マイロード

第457回
2019年3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

【2月 1kmAのスタート】

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、イヤホーンの使用を禁止します。

20kmに参加されるへ

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との区別のために必要です。10kmに参加される方で緑のカードが差し込んである場合は、取り外すか裏返してください。バーコードの名札は正面から見える左胸につけるようにお願いします。なお、緑のカードは受付にあります。

公園内は駐輪禁止です。公園が狭いため安全確保にご協力をお願いします。公園下の駐輪場をご利用願います。

そろそろ熱中症の心配があります。走る前に十分給水を取ってから走るように心がけてください。

本日、参加申込を受付けます！
横浜ロードレース大会＆
よこはまVIVICITTA'

「横浜ロードレース」と「よこはまVIVICITTA」を同時開催となりました。VIVICITTAの大会主旨は、平和を愛し、健康を願い、環境保全等志す人ならどなたでも参加できる大会です。本大会は世界中で150ヶ所以上の都市で開催されています。

開催日：2019年4月14日(日)雨天決行
主　催：イタリアスポーツ連盟(UISP)
主　管：よこはまVIVICITTA実行委員会
協　賛；新日本スポーツ連盟　国際活動局
後　援：横浜市　市民局
種　目：1km、3km、12km、20km
会　場：太尾公園に変更となりました
参加費：3・12・20km/3,500円　高校生/2,500円
　　1km/2,000円

【写真は昨年の大会より】

1kmの仕分にご協力お願いします

1kmA＝14200以下
1kmB＝20000以下
1kmC＝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）

＜ボランティア募集＞①ランナーの立場に立ってサポートできる。②毎月第三日曜日に参加できる。この二点が条件です。参加された場合、交通費として、3,000円をお支払します。受付まで。

次回は第458回　2019年4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
＜eメール＞yokogetsu1@yg.jpn.org　＜ＨＰ＞ http://yokogetsu.jimdo.com/　＜Fccebook.com/yokogetsu.jp＞

＊＊＊今月の表彰＊＊＊

＊連続150回参加賞　月例年間パス
Ｎｏ.1612　中田　充子（55）
Ｎｏ.2871　遠藤　隆一（62）

＊連続100回参加賞　月例年間パス
Ｎｏ.6899　菰田　友紀（44）
Ｎｏ.7495　喜道　賢治（52）
Ｎｏ.7550　白井　聡（56）
Ｎｏ.7551　白井　法子（54）

＊連続75回参加賞　別製ランニング
Ｎｏ.11166　三浦　哲也（47）
Ｎｏ.11815　岡西陽太郎（22）
Ｎｏ.11816　岡西　研治（54）

＊連続50回参加賞　選択制
Ｎｏ.15066　中原　叶望（12）
Ｎｏ.15172　石山　雄一（34）

＊連続30回参加賞　選択制
Ｎｏ.18002　宮下　和之（52）
Ｎｏ.18036　松崎　徳子（63）

＊連続20回参加賞　選択制
Ｎｏ.19099　石川　実穂（7）
Ｎｏ.19311　宮本　幸夫（48）
Ｎｏ.19339　本田　隆憲（26）
Ｎｏ.19351　土田　勝司（48）

