

第482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  
郵便振替での棄権届は 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

【お知らせ!】  
4月より夏時間で開催  
してありますが、このとこ  
ろ5km終了が30分では  
終わらない状況にありま  
す。実行委員会で検討し  
た結果、10kmのスタ  
ートを15分遅らせ10:15  
(夏時間)とします。5  
月より当然冬時間も15  
分遅くなり、また引  
き続き子ども1キのゴール  
後のバーコード読み取りは  
1列で行っています。親御  
様はゴール手前で離脱して  
頂きまたバーコード読み取  
り付近で待機願います。  
◆



3月481回月例は、快晴の下ユキヤナギが満  
開に咲き誇るなか行われました。4月進級の  
子ども1キは299名が走りました。10歳では65  
子どもたちは元気がよく走り、3月とも総合位  
に入る健闘4月から高校生になり、3月とも  
48高橋達真君が253月とも総合位  
に入るとユキヤナギほほ笑むなかならず。  
トレッチの子ども達とグラウンド出口付近。下はス

◇来月の月例は 5月29日です。  
4月から10月までは夏時間

下記時間で (受付は早めに済ませようお願いします)  
子供1K 8:15  
3K (A) 8:30 (NO-C 主に男子仕分け3999以下)  
3K (B) 9:00 (NO-C 仕分け男子4000以上)  
5K 9:30  
10k 10:15 (5月より15分スタート時刻を遅  
らせます) スタートです。  
次月棄権受付は 10時45分まで。



本日の月例に外国からのお客様が走  
ります。フランス=マヌージイさん  
韓国=キムさんが神奈川県連盟創立50  
年記念の一環として招待しました。

月例終了後、月例会場で月例40周年を祝う会も兼ねた参加  
者とのフランス、韓国招待者と交流会 (参加費500円/人)  
を開催します。多数ご参加下さい。また29日の横浜駅伝にも  
国際チームとして走ります。(写真真は2015年「福島~  
東京・広島・長崎反核平和マラソン8/6広島到着風景」に反核平  
和Mを反核の旗を持って走るキムさん。



2016よこはま VIVICITTA  
4/3 (日) 第7回目となる2016よこ  
はまビビチッタが(横浜月例会場発着で)開  
催されました。当日は小雨模様でしたが周  
の桜は満開で、参加者を元気づけ、「ビビチ  
タ」と掛け声「平和を愛し相手を思いやり、  
健康の促進を望み環境保全のため」を出して  
走る「世界同時マラソン」が行われ1km, 3km  
の他12km部門に91名(写真下スタート風景)  
総勢124名。月例関係者では「ヤベッチ」の  
矢部さん、山田正作さん親子、浜里悦子さん等  
が走りました。



|             |  |   |             |  |  |                               |  |   |   |    |              |               |              |                |          |
|-------------|--|---|-------------|--|--|-------------------------------|--|---|---|----|--------------|---------------|--------------|----------------|----------|
| ◇ 250回連続出場賞 | 2 6 6 6 6 6 5 1<br>1 1 1 4 2 7 0 6 3<br>0 9 4 4 1 2 9 2                  | 高石高南佐佐櫻<br>山原山谷藤藤井<br>心賢大晶峻颯祥<br>咲治翔太生馬一勉   | ◇ 350回連続優勝賞 | 4 5 3 8<br>高阪新   | ◇ 500回連続優勝賞  | 1 0 3 1<br>0 3 7 2<br>1 5 4 8 | 三浦西澤北三<br>琴めぐ邦淳<br>泉み夫   | ◇ 800回連続優勝賞                                   | 2 7 9 8<br>3 1 2 9<br>1 2 9 8   | 三浦 | ◇ 1000回連続出場賞 | 1 6 5<br>飯野博久 | ◇ 2500回連続出場賞 | 1 6 5<br>横山美恵子 | ◇ 4月月例表彰 |
| ◇ 4回連続出場賞   | 7 7 7 7 7 5 4 2<br>8 8 7 4 0 5 7 1<br>7 6 3 4 9 3 6 1<br>2 7 0 0 7 0 7 3 | 下富高甲古高佐鈴<br>田張橋賀澤久野木<br>航光直篤光浩雄公<br>大夫己志一郎二 | ◇ 9回連続出場賞   | 2 2 1 8 8 8 7 7 6 6 4<br>8 4 2 0 0 0 9 9 7 8 6<br>0 8 4 5 4 4 3 3 1 5 5<br>9 8 2 0 9 8 8 7 3 8 9 8 | 河石渡樹樹北渡渡久中佐<br>合井邊藤藤ふくしま島邊澤永村藤<br>京美大候知元佳浩弘朋<br>香漂波和史樹幸士一久 | ◇ 15回連続出場賞                    | 2 2 2 2 1 7 6 4 3<br>7 7 6 8 5 6 6 5 8<br>0 0 8 8 2 7 5 7 9<br>1 0 9 3 4 2 6 4 2 7 | 内市近三高内岡山<br>田田川藤浦瀨山崎木<br>奈絢海紗紗紗哲<br>苗夏音葵良良明主武 | 山口健太郎<br>高松亮馬<br>下倉悠之介<br>徳積柁哉<br>杉崎永季<br>西宮正雄<br>山中明<br>鈴木晴傑<br>鈴木楓斗<br>佐々木颯斗<br>今西洋晶<br>西崎宏和<br>鈴木朋也<br>佐々木隆昌<br>中島圭<br>平松弘臣<br>片羽征太郎<br>磯部津輝子<br>馬場千夏<br>久保田真帆<br>高瀬さくら<br>杉本有希<br>清原沙莉<br>河東莉子<br>村上心海<br>殿柿充奈<br>西崎令奈<br>杉崎楓<br>飯宮智子<br>吉田瑠花<br>小島結菜<br>小島昌穂<br>矢板瑞穂<br>佐々木嘉穂<br>小田典重<br>柏原典子<br>(敬称略) |    |              |               |              |                |          |

