

とくしま糖尿病協会会報

Team Diabetes Tokushima とくしまマラソン特集

発行
徳島県糖尿病協会
〒770-8503
徳島市蔵本町3-18-15
徳島大学 先端酵素学研究所
糖尿病臨床・研究開発センター内
会長 松久 宗英

号外

平成30年3月24日、25日「とくしまマラソン」 号外発行！

Team Diabetes Tokushima が発足して、まだ半年。それでも毎月のトレーニングを糧に、とくしまマラソンに20名、サポートランナー1名、“キズナ” RUNファンランに9名が参加しました。

「一人で走るの辛い、でも仲間と一緒にあれば走り続けることができる」ことを多くのランナーが証明してくれました。マラソン、ファンランいずれも参加した1型糖尿病患者さんは完走しました。走り終えた達成感は何にも代えがたい貴重な財産となり、それを支えたサポーターの皆さんにも大きな満足感を与えてくれました。

来年のとくしまマラソンでの完走へ目標を新たに、ランナーとサポーターが一体となり、さらなる挑戦に向いたいと思います。まずはお疲れ様でした。（松久宗英）

マラソンスタート前のひと時。この後地獄が。。。



「とくしまマラソン」 参加者のメッセージ ①



高い気温の影響もあってか20キロ過ぎから血糖値が急激に下がり始め何度か休憩をはさんでしまいましたが何とか完走することができました。TDTの皆さんのおかげで楽しい時間が過ごせました。また来年に向けて頑張りましょう！

（鎌倉正光）



初マラソンと言うか走ることさえ初めての経験でした。TDTに参加した当初の目的は減量と完走でした。ゴールで血糖測定してくれている松久先生に辿り着かなくてはいけないと言う思いとTDTのみんなのアドバイスのおかげで完走できました。ちなみに練習不足と食べすぎのため体重はむしろ増加してました。来年こそTDTに楽しく参加させていただきながら減量も成功させたいと思います。ありがとうございました。

（天満 仁）



「とくしまマラソン」 参加者のメッセージ ②

フルマラソンは暑くて厳しい条件でした。そんな中、鎌倉さんをはじめ、多くの方が完走でき良かったです。完走は簡単ではありませんが、決して不可能ではありません。チームの皆さんが証明してくれました。ファンランは和やかな雰囲気の中、間近に有名人を見れおすすです。来年はさらにたくさんの方の参加を期待しています。

(白神敦久)



ファンラン、マラソン共に参加しました。Tシャツの作成に携わらせていただいたこともあり、マラソン前の集合撮影の時はやはりテンションが上がりました。このチームの発展に微力なれど、これからも貢献できればと思います。裏方の鈴木さんに感謝です。

(村上尚嗣)

救急サポートランナーとして参加させていただきました。高温と強風により脱水に陥り足をつっている人が多数でしたが、声かけをしながら走ることができました。今後とくしまマラソンが素晴らしい大会となりますよう、盛り上げていきたいと思ひます。

(中村信元)



とくしまマラソン大変お疲れ様でした。ランナー、サポーターやスタッフの皆様も、皆が楽しめる素敵な大会になりましたね。今年はおそろいのTシャツで、TDTチームとして走れて嬉しかったです！

(大黒由加里)



私は11km地点の名田橋まで走り、追っかけ応援隊と合流して、西条大橋を過ぎたところと、だいぶきつくなってくる36km地点で、ミニオンズで応援&お接待に励みましたが、チームのメンバーを見つけることが出来ませんでした。(T ^ T) それでも今回こういう形で、1型糖尿病の方を支援できる機会を与えて下さったこと感謝しています。来年フルマラソンに挑戦されたい方、1人で走るの不安だという方がいれば、スタートからゴールまで一緒に走ることができたらと思っています。また、来年もよろしくお願ひします！

(佐藤裕子)

現在58歳で6回目のとくしまマラソンになります。7時間飲み放題、食べ放題、走り放題のイベントです。歩いてもいいし、リタイアしても全然大丈夫ですよ。たぶんTDTでは最高年齢？だと思いますが、次回からは私より年上の参加をお待ちしています。直近の目標は60歳でホノルルマラソン完走ですが、出来るだけ長く走り続けたいと思ひます。

(鹿山悟)



TDTをきっかけに初めてマラソンにチャレンジ致しました。完走出来ましたが、日々の努力の積み重ねが非常に大事だと学びました。次回も？TDTシャツで走りたいと思ひます！

(伊豆丸慎太郎)



