

第562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

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：00260-8-99558

URLは <http://kawasaki.qee.jp/>

＊今日の予定

スタート時間

子ども1k	8:30
1k	8:45
3k	9:00
5k	9:30
10k	10:20

＊レースの進み具合でスタート時間の変更があります。

＊受付、次月棄権受付は10:20までです。

＊次回の月例マラソンは2023年1月29日

2022年コロナ禍のなか1年間継続実施できました ～毎月の参加者も700～800人へ増加傾向に～

月例川崎マラソンは、ランナーの要求に添えることを基本に誰でもが気軽に参加できること、連続して参加できることを重点に参加者に呼びかけ、連続して参加したくなる運営、表彰に心がけています。参加者の皆さんと月例運営役員としっかり結びあい、一層の発展を目指したいと思います。

川崎市連盟理事長 石川 正士

コロナ感染発生から3年目、今年も中止もなく今年最終12月開催を迎えることができました。コロナ感染防止対策での月例運営に協力参加いただいた皆さんに改めて感謝申し上げます。毎月の参加者数も700～800人へ増加傾向になりました。

今年月々の参加者実数は、1月(551回)792名、2月(816名)、3月(816名)、4月(720名)、5月(683名)、6月(74名)、7月(652名)、8月(618名)、9月(757名)、10月(768名)、11月(859名)、12月(本日(562回))となっています。参加者も幼児・子どもから高齢者と幅ひろく、家族参加、各種グループ参加など多彩な参加者となっています。



月例川崎マラソン実行委員会

1. 新型コロナウイルス感染症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)、③3密(密集、密接、密閉)を避けることを基本的に運営を行う。
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、体調不調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1列に並んでください。
5. スタート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. 種目は1k、3k、5k、10kです。w BGT28度以上の場合は1k、3kのみとなります。31度を超えた場合に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。表彰も次回月例です。

11月月例表彰
第561回
11月27日

◇100回連続出場賞

6453 松井 克行

◇75回連続出場賞

2588 入谷 天莉

◇30回連続出場賞

100474 安孫子 将貴
10503 滝澤 雄二

◇15回連続出場賞

2918 相澤 智
(2022年10月)

◇5回連続出場賞

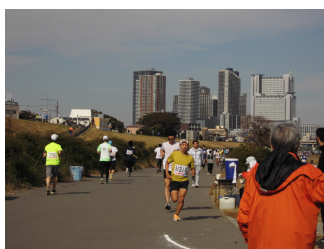
5331 佐藤洋一郎
5332 佐藤 翔太
8010 笠原 雅人
9137 粕川 洋司
9451 山田 貴之
10338 豊田 雅章
10900 片桐 悠
10902 原 拓巳
(2022年10月)

◇4回連続出場賞

3466 水戸 泉
4183 片桐 妃菜

◇3回連続出場賞

11254 栗林 柗央
11258 渡邊 航
11262 木下 英樹
2370 殿柿 真里
3997 池田 静香
4315 栗林 じよん
4319 渡邊 風香



棄権届の変更 棄権届の振り込み先の変更です。

振込先 ゆうちよ口座 新日本スポーツ連盟RC
口座記号番号 00260-8-99558番
上記の口座に振り込みをお願いします。



参加者の皆様へ

当日は、体調不良や自宅で体温測定し37.5度以上の場合は出場を控えてください。ご協力をお願いします。

第561回月例スナップ

写真・インタビュー 中山 浩明

1. チーム紹介 川崎陸上スクール 御幸小学校・西御幸小学校をメインに練習しています。月例川崎マラソンに参加した子供たちは30名を超えています。練習日は日曜日の午前中で、種目は短距離では、100m、ハードル、走り幅跳び、リレーで、長距離では、800mを走っています。大会には、毎年2回程度出場しています。最近の大会では、神奈川県では800mとハードルで優勝しました。また、関東大会では、5位入賞を果たしています。現在、新入会員を体験入部募集中です。詳しくは、フェイスブックの、「川崎陸上スクール」で検索してみてください。いつでもお待ちしております。よろしくお願いたします。男女問わず、短距離・中距離・長距離・跳躍など、どんな種目でもOKです。皆さんの参加をお待ちしています。