＊連続10回参加賞　ランニング
Ｎｏ.16565　入江英三郎（38）
Ｎｏ.17472　村木　篤弥（9）
Ｎｏ.17578　瀬川　京祐（21）
Ｎｏ.17639　池田　章二（37）
Ｎｏ.18832　砂川　善弘（47）
Ｎｏ.19014　西川　敦士（8）
Ｎｏ.19047　池田　大和（4）
Ｎｏ.19071　吉岡亜紀子（49）
Ｎｏ.19276　金重　明弘（38）
Ｎｏ.19399　鯉江　遣人（6）
Ｎｏ.19732　関　和哉（32）
Ｎｏ.19781　山口　純（42）
Ｎｏ.19880　藤井林太郎（13）
Ｎｏ.19886　中村　真菜（9）
Ｎｏ.19887　中村　駿希（6）
Ｎｏ.19919　川口　凛（4）
Ｎｏ.19947　柳川　和輝（3）
Ｎｏ.20002　馬場　保光（47）
Ｎｏ.20194　峰村　直樹（41）
Ｎｏ.20208　伊藤　良二（41）
Ｎｏ.20268　稲実　遥希（9）
Ｎｏ.20361　林　ひまり（3）
Ｎｏ.20362　林　美羽（7）
Ｎｏ.20366　岡松　倫子（36）
Ｎｏ.20367　岡松　咲葵（7）
Ｎｏ.20370　入江慎太郎（45）
Ｎｏ.20371　萩原　友雅（8）
Ｎｏ.20378　阿部　和浩（44）
Ｎｏ.20384　大村　純隆（55）
Ｎｏ.20386　大畑　久（51）
Ｎｏ.20388　池原　正俊（52）
Ｎｏ.20409　田部　双葉（7）
Ｎｏ.20412　石塚　誠（43）
Ｎｏ.20413　角田　有紀（7）
Ｎｏ.20420　恵木　美保（45）
Ｎｏ.20421　恵木　嶺仁（7）
Ｎｏ.20428　樺島　祥介（51）
Ｎｏ.20429　樺島　聖子（46）
Ｎｏ.20440　松原　俊之（45）
Ｎｏ.20442　家接　圭子（74）
Ｎｏ.20457　高知尾　剛（50）
Ｎｏ.20458　加々美　学（47）
Ｎｏ.20459　大平　耕司（55）
Ｎｏ.20472　村長　則彦（55）
Ｎｏ.20487　津田　悠暉（20）
Ｎｏ.20508　西井　由佳（38）
Ｎｏ.20509　田村　彩美（7）

＊通算20回参加賞　ランニング
Ｎｏ.1792　石井　和之（53）
Ｎｏ.6730　高田　壽（60）
Ｎｏ.9040　小比類巻満（44）
Ｎｏ.13757　中根　敏（53）
Ｎｏ.14931　森田　浩之（37）
Ｎｏ.15934　中島康太郎（11）
Ｎｏ.16264　上田　和明（56）
Ｎｏ.16512　藪本　浩利（53）
Ｎｏ.17617　坂本　唯真（32）

＊通算80回参加賞　選択制
Ｎｏ.3103　加藤　博美（61）

（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.7278 三尾健介さん(青ランシャツ！)　この1月で101回。数年前の大雪の時も休まず参加、震災で中止になった時以外、雨や風でも開催されたスタッフの方に感謝しながら継続してます。昨年は横浜マラソンを完走目指してエイドとかを楽しみながら最後迄頑張る事が出来ました。今年はその横浜と初マラソンデビューだった湘南国際マラソンにエントリーしたいと思っています。自己新は3時間29秒40です。

No.21454　木村建徳さん(御殿場市から来ました)

ネットで調べて、この月例よこはまを知りました。今朝、御殿場市から車で来ました。主にハーフマラソンをやっていて昨年は、静岡のジュビロ磐田メモリアルマラソンや富士山マラソンフェスタに出ました。ハーフの自己新は1:34です。マラソンは子供の頃に瀬古選手や中山選手の姿を見て好きになりました。この5月に故郷の仙台国際ハーフマラソンに出ますので頑張りたいと思います！

No.20367 岡松咲葵ちゃん No.20366 岡松倫子さん

都筑区から来ました。二月で連続10回です。走るきっかけはこの子の体力作りを兼ねてと 月例は お友達から"当日参加できるよ！"と聞いて。元々走るのが好きなので参加するようになりました。

No.1561 河野 浩さん

会社の仲間が誘ってくれてマラソンをやるようになりました。初めて小田原マラソンで10Km走り、その後にこの辺りを練習で走っていたら他のメンバーが月例で走っていてその時にここを知りました。面白そうなので仲間誘って現在に至ってます。メンバーでマラソン大会には、しょっちゅう出ています。他にウルトラマラソンにも参加、2年に一度開催される(えちご・くびき野100Kmマラソン)、ここは制限時間13時間半(5:30～19:00)、エイドもいいし仲間と楽しんでます。

No.13383 柳沢直樹さん No.15063 浅井陽子さん
No.16425 三宅剛史さん
No.16569 下枝享博さん

スポーツジムのランニング友達で この1ヵ月に一回の月例には練習の為来てます。普段はフルやハーフ、10Kmだったりそれぞれのペースに合わせた距離を楽しんでいます。(下枝さん)昨年は湘南国際マラソンで4時間15分でした。

No.20666 綾城さらちゃん No.19472 中村謙志くん

今日は頑張って1Km走りました！