

第510回 月例川崎マラソン

12月は
第4日曜日



それ以外の月は
最終日曜日



発行責任者 佐藤 静雄

編集 集 「河原版」編集委員会

〒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

郵便振替での棄権届は 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

月例川崎マラソン五百回の歩み (5)

十年間の蓄積からの成果と教訓

◇来月の月例は 9月30日です。

スタート時間

- 子供1K 8:30
- 3K (A) 8:45 (NO-C 主に男子仕分け4999以下)
- 3K (B) 9:15 (NO-C 仕分け男子5000以上)
- 5K 9:45
- 10k 10:30

次月棄権受付は10Kmスタート時刻です
10時30分までに。



①参加者の広がり連続出場者増
一九七六年二月二十九日五十名の参加でスタートして十年、十年の一九八六年二月には四三十名の参加者となりました。参加者の年齢層も広がり女性も増えてきました。また、グループや学校・地域のスポーツクラブなどからもまとまったの参加がありました。特に清明学園の先生と小学生の三十名を超える参加は会場を明るくしました。また、参加者の中には著名なランナーもあり、記録的にも引き上げるとともに参加者全体と実行委員会に大きな励ましとなりました。ポストンマラソン優勝者の山田敬三は第三十回(一九七八年八月)に参加され十K三五分二四秒を記録されました。角田進さんは一九七八年の全月例に参加され五K七連勝、十K二連勝の記録で輝きました。

一〇〇回(一九八四年四月)時点での連続出場賞は、一〇〇回二名、八〇回一二名、六五回三三名、五〇回五七名、三五回一〇〇名、二五回一三八名、一五回二三八名、九回三六二名、四回八六二名の方々が受賞されています。殆どの参加者が一回きりの参加では終わっていないことを示しています。「月例の大会」という特徴がはつきりしてきたのです。

一〇年間一二〇回の延べ参加者数は二五八三四名、登録者数三六〇〇名となっています。これが十年間で蓄積された活動の成果と言えるでしょう。

川崎市連盟理事長 石川 正士

7月月例表彰
第509回7月29日
達成者

◇180回連続出場賞
大井 洋行

◇80回連続出場賞
伊東 正敬
伊林 洋志

◇65回連続出場賞
大木 浩之
藤田 政史

◇50回連続出場賞
塩沢 明
石塚 良一
吉濱 晃
荒井 康裕
越前 圭介

◇35回連続出場賞
小松 満男
矢島 克美
目羅 隆広
入谷 結菜
栗津 結菜
栗津 陽香
三城 優佳

◇25回連続出場賞
保谷 純人
北原 龍晟
岩崎 正明
殿柿 玲沙
清水 由紀子
清水 由紀子
岩井 真美
石川 未来

◇15回連続出場賞
長嶋 悠理
安室 陽都
高石 真宏

◇9回連続出場賞
野口 信弘
小幡 克之
矢部 義孝
鈴木 義雄
鈴木 明秀
小林 明久
佐藤 朋成
高林 晃成
前田 卓也
後藤 幹翔
原口 智光
細井 詠介
井上 泰智
梶山 大貴
三嶋 和人
三嶋 晃人
長井 連吾
加藤 琉生
加藤 玲生
加藤 隆志
佐々 翔太
坂井 秀章
右高 萌花
小森 啓子
菊地 優那
藁谷 江奈

◇4回連続出場賞
佐藤 克己
天野 揚
三浦 淳
濱田 浩
佐藤 裕
石川 鏡水
桑原 勝
桑原 弘桂
津崎 了綾
津崎 遥真
海老沢 宏明
山下 哲明
後藤 勇樹
鈴木 健児
内河 知也
浅見 進太朗

後藤 匠翔
大西 啓太
伊達慎一郎
関谷 英樹
渋谷 結斗
大南 公
古平 圭吾
星野 貴弘
星野 弘樹
桜井 青
西田 悠人
西田 明広
立野 亮太
立野 湊太
森 幹芳
田口 結斗
齋藤 大也
虎渡 慎吾
加登谷敬子
濱田みどり
増子 智子
今津 愛梨
渡辺裕美子
大山 真弓
笹井 萌々果
桜井 結
桜井 杏
穂積 柚葵
加茂 陽暖
虎渡菜々子
佐藤 英子

おめでとございます
(敬称略)



第509回月例
スナツプ

写真・インタビュー
中山 浩明

1. 1km 1位 9852 3087
小学校5年生です。月例川崎マラソンは2回目の参加です。前回は1kmは2位でした。横浜という陸上クラブに入っています。練習日は木曜日と土曜日です。夏は100mを中心短距離の練習をしています。冬は長距離で1000mになります。SB食品主催の「SBちびっこ健康マラソン」に参加します。3位以内に入ることを目標です。9852さんは6位以内で入賞できればいいなと思っています。

2. 仲間 2738 (5年生) 3449 (5年生)
8104 (年長さん)

