

第479回 月例

12月は第4日曜日



それ以外の月は最終日曜日

HP変更になりました

URLは http://kawasaki.qee.jp/ で

河原版

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 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

月例終了当日の間合せは市連盟事務所 044-433-1120へ 郵便振替での葉権届は 下記へ 名義:新日本スポーツ連盟RC 番号:00260-4-33100

主催: 新日本スポーツ連盟川崎市連盟 月例川崎マラソン実行委員会

「試行のご協力を！」 「子ども1人1ゴール」のバースタート読み取り方法の変更(12月より) 子ども1人1ゴールが込み合いますのでゴール後の列が長く成ります。2列に並んで頂きます。従いまして伴走される親御様は基本としてゴール手前まで離脱して頂きます。表彰対象者が増えてきています。トロフィー等速やかにお待ち帰り下さい。また忘れ物等の保管期限も短くしておりますのでご注意ください。



40周年の月例川崎マラソン(2月) 楽しく走りましょう! 川崎市連盟理事長 石川正士 明けましておめでとうございませう。1976年2月29日雨のなか50名でスタートした月例川崎マラソンも2月で40年を迎えます。台風、多摩川の増水、積雪・3・11の震災など数回中止となった以外はたゆまず開催してきました。これも皆様方のおかげで感謝申し上げます。これからも実行委員会一丸となって皆様とともに開催して参ります。昨年は延べ一万七千名が出場し初参加の方も、千二百余名と賑わいました。お子様の参加も目立ち、日常の中にスポーツが取り入れ月例マラソンを通して新しい出会いもあります。スポーツ連盟の「いつでも、だれどこでも、だれもがスポーツを」 「スポーツは平和とともに」の標語実現にむけ月例マラソンも一翼を担います。今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

◆来月の月例は 2月28日です。 3月までは冬時間 (受付は早めに済ませようお願いします)

Table with 2 columns: Race Distance and Start Time. Includes categories like 子供1K, 3K(A), 3K(B), 5K, 10K.

12月27日第478回月例 天気も良く 延べ1824人が走りしました。上写真は子ども1人1人元気よくスタートする子どもたち。右下2枚は3人1組のスタート直後。下左は1/10の第43回新春マラソンスタート。



1月月例表彰 (1月月例表彰表) Table listing award winners for various distances: 3000回連続出場賞, 1300回連続出場賞, 800回連続優勝賞, 500回連続優勝賞, 350回連続優勝賞, 250回連続出場賞, 150回連続出場賞, 90回連続出場賞.

4回連続出場賞 Table listing award winners for 4 consecutive appearances across various distances and names.



恒例の連続出場賞(河原)版見られます

12月27日第478回月例で38人目となる連続出場 3000回達成の 岩澤和雄さん

第478回月例スナツ

写真・インタビュー 中山 浩明

① 1kmトップ 1554 中尾千夏ちゃん 小学校6年生の女子です。父と母もランナーで小学4年生から月例川崎マラソンに参加しています。参加し始めた頃は1*は少人数でしたが、今はたくさんいてびっくりしています。今日は、最後のトラックに入った時に男子を抜いて、トップでフィニッシュしました。住んでいるところは町田で、相模原のクラブに所属しています。1*3分30秒を切ることが目標です。今日は39秒でした。課題は最後のスパートです。もっとダッシュできるように練習します。

② 仲間 2282 西島真優ちゃん 3029 杉本有希ちゃん 3033 河東莉子ちゃん 2931 栗津陽香ちゃん 下丸子に住んでいます。月例川崎マラソンは友達に誘われて参加しています。みんな走るのが好きで、1週間に1回は練習しています。この間学校でマラソン大会がありました。坂が多く、上ったり下ったりで大変でしたが、みんなよい成績でした。栗津さんが3位、河東さんは12位、杉本さんは13位、西島さんは27位でした。ここで走っているのが役にたちました。身体を動かすことが好きで、走る以外にもそれぞれダンス、卓球、テニス、スイミングなどにも力を入れています。

③ 1500回連続出場 966 中村幸右さん 青森県出身の79歳です。住まいは横浜市旭区の柏町です。30歳までは、地元でアマチュア相撲をしていました。相撲を始めたきっかけは、何か自分の得意なものを身につけた



