月例川崎マラソン機関紙『河原版』 第４４１号　　発行日　2013 年 12月 22日

第４５４回 月 例

12月は第4日曜日　　それ以外の月は最終日曜日

http://ygqee.jp/kawasaki/

河原版

主 催　月例川崎マラソン実行委員会
後 援　川　崎　市

発行責任者　佐藤 静雄
編　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　ＢＦ-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
郵便振替での棄権届は　下記へ
名義：新日本スポーツ連盟ＲＣ　番号：00260-4-33100

２０１３年『河原版』月例６大ニュース

①スポーツ活動における「体罰」「暴力」の根絶のために石川理事長の提言「体罰・暴力問題」を考えるを４回（3～6月）掲載する。（大阪桜宮高校バスケット部キャプテンの自殺と柔道女子ナショナルチームの15名の選手連名による「パワーハラスメント」の告発に関連して）②２０２０年東京五輪開催決定に際しての安倍首相の「福島第一原発汚染水完全ブロック」誇大発言や経済効果のみを追及するのではなく、環境にやさしく、「被災地の方々のことも配慮して」市民レベルでも応援できるような7年後東京オリンピック開催を！訴える。（10月号）③三〇〇回連続出場達成者　６０４吉原尚二・６４４戸田幹雄（2月）１４７鈴木忠一（3月）２４４佐藤文信（7月）の４氏また４００回連続出場は６３９菊池成一・８１０高橋安子の２氏（ともに8月）④２０１３年延べ出場数は一万四千百人、実参加者は９１７２名、初参加者は１２４３名。⑤子ども１Ｋｍに毎月２００名近く参加。スタート地点での工夫と協力要請（10月～）理事長の目から見た状況報告（12月）⑥コースレコードでは　子ども１Ｋｍ（女子）で吉村　心さん（3分49秒　9月）その他では皆さんの頑張りはありましたがレコードとはなりませんでした。連続優勝賞は　３Ｋｍ（小男）３５４７平井健太郎君が現在４連勝中。同（小女）１３２２籾木唯祈さん現在10連勝中。子ども１Ｋｍ（男子）前田楓河君　同（女子）中尾千夏さん（6月～8月）３連勝。連続出場を目指す方々も多数。またスポーツ連盟主催大会の様子フォトレターにて配信。

◇「子ども１Ｋｍ」のスタートについて

スタート時、小さなお子様や親御様が一緒にスタートされる場合は十分ご注意ください。ご協力を

なお実行委員会では 子ども1Ｋｍのスタート方法を検討しています。スタート方法を試行することがあります。当日の案内に従って頂きますようお願い致します。

◇月例川崎マラソンボランティア役員募集中

お手伝い頂ける方は本部までお願いします。

◇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ケ月を目安にしております。月例当日本部前に陳列していますので早めに取りに来て下さい。

◇　毎年、12月の月例開催日は第４日曜日です　また来年も良い年でありますように！

“子どもたちの健やかな成長をねがって”

川崎市連盟理事長　石川　正士

月例川崎マラソン開会の準備運動を担当しています。子ども１Ｋｍ種目が始まってから子どもの参加が増えてきました。最近は２００名を超える参加で大変うれしく思っています。

特に就学前の3歳から5歳の子どもたちの増加に注目しています。この時期には、歩くこと、走ることを基本にさまざまな身体運動を体験しながら成長していきます。身体運動に関わる脳・神経系統の発達にとって最も大事な時期です。

近年、「子どもたちに歩くこと、走ることが少なくなっている」実態が一日の歩数調査などで表われています。このような現実から月例マラソンが少しでも役立てばと願っています。前号河原版スナップで紹介された3歳から5歳の仲間、その中で最年少の三浦正弘くんが3歳2カ月で4回連続出場賞を受けました。最年少での受賞です。子どもたちが楽しく、連続して参加できるよう応援しましょう。準備運動も子どもが楽しく参加できるよう工夫したいと思います。

写真は4回連続出場賞を受けた正弘君とお姉ちゃんの弘美さんです。（了）

2014年「川崎ハーフマラソン大会」

3月9日（日）
古市場グランド発着
参加費３０００円
（参加資格：高校生以上）
申込はインターネット（スポーツエントリーサイトネット受付中、ランネットは1月中旬より）
4月6日（日）
よこはまビビチッタ
（ＶＩＶＩＣＩＴＴＡ）
12Ｋｍ　３５００円
１Ｋｍ（ファミリー向け）３千円

◆*来月の月例は、１月２６日　です。*
来年３月まで冬時間（下記時間）で開催
子供１ｋ　９：15　NOC
３Ｋ（Ａ）９：30（3999以下）
３Ｋ（Ｂ）１０：00（4000以上）
５Ｋ　１０：30
10ｋ　１１：00　*スタートです。*
1月　月例は１月２６日です
次月棄権の受付(冬時間）は１１時までです。

