

第451回月例

12月は
第4日曜日



それ以外の月は
最終日曜日

河原版

主催 月例川崎マラソン実行委員会
後援 川崎市

<http://ygqee.jp/kawasaki/>

発行責任者 佐藤 静雄
編集 集「河原版」編集委員会(鈴木・中山・今野)
〒211-0002 川崎市中原区上丸子山王町2-1332 B F-1
新日本スポーツ連盟川崎市連盟
(連絡先) Eメール: kawasaki@yg.qee.jp
月例終了後の問合せは市連盟事務所 044-433-1120へ
郵便振替での乗権届は 下記へ
名義: 新日本スポーツ連盟RC 番号: 00260-4-33100

秋ともなりましたが
水分補給はこまめに摂り対策をとりましょう。
月例川崎では、「夏場の安全対策として、
当日出発30分前のWBG温度によってレース
の短縮又は中止することになっています。
WBG25度で10*を5*に変更します。
31度で全てのレースは中止します。
WBG温度に係りなく、本人の当日朝の体調や、
前夜の飲酒、寝不足などによっては「熱中症」
になります。無理をせずに走りましょう。
(事務局より)

月例当日 忘れ物が届けられております。遺失物等
の保管期限はおおよそ3ヶ月を目安にしております。
月例当日本部前に陳列していただきますので早めに取りに来
て下さい。



第450回月例川崎マラソンでは子ども1km
が始まる頃の湿度も高く、WBG温度が26度を
示しましたが10*は5*へ短縮する可能性の放送
をしました。10時の時点でWBG温度が24度
に下がりましたので10*として実施しました。
10*出場者から、突然10*へ戻されても準備
が出来ない等の意見が寄せられました。
よって 実行委員会検討し「その日のWBG
T温度での距離の短縮の判断」は「出発時間
の30分前で判断する」ことに変更します。

8月月例 子ども1kmの部 元気に飛び出す幼少の皆さん。



これからランニング関係行事
第35回「河原駅伝大会」
10月27日(日) 月例川崎M終了後
スタート 11時30分
42・195キロ(6区間)
参加費 1チーム15000円
11月2日(土)
第51回神奈川県スポーツ祭典
「陸上競技大会」1種目千円他
大和スポーツセンターへ切10月11日
2013年
多摩川チャレンジフルマラソン大会
11月23日(土) 古市場G発着
スタート9時30分(制限6時間)
参加費五千元 べ切10月21日

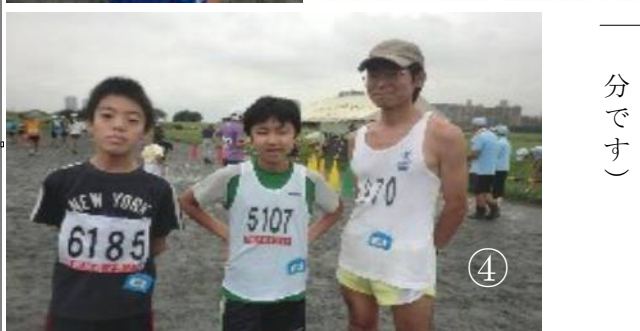
◆来月の月例は、10月27日 です。
10月までは夏時間
子供1k 8:15 NOC
3K(A) 8:30 (3999以下)
3K(B) 9:00 (4000以上)
5K 9:30
10k 10:00
スタートです。(11月から来年3月 までは冬時間。
スタート夏時間の1時間遅れ)