2. 仲間 10576 3864 3875 4214 4316 10582

今日は、月例川崎マラソンに7回、15回の参加の他に初めて参加したランナーもいます。年中さんと小学校5年生です。月例川崎マラソンで走ってみようと思ったのは、お父さんに誘われてのと、友だちが前から走っていたからです。みんな同じ保育園と小学校に通っています。今日の一言、「楽しかった」「疲れた」「友だちに負けたくないという気持ちで走った」「最初からダッシュした」「5分30秒以内で走りたい」「次回、5回連続賞をもらえるので楽しみです」

3. 超ベテランランナー

12月1日で87歳になります。先日は駒沢公園で行われた「スポーツフェスティバル」5kmに参加しました。タイムは29分20秒でした。私は70歳から走り始め、数多くのフルマラソンにも出場しましたが、来年の東京マラソンで一区切りを打ちたいと思っています。長年にわたって支えてくれたスポンサーの大塚製薬様には感謝しております。目標タ



は、5時間10分を切ることです。マスターズの85歳〜89歳のカテゴリーの世界記録が5時間12分なので、何とか世界記録を達成したいです。しかし心配ごともあります。それは、この間の「フル水戸マラソン」で2回転んでしまったことです。顔から前に突っ込んで顔が傷だらけになってしまいました。自分でもなぜ転んだのか納得できず、現在、病院で検査中ですが、でも安心できることがあります。それは甥っ子（54歳）が東京マラソンでサポートとして一緒に走ってくれたことです。甥っ子はフルは3時間15分で走ることが出来るのですが、今回は私につきっきりで伴走してくれることになりました。安心してはいることができます。頑張ります！

4. 夫婦で高速ランナー 4153 10858

静岡から転居して、現在は下丸子在住です。静岡でも走っていましたが、コロナで大会が多く中止になり、練習できる場所を模索していたところ、この月例川崎マラソンと出会いました。今回で5〜6回目の出場だと思います。気楽に参加できる練習会ですね。二人とも地元静岡マラソンを初め、数多くのフルマラソンを走っています。妻は、島田・大井フルマラソンを3時間5分で走り、女子で5位になりました。目標はサブ3です。私は3時間半くらいで走ります。来年一般で、別大マラソンに挑戦しますが、足切りが3時間30分なので、頑張らないと肝に銘じています。

5. 4367 4368

月例川崎マラソンは初めて参加しました。横浜から来ました。二人とも今は大学生です。月例川崎マラソンはネットで調べて出場を決めました。今日は、1km・3km・5kmを走りまわりました。中学校では、バスケットボール部に入っていました。健康のため、走り始めようと思いましたが、それぞれ一言「とても楽しかった。途中、苦しい時もありましたが、走り終えて達成感を感じました。」「辛かったけれども、次は10kmにも挑戦してみたい。」



2023年1月29日開催される月例川崎マラソンに、日本に住む外国籍の方を3名招待します。 *月例川崎マラソン、1月29日 (5kmまたは10km) *締切日：2023年1月25日 *応募多数の場合は抽選で決定します。 申込み方法 月例川崎マラソンホームページを通じて以下の情報を送ってください。 【名前】、【性別】、【年齢】、【国籍】、【住所】&【メールアドレス】



Table with 2 columns: Category and Count. Categories include '第560回の参加者' and '2022実参加者累計'.

Table with 2 columns: Year and Count. Categories include '2022実参加者累計' and '前年同期'.

Table with 2 columns: Weather Data and Value. Categories include '気象データ' and '天気'.

① ゼッケンは胸・背へ着け、バーコードは胸ゼッケンの左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5・15・30・50・75・100・150・200・250・300回があります。 15回はナンバー入りシャツ。 50回・百回では 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：002600181995558 (遅いと記録に載らない場合があります)