 通行困難

Produced by  
Frank Luntz  
Goji Eashimada  
Moriyuki Hoga  
Kazuyuki Ooi  
Survey  
1990 1991  
Bank's for  
Yukihi Lomo  
Yatsugatake  
Leisure Center



- A 甲 郡
- B 赤土野西町
- C うまの野
- D 信濃町
- E 赤 旗
- F 鳴 石
- G 天谷庄
- H 野 原
- I AMIGASA

DESIGNED BY HOGA & LUNTZ

(1)

# AMIGASA

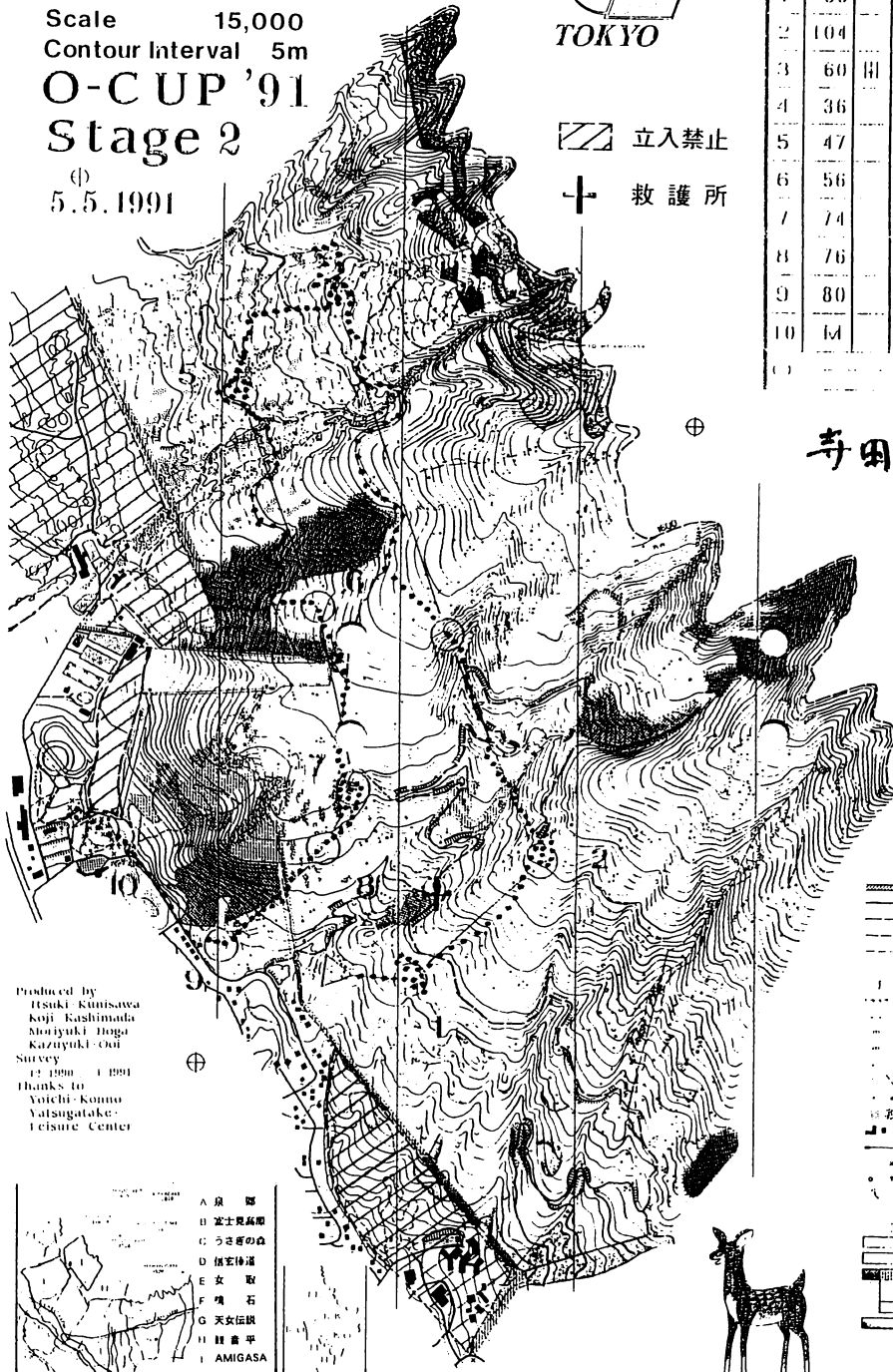
Scale 15,000  
Contour Interval 5m  
O-CUP '91  
Stage 2

①  
5.5.1991

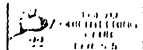


立入禁止  
+ 救護所

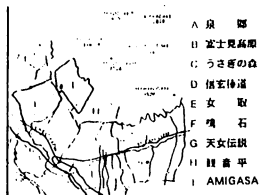
① D19-20E H40A			
H17-18A		5600	230
1	88		5
2	104		10
3	60	H	15
4	36		0
5	47		15
6	56		10
7	74	000	5
8	76		10
9	80		0
10	64		0



## 寺田保



Produced by  
Itzuki Kunisawa  
Koji Kashimada  
Kazuyuki Doga  
Kazuyuki Ooi  
Survey  
17.1990 1.1991  
Thanks to  
Yoshihiro Kuno  
Yatsugatake  
Leisure Center



- 主幹道路
- 道路
- 道
- 小道
- 小径
- 切り跡
- 植生界 (明瞭・不明)
- 崖 (通り抜け可・不可)
- 土留・石留
- 墓がけ (通過可・不可)
- 土留 (通過可・不可)
- ごぶ・小凹地・穴
- みぞ・季節的水溜・せき
- 崖 (小・大)・岩石割
- 岩石地(小・大・通過困難)
- 建物・駐車場
- リフト
- 祠・石碑・人工構造物
- 炭焼窯跡・焼痕跡・小塚
- 湧水点・池・湖
- クワリクワ
- 防火帯 (細い・広い)
- スキー・ゴルフ場等
- 立入可能な傾けた土地
- 荒地・耕作地
- 通行可能
- 歩行可能
- 通行困難



