



マイロード

第452回
2018年10月21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



【9月16日10kmのスタート】

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。

今月から20km再開

10月から20kmを再開します。20kmに参加される方は、バーコードの名札に緑のカードを差し込んでください。10kmとの区別の必要です。正面から見える左の胸に付けてください。棄権する場合はゴール手前の公園に入ってください。まだまだ暑い天気が予想されることから、走る前に十分給水を取って、熱中症予防の対策をお願いします。尚給水は折り返し地点(5km)二か所で準備しています。体調不良や寝不足等にご注意願います。

秋スポーツ 河原駅伝大会開催

10月14日 日曜日、川崎古市場グランドにて河原駅伝が開催されました！

昨夜雨が降ったもののスタート前には雨が上がりまさに駅伝日和になりました。横浜月例の会長藤本さんを始め走ることが大好きなボランティアスタッフ6人が揃った走友会も参加しました。参加チームは全部で71組、エントリーしたチーム全員が出走し完走しました。チームは一般、女子、混合チームと3種目あり、各優勝チームは表彰もされるので、運動好きな女性や男女各3名ずつで力を合わせる混合チームあたりは参加チームが少ないので、優勝出来る可能性があるかも！？参加者の中には毎年仮装をして走るチームもあるので、気軽に楽しく見ているこっちも楽しくなる大会です。毎年大会を見て思うことは記録よりも仲間と楽しく走れるのが一番！というチームが多いので、誰でも気軽に参加出来る駅伝だと思いました。気候もだいぶ涼しく走りやすくなってきたこの時期だからこそその大会です！横浜月例で普段個人で走っている方も来年は是非楽しい仲間と参加してみたいはかがでしようか？(穂刈)



1kmの仕分にご協力をお願いします

1 km A = 14200以下
1 km B = 20000未満
1 km C = 20000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	1 km 3 km 5 km 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453回 2018年11月18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100回参加賞 月例年間パス
No.1824 時光 信孝(70)

*連続75回参加賞 別製ランニング
No.10843 田辺 和男(63)
No.10969 和田 精三(70)
No.11003 黒部 健(49)

*連続50回参加賞 選択制
No.14340 三本松正一(48)

*連続30回参加賞 選択制
No.15906 本田 陽己(5)
No.16102 森 郁翔(5)
No.17235 小倉 篤人(11)
No.17236 小倉 薫人(15)
No.17247 川村 潤一郎(44)
No.17248 川村 健悟(9)
No.17277 鹿島 謙一(43)

No.17295 尾崎 由香(46)
No.17296 尾崎 健吾(45)

*連続20回参加賞 選択制
No.6563 石川 直宏(40)
No.15634 若林 昇太(49)
No.16954 向井 秀孝(37)
No.18632 石川 陽樹(9)
No.18639 小池 美嶺(3)
No.18720 大島 梢(40)
No.18734 市川 博明(43)

*連続10回参加賞 ランニング
No.19721 加藤 玲生(7)
No.19722 加藤 琉生(10)
No.19723 加藤 隆志(40)
No.19725 松本 博(48)
No.19734 色川 淳一(41)
No.19740 小泉 修治(50)
No.19743 女部 田昌伍(11)
No.19762 横須賀 美輝(2)

No.19786 小山 敏樹(49)
No.19805 神崎 充代(42)
No.19842 小原 学(44)
No.19843 リーチンヒョン(51)

*通算20回参加賞 ランニング
No.11335 古屋 マリ子(47)
No.14979 富岡 英雄(55)
No.15065 高橋 良(9)
No.15760 佐藤 雅章(43)
No.15901 岩崎 倫也(51)
No.15902 岩崎 晶己(50)
No.16897 府金 龍志(5)
No.17842 野々瀬 佑介(32)

*通算80回参加賞 選択制
No.4623 鈴木 達人(51)

(敬称略)
連続と通算は重複しません。

フォトインタビュー

No.18720 大島 梢さん



鶴見から来ました。走り出して3年目です。水泳はやっていましたが当時マラソンは初心者でジムの友達と一緒に湘南国際マラソンに出ようとクリック合戦で友達がエントリー出来ず、私は出場出来る事になりました。2ヵ月程の練習の結果、初のフルマラソンは3:40

でした。去年は自己新3°11 を出したあと大怪我をしまして、調子に乗って自分を厳しく練習し過ぎたのかと反省。おかげで次のシーズンを駄目にしてしまいました。怪我をした時もこの月例の10kmを歩いて参加。みんながずーと遠のいてゆく後姿を見ながらボランティアの方にも一人づつ声をかける事が出来、いい経験が出来ました。今度は公認レースのつくばマラソンで3°10 を切り大阪国際女子マラソンの出場資格を取ることが目標です。

No.6642 秋元 秀行さん

連続100回です。走るのの基本この月例でフルマラソンは最近さぼっていて、たまにハーフという感じです。あつぎマラソンでは前半は登り、後半は下りとアップダウンがあり面白かったですよ。距離の足らなかった時の横浜マラソンでは初めてのサブ4(3°54) 達成。フルはきつい気持ちばかりで ハーフが丁度いい感じですね。



No.10841 黒部 薫さん



連続75回の青ランシャツもらいました。フルマラソンもやっていて横浜、東京、名古屋。今度大阪に参加します。子供は小学1年の終わりから月例を始めもう13歳を迎えますので家族で継続中です。

No.10511 高橋 千夏さん No.10757 高橋 大志さん
No.10627 高橋 浩樹さんご家族



川崎から来ました。大志さんは去年まで陸上をやっていましたが高校卒業してからやっていません。たまに運動不足解消の為に走っている感じです。(千夏さん談)北海道マラソンの制限時間がまだ4時間以内と厳しかった最後の2008年に自己新3°45 フルマラソン2回目でした記録です、初マラソンは3°51 でした。昨年の横浜マラソンは 練習していたのに台風で中止になりとても残念でした。今年は練習してないのですが完走目指します!

No.4925 牛頭 勝さん

月例に数年ぶりに来ました。トライアスロンとか自転車競技もやりました。竹芝サイクルレーシングチーム(実業団に挑戦するチーム)で6年程自転車メインでやっていましたが限界を感じて引退、2年ほどブラブラしてました。メインは自転車競技でしたので全国あちこち回るのが、100kmのレースや2日間で5レース続けてやるとか結構楽しいものでした。今日はマラソン復活です!



【編集後記】 お久しぶりです。10月の連休に福島 of 被災地に行って来ました。誰も居ない小学校には今年もコスモスが咲いていました。帰りの高速道路では隣を走るトラックの荷台から牛が覗いています。そう... 当時の酪農家の苦渋の決断の話しを思い出しました。これからも自分にできることは "見て、聞いて、伝える" 事を続ける事でしょうか。(尚)