9月月例表彰

◆500回連続出場賞	伊東 正毅 渡辺 均 中野 敏行 竹下 昭人	3 2 4 1 4 3 2 4 4 4 3 2 6 9
◆300回連続出場賞	早田 佳弘 飯島 信 善本妃万里	4 0 4 8 4 0 6 2 1 2 3 3
◆250回連続出場賞	佐々木穂高 佐々木健司 高麗 勇 城間 渉	4 5 7 4 4 5 7 6 4 6 0 0 4 6 0 6
◆150回連続出場賞	諸橋 壮也 砂辺 強 藤戸 雄一 齋藤 敦 谷口凛太郎 原和来 平岩 晴仁 松田 時彦 佐藤 圭 原志歩 原海咲来	1 1 5 5 5 5 5 5 4 3 1 8 7 4 4 4 4 4 4 8 9 1 3 3 7 6 5 3 2 6 5 3 7 0 8 7 8 7 2 8 7 9 5 6
◆4回連続出場賞	北口 勝一 銅住 清一	4 8 8 9 5 8 4 3
◆3回連続優勝賞	前田 楓河 中尾 千夏	4 5 1 7 1 5 5 4
◆7回連続優勝賞	3K 小女 (2月~8月) 榎木 唯祈 (敬称略)	1 3 2 2
連続3000回出場賞達成者	(7月達成8月表彰) 佐藤 文信さん (月例名譽会員)	2 4 4
8月月例で連続400回出場の 月例名譽会員	菊池 成一さん 高橋 安子さん おめでとうございます。 御三方とも末長く月例川崎へご参加下さい。	6 3 9 8 1 0

第450回月例スナッフ

写真・インタビュー 中山 浩明



1 住まいはさまざまですが、目黒から来ている家族も大勢います。今日は1Kmと3Kmにそれぞれ挑戦しました。とてもつかれたけれど、みんな最後までがんばって走ってゴールしました。ランニングだけでなく、いろいろな活動をしている子がたくさんいます。サッカー、テニス、水泳、体操、ピアノなどですが、ランニングは体力をつけるのにとってもよいスポーツです。月例マラソンはみんな参加しています。自分で自宅近所を、毎日2〜3Km走っている子もいます。走るのが好きなんです。

2 榎木さん親子 1322 唯祈(ユイキ)さんは小学校5年生です。川崎の宮内から来ています。3 小学校女子の部では今月で7連勝しました。練習は多摩川だけでなく、等々力グランドなどでも練習しています。毎日の走る距離は決まっていますが、だいたい6〜10Kmくらいです。月に直すと150Kmから200Kmでしようか。将来は、フルマラソンを走ることが目標です。好きな女子選手は福士選手です。走り方がとてもかっこいいからです。私もあのような走りができたらいいなと思っています。この間3位になったレースはTVで応援していました。中学校は陸上部に入ってさらに力を伸ばしていきたいです。オリンピックでメダルを取るのが夢です。

3 月例3Km B1位 4777 岡田峻一さん。出身は香川県の三本松高校です。硬式野球部は香川県代表で何回か甲子園に出場しています。今は慶応大学(日吉校舎)の4年生で、競走部に所属しています。専門は800mなのでいつもトラック練習をしています。今日は満足する走りが出来ました。特に後半は気持ちよかつ

たです。レースはあまり参加する方ではないのですが、地元の「丸亀ハーフマラソン」は、1時間23分で走りました。次回は2分を切りたいと思っています。川崎月例マラソンは3回目の参加ですが、これからも目標をしっかり持って走りたいと思っています。

4 6185 齋藤亮大君 5107 佐藤航希君 970 佐藤克己さん。近所の下丸子に住んでいます。今日は1Kmと3Kmを走りました。普段はサッカーと水泳もやっています。今日は雨上がりで、少し走りにくかったです。一生懸命走りました。

月例会は何回も参加していますが、レース感覚で走ることが出来るので気に入っています。また頑張ります。

5 高速夫婦 2191 有吉あさはサン(女子5Km 1位) 6319 有吉秀雄さん。今日、初めて参加しました。住まいは蒲田なので走ってきました。普段はここよりも少し下流の六郷で練習しています。このコースは短く感じました。調子がよかつたのかもしれない。河川敷のコースに出て、多摩川に沿って走り、フィニッシュ近くになってテントが見えてきた時はとてもうれしかった。す月間走行距離は私が300〜400Km、主人は600Kmぐらい走ります。フルは板橋シティーマラソンが3時間34分だったので、今回は30分切りを目指します。(ご主人のベストはつくばで出した2時間48分です)

