



マイロード 第414回号

2015年8月16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



【写真・加藤尚美】

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。月例マラソンでは、WBGT(熱中症指数)を使用し、28を越えたら10kmは中止します。10kmが中止の場合は、5kmの後に3kmを走り、もう一度5kmを予定しています。くれぐれも熱中症に注意を願います。

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。

「スポーツは平和と共に」

核兵器・原発ゼロの社会めざして

被爆70年 福島～東京～広島～長崎1800km

反核平和マラソン

連日猛暑日が続く、7月24日(土)に福島を出発した「被爆70年反核平和マラソン」は、26日(日)に東京夢の島へ。27日(月)から広島、長崎に向け出発。8月5日16時45分に広島に到着、8月8日19時15分に長崎平和記念公園に無事ゴールしました。被爆70年の節目の年、安倍自公政権が戦争法案を国民の声を無視し、成立を目指す中での取り組みになりました。一方、川内原発再稼働に抗議し、核兵器廃絶、米軍基地撤去、原発ゼロを訴え1800kmを走り切りました。この反核平和マラソンには、韓国体育市民連帯から2名、フランスのFSGTから6名、ESスタン青年代表団から25名が参加し、国際色豊かで若さあふれる反核平和マラソンになりました。昨日(8月15日)は終戦記念、私たち日本人は不戦を誓った日、それ以来「平和」を守って70年。しかし、この夏、守ってきた平和の花を摘み取ろうとする動きに、若者が、働く者が、一般の主婦が、学者・文化人が一斉に声を上げ始めた。「平和」でなければスポーツはできません。スポーツは平和とともに!(康)



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/9:50 10km/9:55 3km/10:05 (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415回 2015年9月20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

<eメール> yokogetsu@yg.que.jp

<HP> http://yg.que.jp/

<Facebook.com/yokogetsu.jp>

*** 今月の表彰 ***

*連続150回参加賞 月例年間パス
No.1691 染谷 功(52)

*連続75回参加賞 別製ランニング
No.5172 立石 勝昭(48)
No.5203 静 仁盛(37)

*連続50回参加賞 選択制
No.8683 山田 宣之(46)
No.8684 山本 崇司(35)
No.8709 小山 暢宏(43)
No.8710 小山 直己(74)
No.8858 新田 陽祐(37)

*連続30回参加賞 選択制
No.12318 荒井 康裕(47)

*連続20回参加賞 選択制
No.10573 三橋 弥東(20)
No.11850 神戸 典幸(51)

*連続10回参加賞 ランニング
No.4547 大川 清志(44)
No.11408 上杉 健史(33)
No.12800 小野 空斗(13)
No.13490 中原 良夫(55)
No.14364 有井 英樹(43)
No.14543 松本 航太郎(10)
No.14544 松本 大河(4)
No.14551 遠藤 良子(56)
No.14564 宮本 和瑳(7)
No.14571 中村 弘(71)
No.14579 難波 久男(54)
No.14580 岡田 尚人(51)
No.14585 佐藤 貴夫(41)
No.14592 菊地 陽太(2)

No.14595 長島 未歩(3)
No.14597 阿部 八千代(63)
No.14649 中西 義尚(47)
No.14650 小嶋 利信(43)
No.14652 恩地 功(56)
No.14683 松岡 朋子(51)

*通算20回参加賞 ランニング
No.4892 増田 健太郎(35)
No.10011 瀬戸 馨(60)
No.10905 今岡 明莉(6)
No.11715 藤田 政史(41)
No.12431 飯島 伸博(49)

*通算80回参加賞 選択制
No.3120 綿貫 喜代志(62)

連続と通算は重複しません。

PHOTO インタビュー

15990 大畑さん(初参加です!)

この月例の事は、前から知っていました。ダイエットの為に4月から走り始めてそろそろ参加してみようかなあ~と思い、今日は大倉山から来ました。会社から帰ってから4~5km練習しています。マラソンは今後も続けていきたいと思ひます。



1166 寺田修一さん(本人投稿)

マラソンを始めた動機はマラソンランナーのかっこ良さに憧れ、中学の陸上部に入部。その後、社会に出て結婚、子育て、仕事と、長い中断はあったが、47才時、健康維持目的でまた始め、19年経った。(現在66才)この7月19日で通算601本目。最多の年は50本という時もありました。「よこは



ま月例」のきっかけは、他のレースで出会った人に教えてもらった。その日の体調、予定によって種目が選べるのがいいところ。スタッフもランナーも和気あいあいとした雰囲気がいい。友達もたくさん出来ました。

こだわりは「ゼッケン」「記録証」「一枚の写真」の三点は一本目から保管し、その他に「大会出場ノート」(A4で一面)も、毎回詳細、克明に記帳しています。

参加スタイルは「月例」の他に、関東6県、日帰りで車かバイクで移動。海外遠征は、ウランバトルへ1度だけ。最近の思い出深いレースは去年秋、「日本最北端平和マラソン」(稚内市)8km走、参加者20名中18位。「さいはて」をたっぷり感じて走ったこと。年令と共に意義も少しづつ変わり、最近「記録・順位」より「無理なく気楽に完走」を心掛けています。目標本数の設定はありませんが、いつ迄走り続けられるか首かしげながら走っています。

14595 長島未歩ちゃん3歳・ 14402 長島康介くん
5歳 14489 長島あゆみさん



お兄ちゃんとママが着ているランシャツは連続10回賞で今日もらったばかり。未歩ちゃんは今日で10回達成なので来月(8月)が楽しみです。

幼稚園ではスイミング、体操、ピアノ

をやっています。また頑張って走ります。

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

1km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お願いします。

【編集後記】被爆70年福島~東京~広島~長崎1800km反核平和マラソンの開催に伴い8.6ヒロシマ集会に参加。全ての人達の禱を繋いだランナーの皆さんを平和記念公園で出迎えました。翌朝は長崎へと向かう国内、仏、韓国のランナーの方々を見送り1人1人の小さな叫びが大きな平和に繋がる事を強く願う8:15の黙祷となりました。(尚)