12月月例表彰

◇３００回連続出場賞
３０４４　東　賢一

◇１５０回連続出場賞
３２０　辻川　松雄

◇８０回連続出場賞
２３１９　大野　誠治（11月）

◇５０回連続出場賞
３３８９　遠藤　仁

◇３５回連続出場賞
４２２９　福山　博文
１１１２　高谷　弘美
１５０３　加藤　友幸

◇２５回連続出場賞
４３０６　楊　雅勝
４８２２　副島　聡人
４８２６　小森　国人
４８３１　阿部　耕一
４８３２　藤田　卓朗
１５７９　杉原　美咲
１５８０　小森　楓佳
４２４１　今井　幸宏

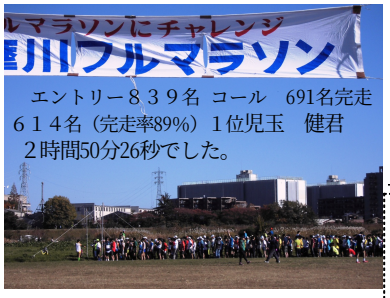
◇１５回連続出場賞
４７８９　塩沢　広司
５６１６　津崎　栄太
５６１７　藤原　聡介
５６２６　米川　翔
１６４０　米川日乃香
１０６５　山口　治夫

◇９回連続出場賞
４５９２　森本　真司
５７９８　黒崎　和弘
６０１９　藤田　俊祐
６０３５　大木　浩之
６０５１　則竹　聡
６０６５　藤田　政史
１９５８　黒崎　習子
２０５９　高橋　悦子
４１６８　石井　慶太

◇４回連続出場賞
４３２０　五十嵐健二
５６９１　山田　昇
５６９２　鈴木　聖矢
５７６５　榎村　洋志
５７６８　平良　篤
６０２３　佐藤　光
６１０５　吉野　利尋
６１７５　筌場　俊行
６２６５　綱島　敦
６２８０　今津　遼瑛
６３０６　今津潤一郎
６３７０　杉光　裕介
６３７１　田中健治郎
６４４１　佐藤　仁
６４５１　松本　直人
６４５２　福島　聡
６４５３　松井　克行
１９１９　森本真理子
２１２２　長畑　秋実
２１４６　今津　愛梨
（敬称略）

“ＰｈＯＴＯレター”

11/23多摩川ﾁｬﾚﾝｼﾞﾌﾙﾏﾗｿﾝ



エントリー８３９名 コール　691名完走
６１４名（完走率89%）１位児玉　健君
２時間50分26秒でした。

11／23に開催された多摩川CFM
50歳代1位野口吳夫君（左中）
60歳以上3位藤本　貴君（右の右）

第４５３回月例スナップ

写真・インタビューコーナー

①

②

③

④

⑤

⑥

⑦

①家族　６６４７濱田一雄さん（お父さん）　６４６１志希君（小１）　赤２２０２よしみさん（お母さん）　赤２２０３成望さん（小６）地元　幸区から参加しています。志希君は今回で連続３回で連続賞を楽しみにまたす。家族そろって体力つくりで健康な毎日を過ごしたいと思い走っています。

②お友達ー１
４４８９南谷達郎さん（10ｋｍ出場中40：04）一家とそのお友達ー家族ぐるみで参加しています。
南谷さん一家　達郎さん（父）　５４２４晶太君（５歳）１ｋｍ　5：37　６６１１由登（ユウト）君（２歳）同10：34　６６３１梅本昭吾さん（父）（３・５・10ｋｍすべては走りました）一家　２１４２加菜（カアナ）ちゃん（小２）１・３ｋｍ。
５９６９羽尻真史さん（父）一家（３ｋｍ）１６０１真美さん（母）２０３０真悠（マユウ）ちゃん（６歳）３ｋｍ初親戚やそのお友達の仲間で参加しています。

③僕ら東橘中　陸上部有志
川崎高津区にある東橘中陸上部ＮＯＩＣ５７２３有福悠汰君（中２）が仲間を誘って参加しました。悠汰君は３ＫｍＡ　10：02で３位、６０３山口晃太君（中２）３ＫｍＢ　10：29　５位，６６０２田代直樹君（中１）同11：06　８位　６６０４青柳隼人君は同11：43でした。
有福君は川崎市中学陸上大会新人戦で３０００ｍで９位と健闘しています。また川崎市中学駅伝大会では有福君　山口君も１５００ｍで３位　もレギラーで出場し８位の成績を収めたとそうです。
中学１～２年生が自主的にこの月例に参加し学校と一味違った気楽で楽しく走れりを味わっています。

④お友達ー２
４６８３森本誠司さん（父）と４５９２真司さん、１９１９真理子さんの息子さん夫妻と、友人６４８２内藤健一郎さん３回連続中と１９３８志村けい子さん１３９２鈴木薫さん達。
森本誠司さんは10月に連続25回を達成。
２０１１年10月の第１回からの大阪マラソンにも参加しています。その心は？
「以前仕事の関係で大阪に住んでいたことがあるので」
またメンバーの中には11月の川崎市主催の川崎国際マラソンにも出場しています。

