

第470回 月例



12月は第4日曜日

それ以外の月は最終日曜日

HP変更になりました

新は http://kawasaki.qee.jp/ です

# 河原版

主催 月例川崎マラソン実行委員会  
後援 川崎市

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

月例終了後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

## PHOTO レター 春! 469回月例とよこはまビビチッタ



3月月例は春爛漫! コースのユキヤナギが月例マラソンに花を添えてく  
れていました。このユキヤナギは1997年、このランニングコースが整  
備された時植栽されたもので18年経ち、例年になく美しく咲いていました。  
春に誘われて、子ども1名に231名、3名A・Bに511名、5名に  
359名10名に301名が走られました。6枚組写真の下段左は5名スター  
トグラウンド周囲のトップグループ(青柳君(2位)、新田君(1位で3回  
連続優勝) 下段右は、準備運動に、ジャンケンを取り入れ子どもから大人  
まで楽しく指導してくれる石川理事長他。最下段2枚はビビチッタ風景。

「(協力願い) 子ども1名」ご参加の親御様へ  
お子様がゴールしてからバーコード  
読み取までスムーズに出来ますように  
誘導路においてゴール順に並びと素早  
く前へお進み頂くようお願いへのご援  
助をお願いします。(実行委員会より)

### ボランティア募集集中

「パソコン」出来る方歓迎。  
当日および事後データ整理等  
の作業。当日役務手当支給します。

スポーツ連盟の大会行事  
第27回横浜駅伝  
・・・4月29日(祝)  
鶴見川樽町公園スタート  
大会規模を500チームに縮小し開催。  
(県連盟主催)

5月23日(土)  
湘南陸上競技大会  
藤沢善行県立体育センター陸上競技場  
(湘南地区連盟主催)

### ◇ 来月の月例は、5月31日です。 4月から10月までは夏時間

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	10:00 スタートです。

(夏時間) 次月棄権受付は10:30:まで。



4月5日(日)2015よこはまVIVICITTAが小雨混じりの新横浜アリーナ脇鶴見川「よこはま月例会場」で開催されメイン12km、3km、1kmに170名が走りました。

## 4月月例表彰

◇ 1300回連続出場賞	1 2 9 9	吉田 和男
◇ 500回連続出場賞	1 3 5 6	我孫子哲也
◇ 350回連続優勝賞	4 2 6 8	菊地 幹太
◇ 250回連続出場賞	1 7 8 3	山口衣知夏
◇ 150回連続出場賞	2 0 5 9	高橋 悦子
◇ 90回連続出場賞	5 4 3 8	遠藤 巧真

◇ 4回連続出場賞 (2月)	6 0 3 1	西 夏輝
	6 1 4 8	寺澤 蒼太
	6 1 6 4	三好 悠斗
	6 1 8 0	西 悠真
	6 6 1 1	南谷 由登
	6 6 5 2	磯田 智広
	6 8 3 8	中上川 拓郎
	7 1 0 5	佐藤 拓郎
	7 1 1 4	内藤 誠
	7 1 2 0	齊藤 靖夫
	7 1 4 0	飛田 博夫
	2 4 8 7	小田 優奈
	2 3 1 5	上口 有紗
	4 9 8 0	磯田 安寿
	5 4 3 0	塩沢 明



◎ 3回連続優勝賞  
5名男子(1月・3月)  
6 3 3 9 新田 龍宏  
(敬称略)

第469回月例スナツツ

写真・インタビュー 中山 浩明

① 家族で参加1

7312 相良憲汰君(3歳)
7177 奏汰君(1歳10ヶ月)
7171 相良康介さん(父)
この月例マラソンには、恵汰君は6回連続出場、奏汰君とお父さん康介さんは初めて走り出しました。月例マラソンの会場の近くの中原区から来ました。お父さん曰く「お兄ちゃんが家の周りを走っているのを見て、弟が家でスタート練習をときどきするようになってきました。弟も走りだしたのかと思って、「手をつないであげようから、お兄ちゃんも走ってみる？」と言ったら、「いい、自分で走るから」という返事でしたそれならということ。1走らせてみたら、なんと完走してしまいました。これからは楽しみです。」

② 家族で参加2

2590 冬田美千代さん(お母さん)
7410 直将君(5歳)
2589 真緒ちゃん(3歳)
川崎市高津区から来ました。ふだんは全く走らなかつたのですが、健康のために川崎月例マラソンをきっかけに走りはじめました。1回目のときは泣きながら走っていましたが、今日は泣かないで走り切ることができました。嫌がらずに自分でしっかり走っていました。タイムも3分縮まりました。これからも続けて走っていききたいと思っています。

③ 3\*A1位

7441 谷田部唯史さん
今日で、川崎月例マラソンは、3回目の参加になります。中原区から来ました。3\*で1位になったのは今日で2回目です。普段は多摩川で練習しています。月に300\*から400\*は走っていると思います。1年を通してレースにはそれほど多くは参加していませんが、目標となるレースを走っています。



