

第495回 月例

12月は  
第4日曜日



それ以外の月は  
最終日曜日

# 河原版

発行責任者 佐藤 静雄

編集 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

月例終了当日の問合せは市連盟事務所 044-433-1120へ

郵便振替での乗権届は 下記へ

名義: 新日本スポーツ連盟RC 番号: 00260-4-33100

URLは <http://kawasaki.qee.jp/>

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

◇来月の月例は6月25日です。  
4月から10月までは夏時間

スタート時間 (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

次月乗権受付は 10時15分まで

「熱中症」を予防しよう!  
水分はこまめに摂りましょう!

☆☆☆☆☆☆☆☆

月例(ボランティア)役員  
へなって頂けませんか!

月例川崎マラソンも今年の10月で500回を迎えます。これまで多くのランナーの方々と協力共同して月例マラソンを運営してまいりました。運営をお手伝い頂ける方(ボランティア役員)を募っております。お近くの役員へご相談下さい。

## 4月 第494回月例 好天気 で延べ出場者1728名



3月月例はあいにくの雨でしたが4月第494回月例は好天に恵まれ、延べ出場者数は1728名と過去3番目の賑わいでした。グラウンドの土手側の草も刈りこまれ、1週間程前まではハマダイコン(草)が満開で花のウェーブになっていたのがしのばれるほどスッキリとした中での月例開催でした。子ども1kmには327名(男子173名、女子154名)が走り、3km(A・B)に592名、5kmに423名、10kmに382名が走りました。5月月例も天気にも恵まれれば、気温の上昇の夏日が予想されます。5月はまだ体が暑さに馴れていない為、「熱中症」になりやすいので、水分補給をこまめに摂って予防しましょう。月例川崎マラソンでは「熱中症」予防のためWBG温度(湿球黒球温度計)によりレースの短縮(WBG T25度で10kmは5kmに短縮)等の措置を行います。またWBG T31度で全てのレースを中止することとしています。・・・写真は4月月例でのカラフルなテント群を覗ながらコースへ出ます。



上写真は5月3日(祭・水)に開催された第29回横浜駅伝(409チーム:鶴見川梅町公園発着中継)のスタート風景。総合優勝はコモディイイダ(男子初)



上写真は多摩川河川敷のハマダイコンの花満開(4月下旬)



2	2	7	7	7	7	7	7	7	7	6
7	7	7	8	7	7	7	7	6	2	2
8	7	5	2	9	7	6	6	0	8	8
4	7	6	8	3	5	7	4	2	4	0
武子	中島	岩井	小山	大宮	長谷	松本	重山	平良	武子	平岡
直子	加奈	実	孝	広樹	知弥	一希	太一	勝	雅仁	孝啓
										下倉
										功太郎

おめでとうございます  
(敬称略)

2	7	7	7	5
4	0	6	6	9
7	1	7	1	0
奈良部	越前	奈良部	奈良部	荒井
日菜	圭介	凌	俊	康裕
				吉浜
				晃
				石塚
				良一
				塩沢
				明

9	9	9	9	8	8	5	5
1	1	1	1	9	3	6	2
2	3	8	8	7	9	9	4
4	8	3	2	3	4	7	9
牧	有澤	穂積	長橋	栗原			
三	真旬	修	主税	彰			
代							
川							
隆							
一							

6	6	0	3	5
6	0	6	5	5
藤田	大木	浩之	政史	

2	1	8	8	8	7	7
9	2	9	2	2	4	4
7	4	1	4	8	1	8
9	2	6	4	2	4	0
原口	渡邊	首藤	岡口	加賀	甲賀	木下
						和博

3	0	9	1	3	0	9	1
4	5	5	5	4	6	6	6
森	久美	石浜	珠絵	義勝			

3	1	1	2	1	2	1	2	6
網嶋	繁田	本多	小林	阿部	山田	伊吹	中野	相澤

5月月例表彰  
第494回4月30日  
達成者

15回連続出場賞



# 4月 第494回 月例 スナッフ写真

