



マイロード

第464回
2019年10月20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月の月例 1kmFの部】

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にはできません。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、必ず監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。一般の通行人の方からの苦情が後を絶ちません。「接触した」との苦情が横浜市に寄せられています。こうした事が頻繁に起これば例会中止もありえます。コースの右側は必ず空けるようにお願いします。

今月から20km再開です

今月から20km再開です。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、正面から見える左胸につけるようお願いします。

台風19号は12日夜から13日未明にかけて東日本を縦断、死者79人・6人が行方不明、甚大な被害が発生。記録的大雨で河川24カ所で堤防が決壊し周辺が大規模浸水しました。被災した方々に心からお見舞いを申し上げます。

神奈川県スポーツ祭典陸上競技大会を開催

9月22日、大和市スポーツセンター競技場にて第57回神奈川県スポーツ祭典陸上競技大会が開催されました。前日まで悪天候との予報でしたが、当日は晴れ間も出るほどの良い天気でした。大会が終了するまで天気が持ったので助かりました。今年は中学生の参加が多く、とても賑やかな大会になりました。

全体では300人前後の参加になりました。種目は100mの人气が高く、男女合わせて167名がエントリーしました。逆に人気のない種目は女子400mで参加者0人でした。表彰は3位までメダルがでるので狙い目です。この大会は一般の部だけでなく、中学の部、壮年の部もあり、自分の年齢に合わせて競うことができます。技術水準にかかわらず誰でも参加できる大会として、陸連登録をしていない方でも気軽に参加できます。ぜひ来年は参加してみてもどうでしょうか？



川崎市連盟が浸水被害 台風19号の影響で広範囲に冠水した川崎市中原区にある川崎市連盟の事務所が浸水被害に見舞われました。浸水被害の報告を受けて、月例役員とボランティアが掃除と片付けにあたりました。周辺住民とあわせて、一日も早い復旧を祈ります。

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以下
1 km C = 20000以上

小学生以下の参加者は8:30スタートの小学生以下の部に参加されるようお願いします。1kmの重複参加は禁止しています。

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・高校生以下は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465回 2019年11月17日

＜ボランティア募集＞ランナーの立場に立ってサポートできる。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。



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200回参加賞 月例年間パス
No.1691 染谷 功(56)

*連続100回参加賞 月例年間パス
No.8683 山田 宣之(50)
No.8684 山本 崇司(39)
No.8709 小山 暢宏(47)
No.8710 小山 直己(78)
No.8858 新田 陽祐(41)

*連続75回参加賞 別製ランニング
No.12670 鈴木 香(50)

*連続50回参加賞 選択制
No.15527 浦川 雄介(46)

No.16100 三尾 尚大(6)

*連続30回参加賞 選択制
No.18188 下平 武明(45)
No.18422 下平 大覚(9)
No.18907 下平 かのん(6)

*連続20回参加賞 選択制
No.19393 坂入 環(4)
No.20056 加島 健汰(9)
No.20057 西井 悠悟(8)
No.20083 白濱 圭一(51)
No.20137 市川 大介(57)

*連続10回参加賞 ランニング
No.3594 水飼 俊秀(43)
No.20241 東海林 敏昭(66)

No.20358 山口 幸太郎(12)
No.20525 木村 雄一郎(32)
No.20605 倉地 杏実(12)
No.20890 金井 英司(47)
No.20983 喜村 真美(45)
No.21175 竹田 好晴(52)
No.21262 森元 学(48)

*通算20回参加賞 ランニング
No.3675 岡田 幹太(56)
No.8602 中村 正広(47)
No.15119 挾間 優佳(35)
No.17263 早川 学(44)
No.17770 伊原 歩(7)
No.19039 木本 直太郎(7)

(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.1760 城平理恵さん No.1686 城平 徹さんご夫妻



(理恵さんはあと5回で200回達成します。徹さんは連続201回達成!)

今日は子供達は塾だとか色々な用があり来てませんが、いつも家族で参加してます。今は16歳と12歳になった子供達が、お腹にいた時にはウォーキング、出産して2ヵ月からベビーカーに

乗せて参加してました。フルとハーフは10年以上やっていません。この月例一筋で、ここに来れば充分です。練習はこの辺りで。自宅が近い事もあり新横浜公園から自宅までの6km位を、平日早起きをするようにして5時には走っています。月間140~150kmでしょうか。健診の数値はあまり良くないんです。2人で飲んじゃいますから!

No.18083 白井布美子さん

大田区から来ました。この月例は、数年前に初めて東京マラソンに当たった時、その練習の為に参加するようになりました。当たる前はせいぜい15km位しか走ってなくて...。その年は東京マラソンの2週間後に横浜マラソンにも参加。でも横浜の方が走れました。最近ではトレランを始め、その方が楽しくなってきました。"かまくらRUN" というクラブに入っています。普段は鎌倉の山や時々箱根に行ったりしてますが、今は台風の影響で暫く鎌倉の山に入れてません。5月の横須賀・三浦100km・63kmみちくさウルトラマラソンの63kmにも参加。10月は今年で最後の大会になる福島"伊南川100kmウルトラ遠足"に出る予定です。

No.19491 内木寛之さん



ここはH.Pで探しました。フルマラソンを走る為に月例に来ています。昨年の湘南国際マラソンは2:38で15位でした。10月末の島田大井川、12月初旬の湘南国際、翌3月の静岡マラソンという大体この流れで毎年やっています。

日曜日に自分の主催で山下公園を会場に練習していて、仲間からは、"うっち~練"と呼ばれてます。色々なレベルに合わせてお互いを高め合っています。月例は凄くいい練習になっています。

No.21202 松丸勇馬さん



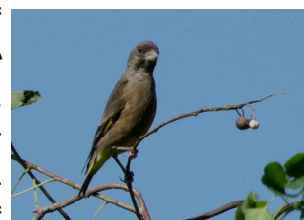
走歴2年半くらいですが、ハーフを2~3大会で今年フル、ウルトラマラソンにデビューしました。ちなみに1月勝田全国(記録3:42)

3月古河はなもも、5月柴又100kmウルトラ。柴又の100kmウルトラは凄くきつかったです。制限時間14時間で記録は11時間27分でした。

始めは60kmにしようかなと思ったのですが、ランニングサークルのイベントで熱い誘いを受け、どうせやるなら100kmと思い完走しました。

鶴見川のバードウォッチング今回はカワラヒワを紹介

青い空の9月下旬、鶴見川ではカワラヒワの声があちこちから聞こえてきました。カワラヒワはスズメと同じサイズで、一年中見られる小鳥です。冬場には河原で大きな群れになるので目立ちます。翼にきれいな黄色い斑があり、声もキリキリコロコロと軽やか。この日はそのキリコロの音が、草むらから聞こえるエンマコオロギの声とちょっと似ていると思いました。これは9/25(水)に鶴見川土手で撮ったカワラヒワです。(日本野鳥の会・川沢祥三)



【編集後記】この度の台風19号の被害に遭われました皆様には心よりお見舞い申し上げます。日本は自然災害に襲われやすい地球上の位置にあります。古来から多くの教訓は伝えられてきましたが、その中でも各地の民話という形での伝承もそのひとつかと思ひます。考えたら妖怪、河童や龍・・・皆さんがご存知の民話には奥深いものがあります。ハード面は変われど、人の気持ちはいつの時代も同じでありますように。(尚)