「とくしまマラソン」 参加者のメッセージ ③



無事に2018年のイベントを終えることができ良かったです。来年のマラソンでは、1型糖尿病のチャレンジャーを一人でも多く支援し完走に導ける様に、自分自身も日頃のトレーニングに励みたいと思います。

(大島康志)



初めてとくしまマラソンに挑戦しましたが、皆さんの応援のおかげで無事完走することができました。今回練習・本番と参加して、みなさんと共通の目標を持ち、一緒にチャレンジすることはとても楽しく、勇気をもらえるんだなと改めて感じました。ありがとうございました！

(谷口諭)

話のネタになるかな、と思い初マラソンにチャレンジしてみました。マラソン後半はネタどころじゃなく苦しくて苦しくてしょうがなかったですが、TDTの皆さんや沿道の方に温かい応援を頂いてパワーをもらい、完走することができました。月並みですが、応援の力って凄いと再確認できていい経験になりました。来年もチャレンジしてみようと思います。ちょっと迷っている人がいたら、ぜひ一緒に走りましょう！

(倉橋清衛)



人生初のフルマラソン。TDTに参加していなければ一生経験する事はなかったと思います。何度もリタイアしようかと思いましたが、チームの皆さんも頑張っていると思う事で何とか完走できました!! 来年は自己ベスト更新します!!

(小林俊彦)



昨年よりTDTの活動に参加させて頂き毎月の練習会等楽しく運動を楽しんでいます。当日はスタート前にチームで集まり写真を撮り、一人じゃないという気持ちで走ることが出来ました。ありがとうございました。

(鎌田剛士)



25キロ地点から足の痛みで走ることが出来ず何度もリタイアを考えましたが、追い越していくTDTのメンバーに声をかけて頂き何とか歩いて、完走?完歩?する事が出来ました!! チームの皆さんに支えられてのゴールです。ありがとうございました。

(稗田大祐)



Team Diabetes Tokushimaランニング練習会のご案内

AWADM.com開催日の8時45分～10時

それ以外の第4日曜日の8時45分～10時(中止の場合もあり)

徳島県糖尿病協会のHPでご案内します。

<http://tokutokyo.org/guidance/except.html>

参加者も随時募集しています。

参加申し込みは徳島県糖尿病協会のHPを参照ください。

TOKUSHIMA
MARATHON
2018.3.25 SUN
とくしまマラソン2018



“キズナ” RUN ファンラン 参加者のメッセージ

徳島マラソンは前日のファンランに参加し、当日はゴール地点での血糖測定を担当しました。いずれもゴールした皆さんの笑顔が素晴らしく、順位や完走にかかわらず努力の成果に拍手喝采です。これからも、一緒に走りましょう。

(松久宗英)

初めてのファンランでしたが、良い緊張の中無事ゴールでき自信になりました。先生を始め周囲の方々のフォローのお陰で、低血糖の心配なく走れたのが本当にありがたかったです。これからもがんばります。

(加藤佳子)



今回初めて大会で走りました。走るのが苦手な私ですが、沿道の応援やTDTの皆さんと一緒に走ることができ、完走後は達成感がありました。今後は少しずつ走れる距離を伸ばしていけたらと思います。

(大石真実)



練習不足のため完走できるか不安でいっぱいでしたが、なんとか完走することができました。金メダリストと一緒に走ることができ感動しました。来年こそはTDTのTシャツで走ります。

(カーブが少し好きな男子)

ファンランのゴールです！

今回ファンランに息子と参加させていただきました。参加して感じたことは一つの目標に対してチーム全員で達成した時に同じ喜びを味わうことがこれだけ気持ちの良いものと改めて感じました。また今回初めてフルマラソンに多くの方が参加され、ゴールした後の感想を聞いた時にとても刺激を受け自分自身も次回はフルマラソンにチャレンジしたい気持ちになりました。

(鳥越雅彦)



《 編集後記 》

2018年3月24日(土) 25日(日)桜満開の晴天の下「とくしまマラソン」が開催されました。参加された皆様お疲れさまでした。Team Diabetes Tokushima結成から半年で、こんなに多くの方が参加され、感激しました。

来年も多くの方が参加できるよう、ランニング練習会などサポートさせていただきます。

今後とも皆さまのご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

徳島県糖尿病協会事務局 鈴木麗子

《 連絡先 》

徳島県糖尿病協会
徳島大学 先端酵素学研究所
糖尿病臨床・研究開発センター内
☎088-633-7587
e-mail: dtrc@tokushima-u.ac.jp
URL: <http://tokutokyo.org/>