

第534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](mailto: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

## 11ヶ月ぶりに第534回月例川崎マラソン再開 ～昨年10月台風19号による浸水被害から 今年2月からの新型コロナウイルスの感染で～

昨年10月12日の台風19号による多摩川河川敷浸水被害は、ハーフマラソンコースと全ての運動施設に大量の土砂堆積で全てが使用停止となりました。川崎市は11月の時点で「2020年3月末日までマラソンコースでの大会等の使用は停止する」と公表しました。川崎市連盟・月例川崎マラソン実行委員会は12月10日「河川敷運動施設・マラソンコース復旧について」1日でも早く復旧していただきたいこと、月例マラソンで使用する大橋からガス橋間に限って1月から使用可能か検討していただきたいという要求書を提出しました。多摩川管理事務所長の回答で3月末までの使用停止は変わらず「4月からマラソンコースについては主催者がコースの現況を確認し必要な安全対策を行ったうえで使用いただけます」というものでした。(陸上競技場は8月から使用可能予定)実行委員会としては4月からの開催を準備している矢先に新型コロナウイルスの感染が起こり、4月7日には緊急事態宣言が発令されるに至り5月25日には解除されましたが川崎市の屋内外全ての運動施設が引き続き使用停止となりました。6月の実行委員会では、コロナの終息が見通せない現状で何時から、どのように再開できるかを検討し、開催ガイドラインと運営体制をしっかりと準備し8月30日から開催することに決めました。

この間マラソンコースを会場に中間計画として開催してきた大会の中止は、月例マラソン昨年10

月第523回から今年7月533回までの11回、第41回河原駅伝(10月13日)・第15回チャレンジフルマラソン(11月23日)・第47回新春マラソン(今年1月12日)・第22回川崎ハーフマラソン(今年3月8日)の全てです。多くのランナーの要求に伝えることができなかったことを残念に思います。今後もランナーの要求に応えることを基本に、コロナ対策の月例マラソンを参加者のみなさんと共に安全開催を実現し継続していきたいと思えます。

### ◇来月の月例は9月27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。



## コロナ渦の中で感染予防と熱中症予防のための新しい運営にご協力を

昨年10月台風19号の多摩川河川敷運動施設とマラソンコースの浸水被害は今年3月まで使用停止となり、今年2月からの新型コロナウイルス感染の広がりと続き、月例川崎マラソンは昨年10月の第524回から今年7月の第533回まで10回にわたる開催中止となりました。多くの月例マラソン愛好者からの要望とご助言、ご協力があり8月30日の第534回から再開できる運びとなりました。

コロナ渦は7、8月と感染者増加が続いており感染予防の実効ある措置が求められている現状です。実行委員会は再開にあたり、コロナ感染予防と熱中症予防に最善の努力を行います。参加者一人一人の皆さんが実行委員会の新しい大会運営にご協力いただくとともに一人一人の感染予防対策が必要です。以下の感染予防対策と合わせて熱中症予防対策の新しい運営にご協力をお願いします。

1. 新型コロナウイルス感染拡大を避けるために①身体的距離の確保、②マスク着用、手洗い(アルコール等の消毒)や③密(密集、密接、密閉)を避けることを基本に運営を行う。
2. 受付について、人との間隔、マスク、消毒を徹底し、バーコードの読み取りによって受付を完了、参加費はお釣りのないよう準備してください。
3. 参加条件について、当日検温し37.5℃以上の発熱、風邪、体調不良の場合は参加できません。
4. スタートは一人ひとり時差スタートとなりますので、距離を保ちながら一列に並んでください。
5. スタート前とゴール後に各自でバーコードを読み取り器で読み取らせてください。
6. ゴール後も距離を保ちながら整列してください。
7. 終了後会場付近での飲食はご遠慮ください。
8. 当面1km、3km、5kmの種目とします。WBGTが28度以上の場合1km、3kmのみとなります。3度を超えた場合は熱中症予防のため中止となります。
9. 時差スタートとなることから記録発表はホームページと次回月例となります。表彰も次回月例で行います。

月例川崎マラソン実行委員会

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9051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の右下へ吊り下げて下さい。

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回では 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)