





第482回月例スナツ

写真・インタビュ 中山 浩明

① 子ども1km位

4268 菊地 幹太君

小学校5年生です。月例川崎マラソンに参加してから連続ではないのですが、50回近くになると思います。住まいは、下丸子でキャノンの近くです。今日は雨が降って、気温も低くとても寒かったです。1位になることが出来ましたが、コースもぬかんでいたので、タイムはあまりよくありませんでした。3分47秒くらいだったと思います。ふだんは1週間に1回、多摩川を走っています。だいたい3\*くらいです。今の目標は3kmを12分台で走ることです。まだ13分を切ったことがないので、これからもっと練習して、近いうちに目標を達成したいと思っています。

② 家族で参加

6453 松井克行さん

6458 松井晴輝君(小5) 6459 松井清悟君(小2) 住まいはのすぐ近くで、古市場小学校のあるところ。みんな走ることが好きで、お父さんも普段は多摩川の河川敷を5\*程度走っています。月例川崎マラソンは何回も参加しています。子どもたちは30回位は出場していると思います。最初の頃は1kmのタイムは6分7\*くらいでした。今は5分台で走ることが出来るようになりました。今日は雨で、とても寒かったので、5分30秒くらいかかりましたが、今まで一番よいタイムは5分07秒です。目標は5分を切ることです。4分45秒くらいで走りたいです。練習を続けていけば、その願いは叶うと信じています。この間嬉しいことがありました。学校のリレーの選手に選ばれたのです。選ばれたからには、自分自身、恥ずかしくない走りを目指さなければならぬと思います。

③ 3kmA女子1位

3173 石川 舞さん

月例川崎マラソンは、今日初めて参加しました。知り合いの人が走っていることと、両親が月例マラソンのネットで見てもしるそうだったので、走ってみました。4月で小学校5年生になりました。昨年、福島から引越してきて、現在は川崎市高津区に住んでいます。今日のタイムは12分20秒くらいだったと思います。雨が降っていて、コースが重かったの、晴れていけばもう少し速く走ることができたと思います。将来の目標はオリンピックに出場することです。できればフルマラソンで参加できればいいなと思っています。夢の実現に向かってこれからもしっかりと練習するつもりです。



④ 中学生になりました

1554 中尾 千夏さん

月例川崎マラソンは、小学校3年生の時から参加しています。小学生最後の3月月例では子ども1km女子で3分41秒のレコードを出しました。4月に中学1年生になりました。住まいは町田市で、南中学校の陸上部に所属しています。妹(夕菜さん)も走ることが好きで、土曜と日曜は妹と練習しています。メニューをいろいろと考えて、町田市のロードや、トラックで練習することもあります。3kmのタイムは、半年前に11分15秒を出したのが今のベストになっています。目標は11分を切ることです。このまま練習を続けていけばいつかは切ることが出来ると思います。

⑤ 5km・10km 男子1位

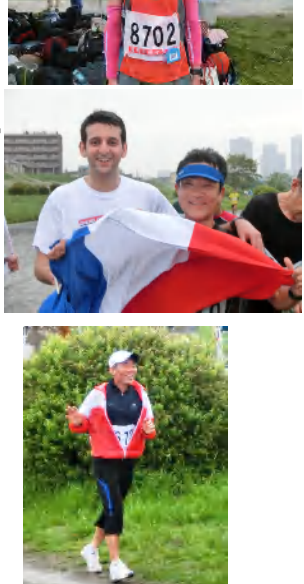
8702 藤松 利之さん

月例川崎マラソン初参加です。月例川崎マラソンはインターネットで知りました。住まいは中原区です。中学まで野球をしていて、陸上は高校から始めました。高校と大学は陸上部に所属し、長距離を中心に練習してきました。月間の走行距離は400\*くらいです。ハーフのベストは、仙台国際ハーフマラソンで出した1時間6分10秒です。フルマラソンは、2014年の東京マラソンで記録した、2時間18分です。来年の冬に2時間16分台で走ることが今の目標です。実現できるといいのですが...

