

第524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



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

URLは <http://kawasaki.qee.jp/>

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

◇来月の月例は11月24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。

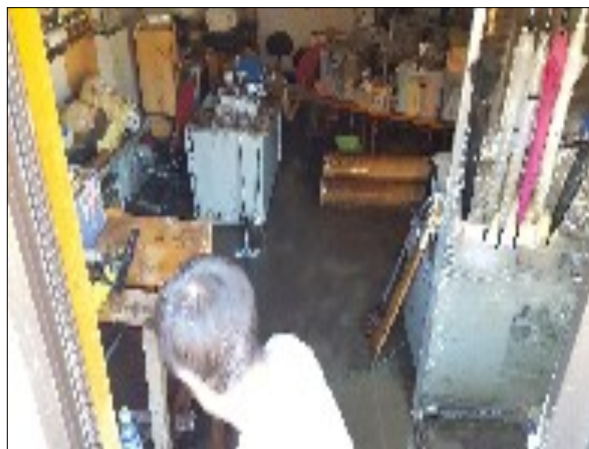


月例マラソンの会場

台風十九号で川崎市連盟事務所が浸水被害

多摩川河川敷運動施設・マラソンコースも使用停止に

十月十三日の台風十九号は川崎市各地に大きな被害をもたらしました。川崎市連盟事務所のある上丸子山王町一帯の浸水で川崎市連盟事務所の入り口ガラスを割り浸水し床から一メートル以上に汚水が溜まりました。月例マラソンで使用するパソコンなどの器材、書類など使用不能の事態となりました。修復に向けて汚物の廃棄、室内の洗浄など月例実行委員会の総力を挙げています。床・壁のリホーム工事が必要です。ので復旧にはかなりの日にちを要すると思います。多摩川河川敷は冠水でトイレが撤去されマラソンコースはヘドロが堆積しています。川崎市は河川敷の運動施設・マラソンコースを復旧が完了するまで当面使用停止にしました。このような状況で月例実行委員会は、十月十七日の時点で、十月二十七日第五二四回月例マラソンについて実施できるような用具と事務的準備を進めること、マラソンコースが使用できるかどうかを多摩川事務所に確認をすると同時に二十五日十時に現地の状態を



市連盟事務所 140cmの高さまで水が浸水

見極めて実施可能かどうか判断することにしました。実施できる場合でも準備の状況では参加者のみなさんに不備な事態があるかもしれない場合、実施できない場合は月例始まって以来三回目の中止となります。いづれにしましても参加者のみなさんのご了解とご協力をお願い申し上げます。

月例川崎マラソン実行委員会

9月月例表彰
第523回
9月29日

◇180回連続出場賞

802 藤本 貴 (8月)

◇100回連続出場賞

3807 佐藤 仁

4219 渡辺 集

391 渡辺さおり

◇800回連続出場賞

2049 佐々木博美

◇65回連続出場賞

7005 岩田 達明

7009 長谷川晃一

7010 長谷川智一

7038 麻原 忠夫

◇500回連続出場賞

7162 桂川 友和

7163 桂川 和之

8104 森 琉晟

◇350回連続出場賞

7831 増川 征次

9080 緑川 淳一

9081 外村 佳久

9110 村井 準

3176 佐藤ゆりか

3342 石川美逢莉

◇150回連続出場賞

3611 細萱二美子

◇90回連続出場賞

7971 松尾 幸栄

9309 阿部 康博

10077 関 瑛都

10166 小野 夢人

10171 光岡 真治

10203 岩野 圭太

10223 吉田 岳

3653 上野 貴代

3816 柴田美津子

◇4回連続出場賞

7915 高橋 豊 (8月)

10402 大島 大

10474 安孫子将貴

10477 脇 祥之

10478 脇 稜太

10480 永嶋 穰

10484 伊藤 峻太

10502 浅野 昌和
10503 滝澤 雄二
39987 伊東 七海
39988 伊東 晴香
39991 飯田 里奈
39995 伊東 ひとみ
(敬称略)



第523月例
スナップ

写真・インタビュー
中山 浩明

もう少し距離をのびたいですね。

1. なかよしランナー 3896 3843 3821

大田区の幼稚園からきました。みんな年長さんです。月例川崎マラソンは、ともだちにさそわれてくるようになります。3896さんは3回目、3843さんは5回目、3821さんは20回目の参加です。走るの4歳くらいから始めました。幼稚園の運動会でリレーをしたことがきっかけで走ってみるようになりました。今日の一言「さいごがつかれた。」「2周目からつかれた。」「とてもつかれた。」「また来ます！」

