



マイロード 第430回号

2016年12月18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

来年が良い年になることを祈って



【11月3km/写真・伊藤博】

今年も残りわずかとなりました。みなさまにとってどんな一年でしたか。昨年9月に強行採決成立した安保法制(戦争法)は今年3月に施行され、世界中で戦争が出来る国へと大きく転換した年になりました。

国民の意思を踏みにじる安倍暴走政治は止まることを知りません。TPPの国会批准、年金カット法案、IRカジノ法案等の強行採決、このままでは日本の将来が壊されてしまいます。来年が政治的転換の年になってほしいものです。さて、スポーツ界では今年の夏にリオデジャネイロ五輪・パラリンピックが開かれ、日本は大いに奮闘しました(獲得したメダルは金12、銀8、銅21でした)。月例マラソンは大きな事故もなく過ごすことができたかに思います。参加者皆様の健康を祈るとともに、来年が良い年になることを祈念します。運営委員会一同、事故のない安全な運営を目指します。

2017年お正月お楽しみ大会

恒例「お正月お楽しみ記念大会」を来年(2017年)1月に実施します。特別申込は必要ありません。年代別の1位に記念品を贈呈します。ただし、結果は当日の速報値とします。

種目別(1k・3k・5k・10k・20k)

年代別(10歳未満・10歳代・20歳代・30歳代
40才代・50歳代・60歳代以上)

性別(男・女)

当日、初参加の方は表彰の対象外とします

記念品は受付で(受取りは当日のみとします)

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。また、安全確保の立場から、イヤホンの使用を禁止します。

1kmの仕分にご協力お願いします

1km A = 14200以下

1km B = 16500以下

1km C = 16500以上

小学生以下の方は8時30分スタートの1km小学生以下の部に参加されるよう、ご協力をお願いします。

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431回 2017年1月15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150回参加賞 月例年間パス
No.1981 台 峻 (14)

*連続100回参加賞 月例年間パス
No.3907 久保田真央(12)
No.4137 山浦 弘二(57)
No.4216 薄井 邦夫(47)
No.4228 小峯 政秀(53)

*連続75回参加賞 別製ランニング
No.7278 三尾 健介(37)

*連続50回参加賞 選択制
No.5903 横井 時彦(54)
No.1132 小椋 良尚(59)
No.11359 藤本 淳(52)
No.11486 増田 賢嗣(53)
No.11501 北川 一之(51)

*連続30回参加賞 選択制
No.6351 柏倉 涉(34)
No.13002 西田 浩(50)
No.13891 比留間貴久(52)
No.14129 河辺 翔(9)
No.14163 森 悠陽(7)
No.14187 武井 晴香(37)

*連続20回参加賞 選択制
No.6658 安藤 勲(72)
No.10026 高橋 慶太(36)
No.14263 森 佳輝(5)
No.14471 大木 彰(54)
No.15503 大塚真知子(65)
No.15513 亀倉 渚(8)
No.15524 町田 翔空(6)
No.15530 佐藤 ころ(5)
No.15558 高橋 楓(4)
No.15560 小田 千尋(9)
No.15562 湯田 麗太(4)
No.15570 菅原 勝(41)
No.15573 永井 啓介(52)
No.15606 稲田 勇(74)
No.15657 渡邊 元幸(45)
No.15682 葛西 佳二(34)
No.15683 竹内 祐貴(32)
No.15688 丸山 利司(71)

*連続10回参加賞 ランニング
No.7135 坂上 誠(65)
No.10902 村山 欣也(47)
No.11591 佐藤 静世(47)
No.15099 千田 昌弘(47)
No.16501 久保田隆史(53)
No.16884 宮下 直也(45)
No.16909 山本 健一(45)

No.16910 大林 真歩(4)
No.16914 緒方 章子(33)
No.16915 中澤 靖紀(61)
No.16926 見須 浩一(45)
No.16933 田中 美紀(44)
No.16948 仁科 葉智(6)
No.16958 春日 奈津美(32)
No.16959 春日 敦史(32)
No.16967 渡邊かおる(49)
No.17030 川崎龍一郎(40)
No.17038 松田 擁坪(37)
No.17039 野崎 晃生(44)
No.17074 山田 富子(63)
No.17082 篠田真紀子(46)

*通算20回参加賞 ランニング
No.2360 武者 俊子(60)
No.7351 片野 和久(58)
No.12400 川島真理子(43)
No.14337 井上 蒼太(11)
No.14727 井上 心琴(5)
No.14927 小池 光洋(51)

*通算80回参加賞 選択制
No.931 吉田 公一(81)
No.2057 後藤 義信(59)

(敬称略)
連続と通算は重複しません。

PHOTO インタビュー

No.6186 菅原勇司さん(フルマラソンに多く出場!)



自分が月例マラソンに参加したのは運動不足解消で始めました。最初は10回連続出場て赤色のユニフォームを貰うことを目標にしました。徐々に連続出場を意識して3月には75回連続で念願の青色ユニフォームをもらいました。月例マラソンのおかげでフルマラソンを完走。念願の3時間15分達成!

1人で始めた月例マラソンで沢山の仲間が出来てリレーマラソンや横浜駅伝にも誘われるランナーになりました。これからも連続出場には拘りたいと思います。(月例仲間やスタッフさんに感謝です)

No.14299 助岡 香苗さん(通算20回)

マラソンは37歳から友人の勧めで始めました。走り始めた頃は好きでなかったのですが徐々に走るようになり今年は横浜マラソンにも参加しました。過去の自己ベストは3時間47分。走っている時は"無"になれるのが一番です。今年の千葉アクアマラソンは前をみて走るより景色に見惚れてしまう程で、凄く良かったですよ。また来年は時期の良い10月頃にいい大会があれば参加したく思います。練習は以前夕方走っていたのですが 仕事の関係で夜しか時間がとれなく転ばないように注意して地元の保土ヶ谷で10km程走ってます。



No.16445 坂本倅慧くん No.16446 坂本至穂ちゃん



(兄妹でサッカー大好き)

地元(川崎)のサッカーチームに所属しています。陸上は始めて1年程ですがやはりサッカー中心でポジションは、足を使うフォワードです。走り続けていたら結構速く走れるようになり 手軽に参加出来るこのような月例に出たくなりました。地元のチームの他にヴェルディというチームにも所属しています。学校の運動会でもリレー選手にも選ばれました。

No.15230 原 公輔さん(ウルトラマン?)

他の大会によく出ているのでなかなか月例に来れなくて2回目です。132時間(5日半)の制限時間で東京から新潟まで520kmを走り抜く「川の道フットレース」では3年前に100名中 優勝しました。

また来年も参加しようと思っています。昨年のUTMF(ウルトラトレイルマラソン)

では約170kmを36時間で走りました。仮眠しようにもなかなか眠れるものでなくて10~15分程横になるだけです。長い距離より1~5kmの方が早いペースで走るの逆こちらの方がキツイですね。土日、時間がある時は70km程夜中ずっと走ってます。実家はこの月例会場のそばで、住まいが町田なので20kmちょっと走ってくることはよくあります。来年のフルマラソンは高知龍馬マラソン、板橋シティマラソンに参加予定です。

