

第487回月例スナッフ

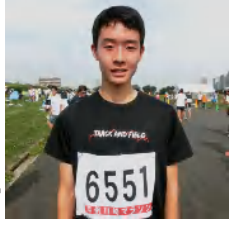
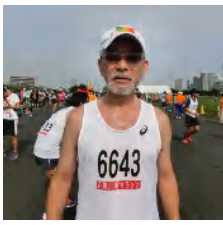
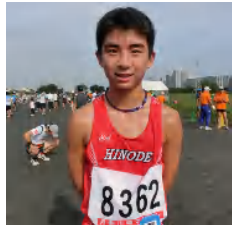
写真・インタビュ 中山 浩明



① 仲間 8816 荒牧瞭君 (6年生)、8817 荒牧直君 (3年生) 8093 川崎陽色君 (3年生) 8816 荒牧瞭君と弟8817直君は月例川崎マラソン4回目、川崎陽色君は14回目の参加になります。3人の住まいは上平間で、ユニホーム姿の2人は、「中丸子南町」という野球チームに入っています。あまり強くありませんが、みんないっしょけんめい練習しています。ふだんは走る練習をしていないので、月例川崎マラソンはいい体力トレーニングになります。いつもは終盤苦しくなってしまうので、今日はあまりとばさないようにします。目標は3km14分以内で走ることです。

② 保育園からのともだち 6766長嶋悠理君(小1) 2687殿柿玲沙さん(小1) 3035殿柿充珠さん(3歳) 6081殿柿永琉君(小1) 2992長嶋一華さん(3歳)

住んでいるところは川崎市中原区です。同じ保育園に通っていたり、卒業した仲間です。3歳から7歳までのメンバーです。月例川崎マラソンは1年以上前から参加しています。10回以上になると思います。保育園や学校でも走っています。今日は天気良かったのでいい気持ちで走ることができました。



第487回月例参加者動向

2016.9.25 晴れ N 0.5 m/s 26.2°C85% WBCT 26.6

種目	男子	女子	合計
10k⇒5K	277	37	314
5k	355	55	410
3k(A・B)	幼少	35	87
	中学	6	23
	大人	370	68
計	439	201	640
子ども1k	177	138	315
延べ出場者	1248	339	1587
初参加者	62	24	86
棄権	82	36	117
延べ参加者	1330	375	1705

年間累計出場者 (～9月 13120) 実数 1172 (昨年同月は 12195)

古市場グラウンド発着
編集後記 札幌ドームに移つた3戦 広島黒田、日ハムは原の投げ合いで始まり日ハムが延長10回谷の逆転サヨナラで4-3で一矢報いた。両者譲らずのゲームで試合は見応えのある晴らしい試合だった。引退を宣言した黒田の静かな中にも燃える闘志がはつきりと読み取れた。黒田は6回以降降板したが、広島黒田や継投の投手と日ハム打線との対決。8回、大谷を迎え敬遠気味の四球で歩かせ、日ハムは逆転可能な走者が出た。4番中田が奮起適時2塁打で逆転。9回広島が1点を返し同点とし延長戦へ、10回裏2塁に走者を置いて又も大谷の登場、歩かせるかどうかの分かれ目がカウント有利で勝負出た広島。膝元の球をライトへ打返したサヨナラ。26日の4回戦、中田、レアードのHRで2勝2敗のタイへ。どちらが日本一になるのでしょうか。新潟米山知事誕生。衆院補選は与党が、比国大統領来日、TPPと冬の陣へ。

③ 日の出高等学校陸上部1年生 8362橋 新之助君 今日での月例川崎マラソンは2回目になります。東京都目黒区にある、日の出高校の陸上部(部員8名)に所属しています。休日の練習は、午前は夢の島や等々力でトラック練習をし

④ 35回連続表彰 6643 増井 博明さん 今日で、月例川崎マラソン35回連続出場を達成しました。といつても月例川崎マラソンに最初に参加したのは1975年です。もう40年近く経っています。現在66歳です。昔は少しは速かったです。10kmは37分で走りました。3位には何回か、なつたことがあります。そこから上はありませんが、中学から大学までは陸上部に所属して、800mや1500mを練習していました。社会人になってからは「佐倉マラソン」や「つくばマラソン」などフルマラソンにも出場しました。当時の記録は3時間9分くらいでした。それから仕事の関係で長らく海外にいました。仕事が忙しかったことや走る環境のこともあって、走るのできないブランドがしばらく続きました。おかげで日本に帰って来た時は、体重がかなり増えてしまいました。それで63歳から一念発起してまた走ることにした次第です。月例川崎マラソンの他にも週2回、5*程度は練習しています。今の体重は年齢と同じ66kgなので、何とか60kgにしたいですね。年齢も若返るかもしれません。目標は3kmで15分台、5kmで27分30秒切りです。まあ見ててください。

⑤ 3kmB男子1位 6551 大橋 陸君(中3) 月例川崎マラソンは10回目の参加です。住まいは横浜市の緑区で、東鴨居中学校の陸上部3年生です。部員は30名くらいいます。自分のベストは1500mは4分20秒、3000mは9分40秒です。10月に横浜市金沢区の八景島で、市の中学校駅伝大会があるので、今はそれに向けて練習しています。

