

毎朝、スロージョギングを楽しむ繁森さん

生活を 楽しむ

専門店街が相次ぎ開業し競争が激化。迎え撃つ繁森さんは、夜遅くまで動き海外出張も多かった。

「健康でなければ競争に勝てない」と奮起。翌日から早朝ジョギングを始め、以降、百貨店役員、フィットネスクラブ社長、福祉

施設資料館長など激務に就いたが、雨の日も雪の日も海外でも、深酒の翌朝も欠かしたことがないという。

病気とは無縁が自慢。体重もベストの60kgを維持。「スロージョギングは心肺機能や基礎体力、食欲増進など効果絶大。すっかり魅

せられています」。昨年春には初のホルルマランを完走した。これまでに約7万1700kmを走破、地球を1.8周走った計算だ。

70歳を機に退職、目標だ

心身快調 病気と無縁

繁森良二さん(76)は岡山県山形市北区西幸川が、ゆるく走る「スロージョギング」を始めて39年になる。毎朝6時半から、自宅近くの砂川の堤5kmを1時間かけ、自然を楽しみながら走る。同行した4月16日、桃畑はピンクに染まり、道端にはニワセキショウがきれいな花をつけていた。併せて野鳥の定時定点観察も。

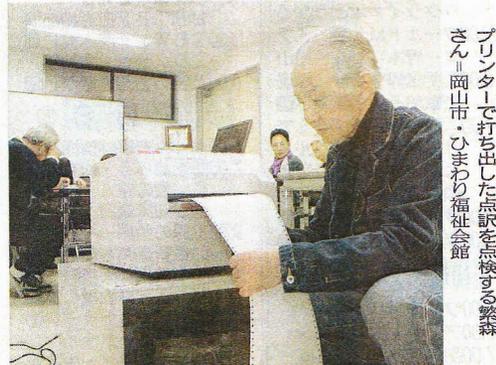
「今冬は珍しくオンドリがきました。ホトトギスも間近です」

地場百貨店で販売促進担当

群との判定で、医師からジョギングを勧められた。その2年前、岡山駅前に大手百貨店、前年には同地下に

当の課長だった1975年。健康診断で太り過ぎ、今でいうメタボリック症候

雨や雪の日
深酒の翌朝も
欠かさない。



プリンターで打ち出した点訳を点検する繁森さん。岡山県山形市・ひまわり福祉会館



やかげ町家交流館を案内する繁森さん(左)

これまでに
地球1.8周分
7万km走破。

MDA(岡山市)のボランティアセンターでは、東日本大震災など被災地への物資配送や募金活動に当たっている。

欲をみせる。
(浅沼慎太郎)

町家を改修し、土産物販売や演奏会、軽食が楽しめる「やかげ町家交流館」がオープン。来春には宿泊所・食べ物処を開業させる。施設整備とともに、入館者や行政視察の案内、町外へのPRにも忙しい。

ジョギングやボランティア活動を続けながら、片道33kmを1時間かけて愛車で通勤。8月には喜寿を迎える。「心身ともに快調。多くの人が訪れて楽しい町へ、ジョギングのようにじっくり取り組みたい」と意欲をみせる。

また、山陽新聞のちまた欄への投稿者でつくる「ちまた友の会」(310人)では、10年前の設立時から会長を務める。

そうした中、昨春、知人を介して矢掛町から「宿場町当時のにぎわいを取り戻したいので力を貸して」と頼み込まれた。同町とは全く縁がなかったが、町側の情熱に「必要とされるなら」と快諾。第三セクター・やかげ宿の責任者として地域再生に知恵を絞る。

今年2月、空き家だった

点訳奉仕や
地域再生に
忙しい日々。