いと思ひ、力が強かったこともあって、19歳の時に会社に入社してから稽古に励んでいました。走ることも好きだったので相撲の稽古と並行してランニングの練習もしました。主に短距離でしたが、瞬発力をつけるのに役立ちましたね。今では年をとりましたが、それでも毎日10*は走っています。今走ることが好きなので全然苦にはなりません。昔はお酒も飲めなくなりましたが、持病があって、女房がもうそろそろやめた方がいいよと言うので60歳になってから禁酒する決心をしました。今では一滴も飲みません。健康に気を付けて90歳代までは走り続けたいですね。出来るだけ長く続けて、百歳になつた時に月例マラソンに参加するのが夢です。

④ 8403 速藤 透 8404 大久保 洋 3053 長谷川麻子の各氏は初参加 7980 佐藤宣行 8327 渡辺芳雄の各氏 チーム 「ティッフェネス宮前平」というスポーツジムの仲間です。普段は水泳をしていますが、週1で10*走っています。スイミングは上半身の筋肉がとても発達します。下半身も鍛えなくては行けないのでランニングにも力を入れています。今日は3*と5*に参加しますが、3*では16分台で走りたいですね。

⑤ 仲間 4606 城間 涉(53回目) 4673 鎗谷賢三(45回目) 8373 村上敏斗 7793 大宮広樹 8127 上原徹也の各氏 月例川崎マラソンに参加してから4年半くらいになります。住まいは横浜、川崎、松戸、相模大野などまちまちですが、いろいろ言いながら会社の仲間と一緒に

に走るのが楽しいですね。いろいろな大会にも積極的に参加しています。東京、横浜、那覇のフルマラソン、海外ではバンクーバー、ホノルル等を走りました。タイムは5時間前後ですが、ふだん月例川崎マラソンで走ることによって精神が鍛えられているような気がします。今日もきつかったです。みんなも頑張っているのだと思うと自分も負けてはいられないという気持ちになります。これからも頑張ってください。

⑥ チーム紹介 「マルゴ」 7118 荒木次朗 4002 野島 洋 2900 長須賀浩司 3045 森田はるの各氏 マルゴとはワインの名前です。ワイン好きのランナーの集まりです。住まいは鶴見と川崎なので、普段は鶴見川や多摩川で練習しています。大会でも走っています。走っているときはつらいと思うこともありますが、フルマラソンはがんばって4時間くらいで走ります。

⑦ 八雲学園陸上部 2804 内藤静香さん(高2) 523 田中美有さん(高2) 2649 菅野真未さん(中3) 内藤さん談...高校に入ってから陸上部に入りました。今日は初めて5*を走りました。目標は25分を切ることでしたが、少しオーバーしてしまいました。学校では週5回練習しています。毎日家から学校まで走って通っています。(約2*) 田中さん談...父母が走るのが好きなので、小学生の時から走っている月例川崎マラソンの他にも横浜・国立(くにたち)・赤羽などの月例会にも参加しています。後輩にも頑張ってもらっています。

第478回月例参加者動向

2015.12.27 晴れ N 2.0 m/s 7.8℃ 58% WBGT -

Table with columns: 種目, 男子, 女子, 合計. Rows include 10k, 5k, 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 (~12月 17243) 実数 1298 (昨年同月は 14736)

⑧ 10 Km 男子1位 8375 四方祥雄さん 月例川崎マラソンは、市の駅伝大会の練習として今日初めて参加しました。大学4年生です。10*のベストは30分48秒です。ハーフは1時間05分4秒です。もうすぐ卒業ですが、社会人になつても市民ランナーとして走り続けたいと考えています。(了)

⑨ 編集後記 24日は奄美大島で那覇でも雪。このところの寒波は19日も霧島(鹿児島)へ出掛け雪に会いチェン規制で山中の道は通れず下道を経て霧島神社へたどり着いた。おかげで坂本龍馬と龍子の日本最初の新婚旅行のほぼ同じ行程を辿ることが出来た。和氣神社(犬飼龍、塩温泉)で龍馬は京都伏見寺田屋での傷を長逗留で癒し、霧島高千穂山に登つたとある。妻お龍さんは龍馬亡き後は、薄幸せで点々とし東の神奈川宿へ来て最後は横須賀大津村で生涯を閉じた。大津信楽寺に葬られ「正四位坂本龍馬の妻龍子」墓が建っている。筆者宅に近くこれも何かの縁であろうか。初場所千秋楽、琴奨菊の久々の日本人力士が優勝。相撲は心技体一瞬の反応が勝敗を分けると言うのが「結婚を機に開眼し練習にも工夫をし、五郎丸のルーティーンで精神統一」での驚進。やるべきことはやり切ったと...今年が良い予感が!

