



マイロード

第411回号
2015年5月17日

主催 新日本スポーツ連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援・横浜市市民局



【4月19日 1kmファミリー/写真・加藤尚美】

安全第一・健康マラソンを

左側通行を守って走りましょう！！

コースは貸切ではありません。一般の方の通行を妨げることはできません。左側通行を守って、コースの右側は必ず空けて下さい。お互いに譲り合って走りましょう。自転車や通行人と接触した場合は、必ず相手に声を掛け、安全確認のうえ、必ず観察員か本部役員に連絡をお願いします。

熱中症・脱水に注意！

湿度と気温の上昇が予想されます。走る前に十分給水を取るようして下さい。10kmと20kmは折返し付近に給水所を準備してあります。月例マラソンでは、WBGT(熱中症指数)を使用し、気温が28を越えたら10kmを含む長距離は中止します。

今年是被爆70年、県内二つの反核マラソン 2015年神奈川反核平和マラソン

7月11日(土) A～Cコース(各市役所)

A:相模原～座間～海老名～綾瀬～大和/B:川崎～横浜/C:臨海公園～横須賀～三浦

7月12日(日) D～Hコース(各市役所・町役場)

D:横浜～藤沢/E:藤沢～茅ヶ崎～平塚/F:海老名～寒川～茅ヶ崎/G:三浦～葉山～逗子～鎌倉～藤沢/H:平塚～大磯～二宮～小田原～箱根(ゴール)

「スポーツは平和と共に」

核兵器・原発ゼロの社会をめざして

被爆70年 東京～広島～長崎1500km

反核平和マラソン

「戦争法案」を閣議決定、憲法9条破壊の法案で戦後日本の大転換をもたらします。戦争反対、核兵器廃絶、原発ゼロの社会を求める反核平和マラソンを一緒に走りませんか。

A区間: 7月27日 第五福竜丸展示館出発～藤枝市役所

B区間: 7月30日 藤枝市役所～大垣市役所

C区間: 8月1日 大垣市役所～明石市役所

D区間: 8月3日 明石市役所～広島平和記念館

E区間: 8月6日 広島平和記念館～長崎平和公園

参加費: 1区間2,000円/通し参加10,000円(広島まで)

福島～東京300km 反核平和マラソン

原発で故郷を奪われた福島県民に心をよせて

開会式: 7月24日午後7時～福島県庁舎

出発式: 7月25日午前8時出発

ゴール: 7月26日午後5時 夢の島第五福竜丸展示館

参加費: 5,000円

問合せ: 何れも新日本スポーツ連盟03-3986-5401

毎月第3日曜日・午前8時30分スタート

種目	1km 3km 5km 10km 20km (20kmは6～9月お休み)
受付時間	現地にて午前7時50分から10時まで受付。<棄権の受付も10時までです>
スタート	1km-小学生以下/8:30 1km-A/8:40 1km-B/8:50 1km-C/9:00 5km/9:15 20km/9:45 10km/9:50 3km/10:00 (スタート時間はあくまで目安です)
参加費	初参加は1500円 (2回目から大人1000円・中学生以下は500円)
記録表彰	希望者に記録証(速報を掲示) 翌月掲示版にて発表 ホームページにて全記録を発表します
連続賞	10,20,30,50,75,100回 (通算は20回,80回)