⑥ 近況報告 マスターズで2種目、関東大会で1種目の世界記録更新! 200 中野 陽子さん 9月17日に新潟で行われた全日本マスターズ・女子80歳+84歳の部で、800mと3000mで世界記録を出すことが出来ました。タイムは800mが3分38秒15、3000mが14分47秒89でした。また7月に江戸川競技場で開催された関東大会では、400mで1分32秒58で日本記録、1500mで6分52秒77で、これは世界記録になりました。実は、6月から9月までは内臓の一部に腫瘍の疑いがありずっと検査が続き、満足に練習できる状態ではありませんでした。それでも何とか自分のカテゴリーで世界記録を出したいと思い、少ない時間でしたがこの古市場のトラックや、月例川崎マラソンと同じコースで世界記録を意識しながら練習しました。フルマラソンの自分のカテゴリーの世界記録は4時間12分です。来年の東京マラソンでもう一度チャレンジしたいと考えています。10月に茨城で「水戸黄門マラソン」があるので体調と相談しながら走ります。またよろしくお願ひします。

⑦ 5km1回目及び2回目1位 3032 齋藤 優志君 月例川崎マラソンは5/6回目の参加になると思います。月例川崎マラソンに出場したきっかけは父が以前から参加していて、自分も一緒に走ってみたいと思ったからです。5kmのベストは15分54秒です。今日は16分50秒台だったと思います。今はトライアスロンに非常に興味があり、関東インカレにも時々参加しています。先日大会では、36分20秒で、300人中半分くらいの成績でした。もっと練習してさらに上位を目指します。

⑧ 2017川崎ハーフ大会 3月12日(日)10時スタート 参加費 3500円
⑨ 古市場グラウンド発着
⑩ 編集後記 札幌ドームに移つた3戦 広島黒田、日ハムは原の投げ合いで始まり日ハムが延長10回谷の逆転サヨナラで4-3で一矢報いた。両者譲らずのゲームで試合は見応えのある晴らしい試合だった。引退を宣言した黒田の静かな中にも燃える闘志がはつきりと読み取れた。黒田は6回以降降板したが、広島黒田や継投の投手と日ハム打線との対決。8回、大谷を迎え敬遠気味の四球で歩かせ、日ハムは逆転可能な走者が出た。4番中田が奮起適時2塁打で逆転。9回広島が1点を返し同点とし延長戦へ、10回裏2塁に走者を置いて又も大谷の登場、歩かせるかどうかの分かれ目がカウント有利で勝負出た広島。膝元の球をライトへ打返したサヨナラ。26日の4回戦、中田、レアードのHRで2勝2敗のタイへ。どちらが日本一になるのでしょうか。新潟米山知事誕生。衆院補選は与党が、比国大統領来日、TPPと冬の陣へ。

10位以内に入ると上へ進めます。多分6区を走ることになると思います。しっかり練習していい結果を出したいですね。

⑧ 近況報告 マスターズで2種目、関東大会で1種目の世界記録更新! 200 中野 陽子さん 9月17日に新潟で行われた全日本マスターズ・女子80歳+84歳の部で、800mと3000mで世界記録を出すことが出来ました。タイムは800mが3分38秒15、3000mが14分47秒89でした。また7月に江戸川競技場で開催された関東大会では、400mで1分32秒58で日本記録、1500mで6分52秒77で、これは世界記録になりました。実は、6月から9月までは内臓の一部に腫瘍の疑いがありずっと検査が続き、満足に練習できる状態ではありませんでした。それでも何とか自分のカテゴリーで世界記録を出したいと思い、少ない時間でしたがこの古市場のトラックや、月例川崎マラソンと同じコースで世界記録を意識しながら練習しました。フルマラソンの自分のカテゴリーの世界記録は4時間12分です。来年の東京マラソンでもう一度チャレンジしたいと考えています。10月に茨城で「水戸黄門マラソン」があるので体調と相談しながら走ります。またよろしくお願ひします。

① パーコートは胸、NOIC前左下へ吊り下げてください。パーコート・NOICは自己管理です。紛失の際は、NOIC再発行の場合、500円NOIC再発行の場合、300円かかります。
② 大型記録賞発行は申し出制となりました。各種目1~3位(ただし1kは小学生、3kはA台合同で中学生以下対象)申し出なご場台
③ 連続賞は49・15・25・35・50・65・80・100・130・150・180・200・250・300回があります。
④ 50回はNOIC 副込みシャツ。
⑤ 150回はNOIC 副込みシャツ。
⑥ 必要の方は本部へ申し出て下さい。
⑦ 連続賞は49・15・25・35・50・65・80・100・130・150・180・200・250・300回があります。
⑧ 連続賞は49・15・25・35・50・65・80・100・130・150・180・200・250・300回があります。
⑨ 連続賞は49・15・25・35・50・65・80・100・130・150・180・200・250・300回があります。
⑩ 連続賞は49・15・25・35・50・65・80・100・130・150・180・200・250・300回があります。

9月 第487回 月例 スタッフ写真

