

第473回月例 スナツツ 写真・インタビュー 中山 浩明

① 仲間 i 6163 鎌田紋輔君 5891 戸根航大君 6088 豊田慈門君 6164 三好悠斗君

月例川崎マラソンは、20回から25回くらい参加しています。全員、小学校2年生です。久が原と矢口から来ました。走ることは、みんな好きですが、他にもいろいろとやっています。サッカー、水泳、バスケットボール、空手などです。今日の一言

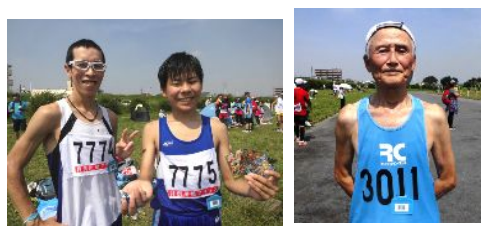
三好君「もっと速く走りたい。」鎌田君「うでを振ってほしい練習をしています。」戸根君「1キロ、5分を切りたい。」豊田君「1キロでもタイムを縮めたい。」

② チーム「美女ランナーズ」2884 山田由花子 2886 東野由里香 2885 駒木朋美 2883 佐伯江里子の各氏

月例川崎マラソンには、友人がよく参加しているの、「走って見たら？」というお誘いを受けて、今日、来ました。全員、初めてです。走り始めたきっかけは、三浦雄一郎さんみたいに、年をとっても元気でいられるように体力をつけたいと思ったことです。筋肉をつけたいですね。脂肪を筋肉に変えていけばカロリー消費量が増え、ダイエットにもつながります。そうすれば、走り終わったあとの一杯も思いっきりいけます。(本当は、これが一番の楽しみで走っています)普段は、丸子橋近辺を行ったり、来たりして練習しています。大会にもいろいろと参加しています。かすみ君ら、那覇、大井川、袋井メロンなど・リレーマラソンにも出ています。フルをみんなでない限り、山中湖のハーフを4人で走ったりしています。自己ベスト更新をめざしてがんばります

③ 仲間 ii 「松田さん兄弟と仲間たち」

7111 松田 和彦さん 7098 同栄一さん、7850 江頭義智さん 7692 遠藤亮介さん親子



和彦さん談 しばらくお休みしていましたが、2年前から、再び月例川崎マラソンに参加するようになりました。かなり前になりますが、月例川崎マラソンには、小学生の時から参加していて、小学校5年生から6年生にかけて、20連勝したこともあり。実は、月例マラソンを再開したのは理由があつて、私の父(松田静男さん)が2年前に他界した時に、何とか父の陸上にかける思い(ある実業団チームの監督をしていました)を受け継がないかということで、横浜・川崎に住むメンバーが集まって、みんなで参加するようになりました。走ることが、父の供養になるのではと思つています。栄一さん談 普段はこの多摩川を走っています。大学生の時に箱根駅伝を走りました。神奈川県で6区を走りました。昔は神奈川県は箱根の常連で、結構速かったのですよ。その時の順位は、確か、5位か6位だったと思ひます。後輩たちには来年度の箱根は是非がんばってほしいですね。

④ 3kmB1位 6992 竹下 能弘さん(高2)

月例川崎マラソンは、3回目の参加になります。今日は、3キロ、9分30秒以内で走ることが目標でしたが、少し超えてしましました。気温、湿度とも非常に高かったです、それが堪えませんでした。高校では陸上部に所属しています。1500mと5000mのベストは、それぞれ、4分15秒・18分31秒です。また、がんばります。次回は、9分30秒を切ります。

⑤ チーム紹介 「Run Jog」

5918 矢沢清次さん・2889 伊藤 芳さん他 チームとしては、初めて参加しました。神奈川の各地からやってきました。チーム全体の人数は約30名で、20代から40代が中心となっています。大会にもそれぞれ積極的に参加しています。北海道、大阪、神戸など、大きな大会にも出場しています。

