

※ 1 行 30 文字の設定

ページレイアウト → 余白 → ユーザー設定の余白 → 文字数と行数
→ 文字数と行数を指定する → 文字数を 30 に変更 → OK

①

H先生は走ることがあまり好きではなかった。しかし、走ることは人生において切り離すことができなかった。運動することは幼少期から好きで、小学生のときは、ドッジボールや野球をしたものだ。走ることとの関わりは、ある先生の「H先生は若いからすぐに走れるよ。」という言葉がきっかけだった。大学卒業後すぐに教員になった赴任先の運動好きな先生の言葉だった。

ソフトボール、バドミントン、テニス等の運動に誘われ、そして、学校でチームを作って駅伝にも参加した。

また、走る練習をすると、体は引き締まり、体重が減少し、ますます走れる身体に変化していった。汗を流すと健康にもいいし、おいしいビールも楽しめた。一石二鳥でいい時間を過ごしたものだだった。(310 文字)

②

H先生は長い距離を走ることがあまり好きではなかった。しかし、人生においてマラソンを切り離すことができなかった。マラソンを走るようになったきっかけは、義理の弟の一言だった。「兄さん、マラソン走ろや。」結局 1 年の準備期間を経て、36 歳のときに初めて愛媛マラソンにチャレンジした。義弟と朝 5 時起きで出発して 2 時間走、3 時間走等、何度となく一緒に練習した。1 km 当たり 5 分を目安にスピード練習も行った。30 km の壁に不安を抱きながら、スタート地点に立った。当時の愛媛マラソンは関門があり、最終の時間制限は 3 時間 40 分だった。約 600 人程の参加であった。義弟が 3 時間 38 分 45 秒、私が 3 時間 39 分 15 秒で残り 45 秒でギリギリゴールした。

(312 文字)

記録表

月日						
番 号	①	②				
文字数						
時 間	分 秒	分 秒	分 秒	分 秒	分 秒	分 秒