⑤３ｋｍＡ女子２位４小汲綾加さん（３麻溝台中２年生）相模原市中陸上部で３ｋｍＡ出場し１位　11月初旬の１０００ｍでは１位でした。
女子１学校　１０００ｍを８１校、１０５ｍを主に学校で走り、神奈川県の神奈川のいてます。

⑥フル・ウルトラ志向　３９１渡辺さおりさん
前日の多摩川チャレンジフルマラソンに出場し４時間57分で走りました。翌日の11月４５３回月例にも疲れをものともせず参加しました。それもそのはずです。多摩川チャレンジマラソンへは５回連続出場し、今年６月はサロマ湖　50ｷﾛを走ってきました。・・・・
９月に猪苗代湖　65ｷﾛを走ってきました。・・・・ジョイフルマラソンを提唱している竹田昭彦さん（フル百回楽走会の元会長）の言をお借りすれば、じっと我慢しながら10ｷﾛ50～60分ペースで走れればフルもウルトラも可能になると解きます。
さおりさんもコンスタントに歩を刻みます。
そして「ウルトラを走り終えたあとの爽快感は最高！そして帰りには温泉で！・・・」なんとも羨ましいランニングライフですネ。

⑦　ご姉妹
２２６２村井志穂さん、２２６３淳子さん姉妹お二方とも10月初参加の連続２回目で、姉の志穂さんはフルマラソンを目指し、来年の２０１４東京マラソンに当選し出場権を得ているとのこと。妹の淳子さんは健康指向の「気分転換」にと走り始めたそうです。多摩川の近くにお住まいで、丸子～二子間をよく走ります。
（訂正：12月例月例当日発行の「河原版」本欄「お友達ー２」で６４８３梅田敦己さんの記載は間違いで、正しくは６４８２内藤健一郎さんでした。お詫びして訂正いたします。）

大会（平塚）では８００ｍ６位に入賞しました。
土、日はお父さんと近くの緑豊かな麻溝公園のコースをヒルトレーニングやクロカンコースを走っています。今は来春のめざす高校への受験勉強にも追われて大変なのですが、月例川崎マラソンで走り「苦しかったが天気も良く気持ちよくは知れることがでしました。目指す高校に是非入学しインターハイを目指したい。

第４５３回月例参加者動向

2013.11.24　晴 C 0m/s 10.7℃ 58% WBGT －

種　目		男子	女子	合計
１０ｋ		246	31	277
５ｋ		228	58	286
３ｋ（Ａ・Ｂ）	幼少	46	14	60
	中学	5	3	8
	大人	245	52	297
	計	296	69	365
子ども１ｋ		121	81	202
延べ出場者		891	239	1130
初参加者		93	44	137
棄　権		97	28	125
延べ参加者		984	267	1251

年間累計出場者　（　～11月　13014　）
実数　891　（昨年同月は　13785　）

編集後記

今年もあと10日。何かと気忙しい年の瀬、家の大掃除や年賀状書き、忘年会と暇がありません。ランナーの皆様はいかがでしょうか？今年の目標は達成されましたか？。多勢に無勢か数のごり押しで多くの人々が廃案を求めた「秘密保護法」を６日参院で強硬採決し通した安倍政権。何故そんなに急ぐの。「ナチの手口を学べ」と言った元総理の大臣の言葉がよぎる。見ざる・聞かざる・言わざる（三猿）は時の権力者の都合の悪いことには触れるなのご法度。知らぬ間に私達の人権が脅かされ戦争への道となってはさあー大変。「スポーツは平和とともに」は私達スポーツ連盟の大切な標語なのですから。観音埼周辺は明治から終戦まで東京湾要塞地帯とされ軍機保護法のもと制約されていた。今でも、観音埼灯台に辿る坂道に当時を物語る「陸軍省」と刻まれた要塞帯を示す石碑が倒れそのまま放置されていて、それを見たび平和を実感するが、強硬成立させた違憲の「秘密法」には内心の自由をも犯罪扱いとする「共謀罪」まで隠されているという。だから多くの人たちが反対・「廃案」を求め成立後も廃止を求める運動の大きさだ。観音埼灯台の敷地内には俳人高浜虚子が吟じた「霧いかに深くとも　嵐強くとも」の句碑がある。灯台守りを讃えるた句。力を頂こう。

①バーコードは胸、ＮＯＩＣ前左下　帝り下げて下さい。
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　５００円
ＮＯＩＣ再発行の場合は、３００円かかります

②　連続賞』は４９15 25 35・50 65 80 100 130 150 180 200・250・300回があります。
15回はＮＯ　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ケ月分）（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
番号：００２６４　３３１００
遅いと記録に載らない場合があります）