⑩ 大会情報 当市市場(ランド) 第19回川崎ハーフマラソン 3月13日 10時スタート 受付中 25000円

月例川崎マラソン連続出場100回以上 到達顕彰

月例川崎マラソン連続出場100回以上 到達顕彰関係者 (2016/1/1現在)

| 連続 | 氏名 | 達成日 | 連続 | 氏名 | 達成日 | 連続 | 氏名 | 達成日 | 連続 | 氏名 | 達成日 |
|-----|--------|----------|-----|--------|----------|-----|--------|----------|-----|----------|----------|
| 300 | 金野 正与 | 2001年6月 | 300 | 神崎 義一 | 2015年2月 | 180 | 國府 方進 | 1999年6月 | 130 | 吉田 和男 | 2012年9月 |
| 300 | 臼井 滋 | 2001年12月 | 300 | 村山 ヒメ子 | 2015年6月 | 180 | 入山 宗駿 | 1999年11月 | 130 | 安孫子 哲也 | 2012年9月 |
| 300 | 野村 義男 | 2002年6月 | 300 | 田中 洋一 | 2015年7月 | 180 | 栗田 順子 | 2012年7月 | 130 | * 藤本 貴 | 2015年6月 |
| 300 | 野田 平二 | 2003年3月 | 300 | 岩澤 和雄 | 2015年12月 | 180 | 工藤 雄一 | 2012年11月 | 130 | 時光 信孝 | 2015年12月 |
| 300 | 栢山 隆治 | 2003年5月 | 250 | 森 泰之 | 2000年11月 | 180 | 龍見 文雄 | 2014年5月 | 100 | 石塚 良一夫 | 1986年10月 |
| 300 | 泉山 信義 | 2003年5月 | 250 | 堀田 昌宏 | 2007年1月 | 180 | 城野 則重 | 2014年9月 | 100 | 仁平 輝夫 | 1986年11月 |
| 300 | 藤本 貴 | 2003年12月 | 250 | 山形 勲 | 2010年3月 | 180 | 中村 明 | 2015年9月 | 100 | 柳川 克明 | 1991年11月 |
| 300 | 高橋 安子 | 2005年2月 | 250 | 浅野 茂 | 2012年2月 | 150 | 前田 良治 | 1992年11月 | 100 | 色部 陽 | 1992年3月 |
| 300 | 菊池 成一 | 2005年7月 | 250 | 飯田 忠二 | 2012年3月 | 150 | 永田 照志 | 1997年12月 | 100 | 中釜 忠四郎 | 1995年1月 |
| 300 | 山本 聡 | 2006年2月 | 250 | 松永 哲扶 | 2012年8月 | 150 | 山田 正作 | 2003年12月 | 100 | * 鈴木 つや子 | 2005年10月 |
| 300 | 遠藤 敏昭 | 2007年2月 | 250 | 臼井 勉 | 2013年3月 | 150 | 山口 真己 | 2005年4月 | 100 | 興村 富蔵 | 2005年10月 |
| 300 | 井本 教道 | 2009年2月 | 250 | 長谷川 祐子 | 2014年9月 | 150 | 岩永 允宏 | 2005年12月 | 100 | 加藤 久実 | 2009年7月 |
| 300 | 佐藤 道治 | 2009年4月 | 250 | 大平 義明 | 2014年10月 | 150 | 山本 真次 | 2006年4月 | 100 | 林 納 | 2009年8月 |
| 300 | 荒田 正治 | 2009年4月 | 250 | 小西 康生 | 2014年10月 | 150 | 山本 浩次 | 2006年4月 | 100 | 加藤 重之 | 2009年12月 |
| 300 | 色部 昭子 | 2009年4月 | 250 | 小山 裕也 | 2015年6月 | 150 | 酒井 良忠 | 2006年10月 | 100 | 佐藤 義之 | 2010年5月 |
| 300 | 國府 方昇 | 2009年5月 | 250 | 秋元 末吉 | 2015年10月 | 150 | 中村 晴彦 | 2010年4月 | 100 | 飯塚 精彦 | 2010年7月 |