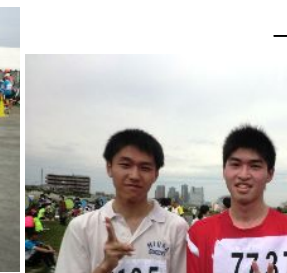
スをしぼって、さまざまな記録会に出ながら練習しています。フルの自己ベストは学生時代に出した2時間26分ですが、昨年の福岡国際は2時間35分で走り出しました。今年も出る予定ですがさらにタイムが縮まるといいですね。

④ 3\*B1位

6698 杉山 秀人君
月例マラソンは、4回目の参加です。自宅は東京の三鷹です。実家が横浜なのでこちらにはよく来ます。今日は3\*で9分切りが目標だったのでそれが達成できてうれいしです。(8分58秒は歴代3位の記録です) 走歴は高校1年から初めて今年で11年目になります。月間走行距離は250\*程度で、それほど多くはありません。フルマラソンは、7本ほど経験しました。昨年の別大は2時間32分09秒でした。目標は2時間25分切りです。がんばりますよ!

⑤ 5\*中学生ではトップ

4570 尾崎 涼君
5\*を走りました。横浜市の金沢中学校2年生です。川崎月例マラソンは今日で3回目です。今日の結果は3\*は9分37、5\*は17分37でした。3\*のベストは9分24秒ですが、気候がよかつたので気分よく走ることができました。学校の駅伝チームは、昨年神奈川県で優勝することができました。僕は3区(6区間)を走りました。関東大会では13位でした。今年の目標は、全国大会優勝です。(過去にも全国大会に出場したことがあります、その時も13位でした) 大きな目標に向かってチーム一丸となって練習していきます。



新日本スポーツ連盟 創立50周年

新日本スポーツ連盟が今年11月に創立50周年を迎えます。「1965年創立時名称は「新日本体育連盟」1995年30周年を機に現名称へ改称」。創立50周年の今年多彩な行事が企画されていますので紹介します。
①スポーツ科学研究所の設立
②福島～東京～広島～長崎 1800km反核平和マラソン
③11月国際シンポジウム開催
また、神奈川県スポーツ連盟も2016年5月に創立50周年を迎えます。

第469回月例参加者動向

2015.3.29 晴れ、SW 1.0m/s 17.5℃ 57% WBGT

Table with columns for gender (男子, 女子) and total (合計) for various distances (10k, 5k, 3k, etc.).

年間累計出場者 (～3月 3668) 実数 1018 (昨年同月は 2959)

⑥ フットサルチーム・FCMS
7135 村山 豊輝さん(4回目)
7655 今西 聡さん(3回目)
7737 富永 維雄さん(初)
村山さん「住まいは大和です。フットサルは、主に藤沢で練習しています。今日も海老名で試合があるので、5\*を走ったら、会場に向かいます。サッカー、ランニングの他にも、バスケットボールもしています。特にサッカーはかなり走るので、スピードとスタミナをつけるためにランの練習は効果がありますね。」

⑦ 10\*女子1位
2748 松谷 恵美さん
今日中原区の新城から初めて参加しました。月に走る距離は200\*300\*くらいでしょうか。フルマラソンのベストは、2時間54分です。レースには積極的に参加しています。ヨロシママラソンには3回連続で参加し、去年はハーフの部で優勝しました。フルでも優勝しています。今年の5月には、仙台国際ハーフ、洞爺湖マラソンと続けて出場します。自己ベストを出せればよいのですが、まずサブスリーを目標として走りたいと思っています。

① NOICは胸・背中2か所へ必ず着けて下さい。
またバーコードは胸NOIC左下へ吊り下げて下さい。(肩や背脇へは取り付けないで下さい。)
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の場合は、NOIC再発行の場合、300円かかります
② 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NOIC 刷込みシャツ。(サイズをお尋ねします)
連続賞は三百回までで打ち止め、連続出場三百回達成者は月例名譽會員となります。
③ 棄権届「郵便振替」
名義：新日本スポーツ連盟RC
番号：00260-4133100
(遅いと記録に載らない場合があります)

編集後記
3月4月にかけて雨の日が多かつたですね。4月5日の「よこはまビッチンタ」も朝から小雨でしたが子どもを含め170人も参加し「ビッチンタ」の掛け声とも「スタートし」「ビッチンタ」(元気な街の意)と発つしゴールしました。4月第一日曜日同時開催で「世界同時マラソン」と名付けられ7万人が参加する世界最大のマラソン「アフリカの難民への支援と環境にやさしいスタイル」を訴えるイタリヤ発のマラソンで横浜は6回を数えます。そして今、雨後の花ミズキの花が美しい。「元気な市民」でありたいのは誰しもですが、最近発表のホワイト3家電(クラー・冷蔵庫・洗濯機)の売上が消費税増税後20%も落ち込んでいます。政府が労働一体でベアースアップを図ろうとするのは結構なことだが株高だけを「景気好循環」と宣伝をするのと裏腹に裕福層には手厚く、庶民の懐は寒いのが現実です。先の統一地方選挙神奈川県知事選では県有サビス施設の民営化を含め見直しを公言し「新しい公共」の名の許に利用料の大幅アップと売却を目論む現職の知事が再選された。安くて誰でも使える公共スポーツ施設が少なくなっていく。市や町が住民の立場に立って行政を進めることこそ大事。逆行は大阪橋下維新の「大阪市」解体論がその代表格だ住民投票如何に!