次回は第412回 2015年6月21日



新日本スポーツ連盟 横浜市連盟

〒221-0822 横浜市神奈川区西神奈川 1-18-2
TEL 045(430)5665 FAX 045(430)5666

*** 今月の表彰 ***

*連続75回参加賞 別製ランニング No.3774 福田 義徳(45) No.4471 由井 日出子(60) No.4734 加納 敏雄(63)	No.12108 中村 文俊(46) No.12220 浅井 諒(12) No.13214 西田 乃々佳(7) No.13885 長谷川 啓(39) No.13931 中尾 徹(43) No.14060 菅原 毅(50) No.14084 齊藤 光一(51) No.14224 大林 優斗(4) No.14225 岡田 朋也(5) No.14228 高橋 伸也(36) No.14229 高橋 倅紫(10) No.14232 高橋 叶緋(6) No.14235 小林 巳樹雄(49) No.14236 比留川 一(74) No.14239 川上 宏直(42) No.14244 河邊 心美(7) No.14246 堀 敬華(10) No.14247 堀 景都(10)	No.14264 戸口 心遥(4) No.14273 野口 博文(48) No.14277 伊東 六男(61) No.14286 安田 洋司(40) No.14298 山本 茂樹(58) No.14320 花鳥賊 昭広(49)
*連続30回参加賞 クリスタル楯 No.11578 栗原 彩乃(10) No.11579 栗原 猛(47) No.11636 松丸 清志郎(5) No.11736 大迫 真一(46)		*通算20回参加賞 ランニング No.2268 須山 公雄(57) No.8246 中村 悠真(7) No.9514 加藤 さと子(64) No.9515 加藤 憲夫(62) No.10603 宗宮 利夫(50)
*連続20回参加賞 四つ切パ 祿写真 No.10742 生天目 崇(35)		
*連続10回参加賞 ランニング No.11147 西形 光雄(38)		

連続と通算は重複しません。

PHOTO インタビュー

左から、 15577 廣濱さん/ 15578 福井さん/ 15579 小野寺さん/ 13856 渡邊さん/ 13857 中村さん



横浜市役所の(部署はバラバラですが)同期の仲間です。渡邊さんは横浜マラソンに参加、3時間16分でした。この月例はここ数年参加している企業対抗駅伝

(1人5km)の練習の為に来ています。(5月までは20kmもありますからどうですか!)に、福井さんから(翌日 仕事に影響出ますから~(笑))との声があがりました。

7421・7422土田さん親子

瀬谷区宮沢から来ました。お父さんはあまり興味がないようでお母さんと2人で参加しています。今日は1kmと5kmです。ランニングシャツがほしくて頑張ってきました。中学校では野球部に所属していてマラソンはこの月例だけで走っています。



15500 佐藤はなちゃん/ 15501 佐藤陸くん(兄妹です) 磯子区から来ました。

今日、初参加です。朝は納豆ごはんを食べてきましたよ。2歳のはなちゃんは途中ママに抱っこされてゴールしました。でも楽しかったし、このお味噌汁も美味しいよ。



14206・14207・14208・14209

堀河さんご家族(連続10回表彰) 太希くんは、6歳から走り始めました。体格の立派なお父さんは昔アメフトと柔道をやっていましたが、今はマラソンをやってしぼってます。お母さんはその影響で走り始めました。去年は神奈川マラソンに出ましたが、これからはフルマラソンにも出たいと思っています。この月例では、これから20回目指して頑張ります



13002 西田さん(連続10回表彰)

ここは、一昨年の8月から練習の為に始めました。フルマラソンは過去2回出場し、初めてのつくばで3時間57分、2回目は横浜マラソンで3時間38分でした。練習は土日の朝、都筑区の緑道を走っています。会社がみなとみらいでもあり、ランニングクラブで たまにですが夜景の綺麗なMM近辺を走ったり、あとはリレーマラソンや駅伝に出たりして楽しんでます。



【編集後記】皆さんのGWはいかがでしたか?お仕事の方も連休の方も気持ちの良い季節と非日常の気負いのない時間の中でランニングをされている方も多かったのではないのでしょうか。私はこの季節、牡丹を見かけると故郷を思い出します。家康や信長ゆかりの史跡で今では個人屋敷に牡丹園としてりっぱに管理されている邸内を駆けずり廻ったあのエネルギーはどこにいったのかと・・・思いつつ、また涼しい夜を選んでランした連休でした。

今月の1km A・B・C(ナンバーカード)仕分

- A = 14200 以下
- B = 15400 未満
- C = 15400 以上

1kの重複参加は禁止です。小さい子供さんも走っています。安全のためにご協力をお願いします。