⑥ フランスから参加

8673 ムラド・マズージさん

現在34歳で、フランスFSGTバリ連盟に所属し、ランニングだけでなく様々なスポーツの運営を担当されています。もともとバレーボールの選手でした。19歳からランニングを始め、当時は10kmのレースは31分台で走ったこともあるそうです。来日は2回目で、1回目は2005年反核マラソンで広島(約500km)の招待選手として新日本ス



第482回月例参加者動向

2015.4.24 雨のち曇 N 2.0 m/s 7.8℃ 58% WBGT -

Table with columns: 種目 (男子, 女子, 合計) and rows: 10k, 5k, 3k(A・B) (幼少, 中学, 大人, 計), 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 ( ~4月 5543 ) 実数 844 ( 昨年同月は 4345 )

ポーツ連盟のメンバーと一緒に走り長崎まで、1日10時間走ったこともあったと! マズージさん曰く「フランスでもランニングは非常に人気があり、幅広い年代層に愛されています。日本と同様にいろいろな距離のレースがありますがフランスでは10kmのレースが一番盛り上がりがあります。また短い距離でも年代別があり、子供たちは3歳、4歳、5歳、6歳などと細かく分かれていてレースを楽しんでいます。」「人生を楽しむために走る」それがフランス人の考え方です。日本と言う「エンジョイ、モットーとしたのは、ですね。今月例川崎に参加し、モットーとしたのは、Time is not important. To run is to enjoy.」で同走した2829 成戸さんとランニングライフやトライアスロンの魅力について会話をしながらゆっくり走りました。天気はあまりよくありませんでしたが、私にとつて天候はあまり関係ありません。どんな環境でも走ることの悦びが味わえることに意味があるのです。

⑦ 韓国から参加

8672 キム・ドクチンさん

1953年生まれの現在64歳、常に「No. War」を掲げながら、「平和のために走るランナー」。韓国・ソウルで生まれ、2歳の時に大きな病気をされましたが、それを乗り越え、今は精力的に平和のための活動をされています。反核マラソンにも、去年と6年前の2回参加して、東京から広島・長崎までの1500\*超ロングランに挑みました。日本にも多くの友人を持ち東京マラソンには6回参加されています。(月例10km後)

「今日はたくさんの方と会い、皆さんといっしょに走ることが出来て良かったです。またマイペースで走りながら美味しく、レースを楽しみましたこと出来ました。お招きいただきましてありがとうございます。」 (一)



編集後記

5月GWに埼玉「森林公園」(主催:全国RC)へ行ってきました。連休とあって、関越も下道も大渋滞川越を越すのに3時間もかかった。武蔵丘陵国営森林公園の広大な丘陵は新緑包まれその中を走るクロスカントリーは「リズムカルな鼓動を感じながら森林浴が出来心地よい」宿の「国立女性教育会館」の草原グラウンドも緑に囲まれランニングドリルを行うにはもってこいの所。また嵐山渓谷に近く隣は埼玉県立歴史博物館でもあり、鎌倉時代の武将畠山重忠の菅谷館(城)跡で其処も緑豊か、その奥は「蝶の里公園」で蝶が乱舞していた。4日早朝雨でクロカンは無理かと思いきや幸い開園時間には陽も出てきた。緑の日で無料。入口から1\*先にある「運動広場」には直径50mの大型テントや子ども向けの遊具もあり人も多いためので全然窮屈ではない。さすが安倍さん園だ! 「サミットでそんな所でない?」

2016 神奈川反核平和マラソン

は 7月23 (土) ~ 24日 (日) と な り ま す。

① バードは胸、NOCC前左へ吊り下げて下さい。バード、NOCCは自己管理です。紛失でのバード再発行 500円 NOCC再発行の場合は、300円かかります

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NO 副込みシャツ。

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)(1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会員となり。

③ 棄権届「郵便振替」名義:新日本スポーツ連盟RC番号:0026004-33100 (正しい記録を載ない場合があります)



# 4月 月例 スタッフ写真