中原区の木月から来ました。月例川崎マラソンは、2738さんは、41回目、3449さんは5回目、8104さんは、3歳から走り始め、36回目の参加になります。タイムも少しずつよくなっていますが、今日は暑すぎて遅かったです。1kmは5分台、できれば4分台で走れるようになりたいです。

3. 3km 1位 6746 3km 1位

今回は3kmで1位になることができました。月例川崎マラソンは10回目の参加になります。前回は10kmで10番台の順位でしたね。今日は暑すぎて顔をほてらせながら走りました。多摩区に住んでいますので、普段は多摩川や、生田緑地で走っています。時間がなかなか取れないので、月に走ることのできる距離は170kmくらいです。ね。「でんでん」というチームで、富士登山駅伝に参加します。上位入賞を目指して走ります。また、9月には福島で開催される50Kのトレイルを走ります。トレイルランが好きで、日本山岳耐久レースにも何回か出場しています。がんばります！

4. チーム紹介① 「星の子レディース」 1666 1



6. 女子3km B1位 3746
月例川崎マラソンは2回目の出場です。前回は1位になることができました。普段は、皇居・代々木公園・織田フィールドで練習しています。月間走行距離は250kmくらいです。「エアラン東京」というチームに所属しています。メンバーは50人くらいです。チームの練習場所は皇居が多いですね。メニューはいろいろで、インターバルでは、レストをはさんで800mを5本、キロ3分40秒くらいで走ります。フルマラソンのベストは3時間16分です。今年はポストンマラソンを走りましたが、思ったようなタイムを出せませんでした。次は9月16日に行われるベルリンマラソンに参加します。

今年度は東京マラソンに2人出場しました。一人は4時間10分で自己ベスト更新、もう一人も5時間30分で目標を達成することができました。横浜マラソンにはチーム7名全員が参加します。一番若い子は3時間30分切りを目指しています。他のメンバーもそれぞれ4時間切りの練習ですが、大会が近くなると、インターバルを入れて10kmを3回走る練習を取り入れています。持久力をつけることが目標です。

5. チーム紹介② 1947 3491 3762 4896

IBA(イバ) 湘南国際マラソンに多数参加している「アズビル」の家族チームです。チーム名のIBAは代表者の名前から付けました。月例川崎マラソンは1947さんは、20回目、3491さんは3回目、3762さん初めての参加です。湘南国際マラソンの練習として来ている。走った後はみんなと一緒にビールを飲むのも楽しみのひとつです。ストレス発散にもなっています。走った後に満足感を味わえるのも魅力的です。湘南国際には選手としてだけでなく、ボランティアとして参加することも多いです。将来は東京マラソンも走りたいと思っています。

アデイダスの「スピードスクワット」というチームに入っていますが、選考会(3名合格)に通じ、ベルリンマラソンに出場できることになりました。選ばれた以上期待を裏切らないような走りをしたいと思っています。平坦なコースと聞いていますので、目標は3時間10分切りです。

7. チーム紹介 ③ 多摩川クラブ 2197 2420 7859 7198 7689 他応援メンバー

今日も酷暑のレースとなりましたが、物好きなメンバー達は暑さにもめげずに一生懸命走りました。普段は、月例川崎マラソンと同じ古市場で練習しています。毎週水曜日は、「水曜練習会」と称して、丸子橋で走っています。詳しくは多摩川クラブのHPの掲示板のレッドをご覧ください。ご近所の皆様の参加をお待ちしています。

*前回の月例で西日本豪雨被害義援金を参加者の皆様から20,595円頂きました。有難うございました。日赤に届けました。また、月例川崎マラソンから50,000円を全国連盟を通じて被災地の連盟組織に渡しました。

第509回月例参加者動向				
2018.7.29 晴れ 4.8m/s 30.5°C 73%				
種目	男子	女子	合計	
3km-D(10kを変更)	162	23	185	
3km-C(5kを変更)	211	30	241	
3k	幼少	22	7	29
	中学	15	1	16
	高校	2	0	2
	大人	272	51	323
	計	311	59	370
子ども1k	83	79	162	
延べ出場者	767	191	958	
初参加	19	4	23	
棄権	96	38	134	
延べ参加者	863	229	1092	
年間累計出場者	(1~7月 9122)			
実数	744	(昨年同月は 8445)		

お知らせ
・300回連続出場の優遇措置について
2019年から参加費無料は廃止します。12回使用可能な回数券を贈呈し榮譽を称えることとします。今年いっぱいはい今まで通りです。



①NOICは胸・背へ着け、バーコードは胸NOICの左下へ吊り下げて下さい。
NOICは自己管理です。紛失でのバーコード再発行 500円
NOIC再発行の場合は、300円かかります。
②大型記録簿発行は
各項目1~3位
ただし1kmは小学生。
3kmはAB合同で
高・中・小学生対象
申し出なき場合発行
されません。
(必要な方は本部へ申し出て下さい)
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。
15回はNO 副込シャツ。
50回・100回は 賞品をトロフィー又は額入り本人写真の選択可。