第481回月例スナツ

写真・インタビュー 中山 浩明

① 4年生トリオ 8622 渡部 蓮君 8623 大熊 康介君 8485 新村 康希各君

月例川崎マラソンは、新村康希君に誘われて参加しました。住まいは中原区・高津区です。今日の一言、「自分の可能性を知りたい。目標は3\*15分切りです。」

仲間

3076 寺澤 芽生さん(小1) 2755 三露 芽衣さん 2584 飯村 紗羽さん 2754 三露 彩弥さん

2歳から7歳までの仲間です。みんな、新川崎から来ました。月例川崎マラソンは、飯村紗羽さんが一番多く参加していて、今日で15回目くらいです。

仲間

8317 山田 夏大 横浜市の港南区から来ました。普段は横浜の月例マラソンに参加することが多いのですが、月例川崎マラソンは5回目です。

今年からは2年生になります。学校では陸上部に所属しています。1500mを中心に練習していますが、ベストは5分13秒です。

仲間

4492 飯塚 裕介 6037 大槻 知史 2698 近藤夕紀子 2694 本多 明子

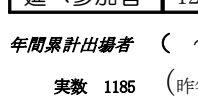
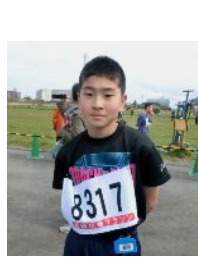
月例川崎マラソンは、ウェブで調べて参加するようにになりました。それぞれ5回から10回目位でしょうか。

仲間

3154 飯塚 理沙 3155 平野 佳奈 8639 松井 亨介 3157 相崎明希子

同じ会社のラン仲間です。福祉関連の仕事をしています。住まいは、川崎・横浜・藤沢といろいろですが、ほとんどのメンバーが初参加です。

3148 朝倉久美子 3158 長谷川千恵 3147 尾形 リナの各氏



4月で50回連続出場! 5076岸 義美さん 横浜市鶴見区から来ています。主な練習場所は、近くの三ツ池公園です。

第481回月例参加者動向

2016.3.27 晴れ N 1.0 m/s 10.5℃ 66% 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 ( ~3月 4722 ) 実数 1185 ( 昨年同月は 3668 )

① パーコードは胸、NO-C前 左下へ吊り下げて下さい。 パーコード・NO-Cは自己管理 です。紛失での パーコード再発行 5000円 NO-C再発行の場合は、 3000円かかります

です。ご飯の食べる量を少し減らしたくらいで、特別な 食事制限はしていません。継続して走ることによって徐々に減り始めていきました。これからの目標は、まず65回 連続出場とタイムを縮めることです。

熊本地震被災地支援募金を募ります。川崎市を通じて現地へ。 14日からの九州熊 震は大分周辺の大地 震は本震余震と被害 を拡大しています。

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NO 副込みマツ。 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。

編集後記 本々大分周辺の大地 震は大分周辺の大地 震は本震余震と被害 を拡大しています。 震は本震余震と被害 を拡大しています。

③ 棄権届「郵便振替」 名義・新日本スポーツ連盟RC 番号・00606014433000 (遅い記録に載らない場合があります) 協力下さい。

熊本地震被災地支援募金を募ります。川崎市を通じて現地へ。 14日からの九州熊 震は大分周辺の大地 震は本震余震と被害 を拡大しています。

# 3月 月例 スタッフ写真