2. 9056

中学校3年生です。中学1年生から陸上部に所属しています。住んでいる所は川崎区の藤崎です。11月に川崎市中学校の駅伝大会があるので、その練習でやってきました。僕は1区を走ります。僕たちの学校の最高成績が13位なのでなんとかそれを超えたいと思っています。8位までに入ると県大会に出場できます。学校では3000mを中心に練習しています。今までのベストが9分51なので、目標は9分40秒台です。がんばります。

3. ベテランランナー5282 9878

5282さんは、多摩区に住んでいて、月例川崎マラソンは以前走っていたのですが少し途切れて、去年の12月からは連続で出ています。普段は多摩川沿いを走っています。今度「つくば」を走ります。4時間くらいで走ることができればと思っています。フルのベストは宮崎に住んでいた時に出した3時間20分です。9878さんは会社の友達にさそわれてこの月例川崎マラソンを走っています。18回目になります。地元宮前区を流れている平瀬川に沿って土・日に10km程度走っています。



4. みんな初参加 10557、10564 10563
3さんは3年生、他は6年生です。

今日は、高津区から8人できました。月例川崎マラソンは、お母さんがインターネットで見つけ、おもしろそうなので走ってみるようになりました。みんな空手を習っています。空手の道場に通っていて「突き」を300本したり、筋トレをしたりして身体を鍛えています。今日はい体力つくりになると思います。一言「今日は楽しかった。」「マラソン大会に出たいと思った。」「つかれた。」「おもしろかった。」「等々力で大会があるので出たい。」「など

5. 5km1位 9952

大師から来ました。月例川崎マラソンは、10回目です。いつも多摩川で練習しています。月に300km前後は走っています。来月等々力競技場で行われる「川崎市民大会」の5000mに出場します。今までのベストはトラックで出した14分40秒ですが、今は16分を切る事が目標です。10000mのベストは30分40秒台です。今度国際多摩川マラソンの10kmに出ますが、33分台で走ることができればいいと思っています。ハーフは「横須賀シーサイド」に出ます。ベストは1時間7分ですが、これも精一杯頑張るつもりです。

6. 3759 5km・10km女子1位

月例川崎マラソンは4回目になります。練習場所はさまざまです。地元が横浜の保土ヶ谷なので、ふだんは保土ヶ谷公園のアップダウンのコースを走っています。また、アシックスやナイキの練習会に参加したり、皇居・代々木公園で走ったり、織田フィールドでトラック練習もしています。今月は250km以上走りました。東京マラソンに応募したら当選したのがきっかけで走り始め、2

年近く経ちました。今年は11月3日、ニューヨークマラソンに挑戦します。フルのベストは3時間21分なので、20分を切れたらいいなと思っています。

7. 10559 10km1位

月例川崎マラソンは3回目です。神奈川の桐光(とうこう)学園の陸上部2年生です。11月2日に丹沢湖で駅伝があります。11位以内が目標です。学校での練習が中心です。メニューは1000mと400mのレストをワンセットとし5本行います。これを週に2回から3回やっています。1年に1回はロードでも練習します。10000mのベストは33分33秒です。少しでも縮められるよう練習していきます。

8. チーム”Run Jog”の皆さんです。毎月走られています。今日は40名のメンバーで参加されました。

初参加の登録料変更のお知らせ

大人1300円を1500円に

子ども 高校生まで1000円を1500円に変更

2020年1月より実施します。

第523回月例参加者動向
2019.9.29 曇り 1.5m/s 23.2℃ 83%

種目	男子	女子	合計	
10k	261	37	298	
5k	306	48	354	
3k	幼少	49	13	62
	中学	13	3	16
	高校	5	1	6
	大人	389	77	466
計	456	94	550	
子ども1k	123	93	216	
延べ出場者	1146	272	1418	
初参加	53	28	81	
棄権	68	26	94	
延べ参加者	1214	298	1512	

年間累計出場者 (1~8月 11258)
実数 984 (昨年同月は 10464)

① NOIC は胸・背へ着け、
バーコードは胸NOICの左下へ
吊り下げてください。
バーコード・NOICは自己管理
です。紛失での
バーコード再発行 5000円
NOIC再発行の場合は、
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 4・9・15・25・35・
50・65・80・100・130・150・180・200・
250・
300回があります。

15回はNO 刷込みシャツ。
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。
④ 棄権届「郵便振替」
名義・新日本スポーツ連盟RC
番号・002600-4-3310
(遅いと記録に載らない場合があります)