第450回月例参加者動向

2013. 8. 25 曇時々雨 0m/s 29.4℃ 72% WBGT 26.6°

種目	男子	女子	合計
10k	112	6	118
5k	185	18	203
3k(A・B)	幼少	9	27
	中学	1	4
	大人	173	195
計	194	32	224
子ども1k	42	41	83
延べ出場者	533	97	630
初参加者	17	3	20
棄権	110	30	140
延べ参加者	643	127	770

年間累計出場者 (〜8月 8851) 実数 563 (昨年同月は 9564)



京都 スケッチ散策

(Y・K)

大型の台風18号は小笠原南方海上で発生しアツと言った間の9月16日午前8時前豊橋市付近に上陸し三陸沖に縦断した。15日から各地で断続的な豪雨に見舞われ各地で土砂崩れや河川の氾濫が相次いだ。16日午前5時過ぎ気象庁は進路の北側に当たる京都、滋賀・福井の3府県に特別警報を発表した。テレビの台風情報で映しだされた嵐山の桂川の氾濫だった。渡月橋を越えんばかりの濁流が中の島をおおい対岸の土産物店や旅館が浸水しているのが映し出された。大変な状況である。9月上旬京都へ用事があり出掛けた。その日も雨模様であったが大降りにはなかつた。翌日は断続的な大雨に見舞われたが「きぬかけの路」仁和寺と龍安寺と等持院辺りをスケッチブックを片手に散策した。「仁和寺」(世界遺産) 皇族の門跡寺院の一つ。仁王門から中門一金堂(国宝)寛永年間(御所の紫宸殿を移築)が一直線に眺めることが出来る広大な境内。

仁和寺から左手は優美な庭園が宸殿を囲み回廊から飛濤亭・中門・五重塔が望める。雨の日は来観者が少なく、落ち着いて対象が眺められるから良い。

編集後記

女優の藤原紀香さんが安倍政権が今国会で成立を目指す「特定秘密保護法案」国民に知られないうちに通してしまおう? 「秘密保護法」にブログで「放射能汚染、被ばくのことや(国が)隠したい問題があつて、私たちは知るすべもなく、真実をネットなどに書いた人は罰せられてしまふ。なんてことになる可能性も考えられるというので、とても不安です」 「日本は民主主義国家ではなくなつてしまふのかな」 「大好きな日本にずっとずっと住んでいたいし、いま一人一人が自分の声をあげないと」と反対を表明した。勇気ある発言との称賛の声と同時に女優の分際だと露骨に干渉する発言も。まだまだ日本民主主義の成熟度は? 「憲法9条」改悪、改憲ハードルを下げる「96条」改訂「集団的自衛権」容認を政権が言い出すとかならず「国家秘密保護法」がセットとなるのが常だ。「知る権利の制限」と制裁を科し批判を抑え込もうとする思惑だ。「個人情報保護法」が提案された時、作家の城山三郎(故人戦争体験あり)が「早く反対を唱えた。戦争の悲惨さを知るが故の発言だ。もう一人「骨ある財界人」品川正治さん(9月逝去)も戦争を知り9条の尊さを訴えた人。古賀自民党元幹事長もそうだ。五輪決定に浮かないでね!

① バーコードは胸、NOIC前左下へ吊り下げて下さい。バーコード・NOICは自己管理です。紛失でのバーコード再発行 5000円 NOIC再発行の場合は、3000円かかります

② 「連続賞」は49・15・25・50・65・80・100・130・150・180・200・250・300回があります。15回はNOI 刷込みシャツ。50回・100回では、賞品をトロフィー又は額入り本人写真の選択可。また百回・二百回連続賞は、月例チケット。順に(6ヶ月分)(一年分)の選択制(どちらも事前申し出制)連続賞は三百回まで、連続三百回達成者は月例名誉会員となります。

③ 棄権届「郵便振替」名義・新日本スポーツ連盟RC番へ号・0026-4-33100(遅いと記録に載らない場合があります)