⑥ 4回連続出場達成! 先生と生徒のきずな 7774 富張 裕紀さん 7775 長谷 智弥君

先生から「月例川崎マラソンで走ってみたいか。」と言われてとても楽しかったことです。そして、その時に4回連続すると盾がもらえることを知り、絶対に4回連続して走ることを決めました。今回その目標が達成できてとてもうれしです。前は、3*中学生で2位だったのですが、月例マラソンの記事とついに、学校でもみんなの前で紹介されました。今日は、とても暑かったのですが、前回よりもタイムを縮めることができました。また、来月にもっと速くはしる事ができるようになります。(先生は、5*から3*に変更になった種目で、断トツの1位でした。)

⑦ 三〇〇回連続出場達成!!! 3011 田中 洋一さん 52歳で走りはじめ、現在77歳です。11月で78歳になります。今日は記念すべき三〇〇回になりました。神奈川県座間市から参加しています。ここまでは、かなり距離があるので、夏は、家を6時くらいに出ます。走り始めたきっかけは、50を超えてから、体重が徐々に増え始め、「これではいかん。何とかしなければならぬ」と思ったことです。そして、手軽に始めることができるランニングで体重を落とそうと決心しました。それから、この月例川崎マラソンには欠かさず参加するようになりました。50代半ばくらいからは、大会にもよく参加しました。フルマラソンは22回、走り、大会にも一番いい時のタイムは、3時間22分です。今は、大会に参加するのは、1年に1回のみです。この多摩川で開催される元旦マラソンです。走ることは、健康にとってもいいですね。今は、眼が少し弱いだけで、足腰は丈夫です。食べ物、肉・魚・野菜など、出されたものは、何でも美味しくいただいています。1年でも多く、走ってきたいと思つています。ありがとうございます。(田中さんからお礼の葉書が届きました。その中に「私に直近(年齢)の方々へ・共に月例を運営されている方々に感謝しつつ楽しく走りましょう!」の謝辞が記されていました。

第473回月例参加者動向

2015. 7. 26 晴れENE 1.9m/s 33.8℃ 74% WBGT 31.2

Table with columns: 種目, 男子, 女子, 合計. Rows include 10k to 3k, 5k to 3k, 3k (A, B), 子ども1k, 延べ出場者, 初参加者, 棄権, 延べ参加者.

年間累計出場者 (~7月 9433) 実数 936 (昨年同月は7570)

① パーコードは胸、NOIC前左下へ吊り下げて下さい。パーコードNOICは自己管理です。紛失の際は、NOIC再発行の場合には3000円がかかります。② 連続賞は49・15・25・35・50・65・80・100・130・150・180・200・250・300回があります。15回はNOIC 副込みシャツ。50回・100回はトロフィー又は額入り本人写真。100回については月例チケツト(6ヶ月分)の中からの選択制。連続二百回はトロフィーか月例チケツト(一年分)の選択制(どちらでも事前申し出制)。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・0026014133100(遅いと記録に載らない場合があります)

編集後記 戦後70年・被爆立50年の今年の特には暑かった。7月24日から8月9日までの17日間、昼間の暑い盛り日に100*を「反核・平和」「原発ゼロ」「戦争法はいらない」を掲げ、街中や田圃の中をタスキをつないで訴えながら走る反核平和マラソンがあつたのだ。全行程1800*を繋いで走る者1人とスタッフ1名、東京・広島1000*を出入、また車の運転、給水担当の出入りがあるがその方々がいて成り立つ反核。出入りするランナーもいる。知らぬ中もなく楽しい道中、それぞれ疲れを吹き飛ばして繋いだ日々。この間気付いたことが在った。関西へ入るとクマザシの声一段と! 以前までは「クマザシ」(クマザシ)と鳴くのが「クマザシ」だと思つていたが「クマザシ」と思つていたが「クマザシ」だというのが、それと聞いてみると「クマザシ」だというのが、クマザシは朝6時頃から鳴き出し昼の12時には鳴き止む習性。大阪の公園を12時過ぎに通った時クマザシは天敵が居るに似たように手の届く幹で平和に「クマザシ」を語り始めようとも「心ここに在らず地は玉串」。独首相の「きちんと過去と向き合う」が重たい。正しい歴史認識と戦争法は廃案に!