| 300 | 堀田 尚宏 | 2010年2月 | 200 | 高梨 英久 | 1994年6月 | 150 | 大竹 克己 | 2011年10月 | 100 | 加藤 友幸 | 2011年9月 |
| 300 | 嶋田 秀尚 | 2010年4月 | 200 | 秋本 雄 | 1995年1月 | 150 | 佐藤 かおる | 2011年1月 | 100 | 萩原 明 | 2012年4月 |
| 300 | 上野 毅 | 2006年6月 | 200 | 石川 勝康 | 1997年12月 | 150 | 森 幸雄 | 2012年2月 | 100 | 直井 明 | 2012年8月 |
| 300 | 馬場 均 | 2012年1月 | 200 | 石川 美恵子 | 1998年5月 | 150 | 野口 信弘 | 2012年9月 | 100 | 小原 浩二 | 2013年6月 |
| 300 | 佐藤 道夫 | 2012年1月 | 200 | 登坂 一郎 | 2000年1月 | 150 | 辻川 松雄 | 2013年10月 | 100 | 宮内 克哲 | 2013年10月 |
| 300 | 大高 敏 | 2012年2月 | 200 | 渡辺 次雄 | 2005年12月 | 150 | 内田 靖夫 | 2014年11月 | 100 | 高橋 直己 | 2013年7月 |
| 300 | 高槻 岩雄 | 2012年7月 | 200 | 渡部 一夫 | 2011年8月 | 150 | 中村 幸春 | 2015年11月 | 100 | 安孫子 優貴 | 2014年2月 |
| 300 | 中野 幹夫 | 2012年10月 | 200 | 横山 美恵子 | 2012年1月 | 150 | 渡辺 春行 | 2015年11月 | 100 | 阿藤 博 | 2014年3月 |
| 300 | 益子 武男 | 2012年11月 | 200 | 沢尻 広美 | 2012年4月 | 130 | 宮沢 春雄 | 1999年4月 | 100 | 下山 孝雄 | 2014年3月 |
| 300 | 平林 実 | 2012年12月 | 200 | 三ッ沢 博 | 2012年4月 | 130 | 浜里 悦子 | 2004年11月 | 100 | 山添 哲也 | 2014年8月 |
| 300 | 平原 尚二 | 2013年2月 | 200 | 三ッ沢 博 | 2012年8月 | 130 | 三ッ沢 博 | 2006年3月 | 100 | 石浜 裕一 | 2014年12月 |
| 300 | 戸田 幹雄 | 2013年2月 | 200 | 尾崎 達巳 | 2012年10月 | 130 | 大竹 克己 | 2009年3月 | 100 | 山岸 陽一 | 2015年5月 |
| 300 | 鈴木 忠文 | 2013年3月 | 200 | 清家 一徳 | 2012年11月 | 130 | 加藤 久美 | 2012年3月 | 100 | 大野 誠治 | 2015年6月 |
| 300 | 佐藤 文信 | 2013年7月 | 200 | 藤山 重行 | 2013年1月 | 130 | 大藤 洋行 | 2014年5月 | 100 | 加藤 博美 | 2015年8月 |
| 300 | 東 賢一 | 2013年11月 | 200 | 小山 比登美 | 2013年2月 | 130 | 栗原 薫 | 2014年6月 | 100 | 藪 喜代志 | 2015年9月 |
| 300 | 八澤 日出雄 | 2014年5月 | 200 | 三乘 洋元 | 2014年5月 | 130 | 倉形 薫一 | 2014年10月 | 100 | 藪内 義勝 | 2015年9月 |
| 300 | 小出 清一 | 2015年2月 | 200 | 山本 茂樹 | 2014年10月 | 130 | 廣川 美恵子 | 2014年12月 | 100 | 中村 岳征 | 2015年10月 |
| 300 | 佐藤 憲七 | 2015年2月 | 200 | 小林 千恵子 | 2015年1月 | 130 | 村上 昭二 | 2015年1月 | 100 | 小島 裕 | 2015年10月 |

* 2回目

** 過去受賞者でも 近年永年欠場者はのぞく

12月 月例 スタッフ写真到達顕彰

