

第475回月例スナッフ

写真・インタビュー 中山 浩明

① 6839 風呂光克音君(20回目) 7767 松本一希君(6回目) 8095 中峰伸之助君(2回目) 8150 河原宏多朗君(初)

大田区から来ました。月例川崎マラソンに前から友達に参加していたので、誘われて走るようになりました。「今日は、ちょっとつかれた。」「いっしょに走った子をぬかしたいと思って一生けんめい走りました。「ふだん、ブルにも行っているんで、体力づくりになりました。」

② サッカーチーム「下丸子シニーターズ」 4822 副島聡人君(47回目) 8135 茅野雅文君(初) 8136 神谷直希君(初)

下丸子のサッカーチームの仲間です。ジュニアユースの大会目指して練習しています。大田区では地区優勝したこともあります。サッカーチームの友だちや友だちのお父さんからも勧められて初めて参加しました。サッカーチームでも5*くらい走っていますが、きょうはいろいろな人たちと競走したので大変でした。でもがんばって走り切りました。



③ 3*A男子1位 3738 大石 真弘さん 熱海から来ました。月例川崎マラソンは、もう20回以上参加しています。普段は熱海の海岸線を走っています。今



④ 『星の子』中学生・高校生・レディース 中学生7209 大村維吹君 8142 高澤毅留君 高校生5951 山本航平君 1833 山崎 哲君(22才) レディース 星野コーチ 554 山崎茂子さん他... 中学生の二人は、中学校で800mと1500mを中心に練習しています。1500mのベストは4分52秒です。横浜市の駅伝大会では、1区と4区を走ります。約90チーム中10位以内に入ると県大会に進めます。僕たちの先輩(現在大学2年生)以来、県大会に出場してないので、一生懸命練習して、10位以内に入りたいと思っています。レディースのメンバーは、積極的にハーフ・フルの大会に参加しています。タイムも縮まってきています。今日は月例川崎マラソンで3*と10*を走った後、自主練でさらに3*を走る予定です。チームが一体となつての練習なので、多少つらくとも我慢をすることが出来ます。今年の秋の大会でもよい成績が残せるよう頑張ります。

⑤ 仲間 8180 濱崎 将一さん 8181 日山 二大さん 8182 山岡 正和さん 月例川崎マラソンの存在は、ホームページで知りました。住まいは東京の世田谷区・葛飾区・練馬区とバラバラですが、サークルでの練習は一緒に駒沢公園でしています。3人の月間走行距離・出場予定レース・目標タイム濱崎さん 3000* 福岡国際マラソン 2時間37分 日山さん 5000* 防府読売マラソン 2時間45分 山岡さん 3000

日は雨の影響で地面がやわらかだったので、タイムはあまりよくありませんでした。(10分03秒) 月間走行距離は3000*くらいでしょうか。たまにトラック練習で日体大の記録会にも参加することがあります。5000mの記録は、16分31秒です。5000mの目標は、15分台か、悪くても16分台1けたです。フルマラソンも走ります。茨城の「古河はなももマラソン」では、2時間47分でした。できれば40分を切りたいと思っています。

⑥ 5k男子1位 8061 井上 明弘さん と クラブ紹介 「Legends」 まだ、歴史の浅いランニングクラブです。メンバーは7人で茨城・埼玉・神奈川と広範囲にわたっています。練習場所は、駒沢公園・皇居・織田フィールドなどさまざまです。 私(井上さん)自身は、今日は前半飛ばしすぎて後半、バテてしまいました。走り始めたのは大学からなので今年で9年目になります。来週は札幌ハーフに出場します。目標タイムは、1時間12分です。(今までのベストは17分) そのあとは、大阪、別大、湘南国際と続きます。練習を重ね、さらなる飛躍をしたいと思っています。

第475回月例参加者動向 2015.9.27 曇り C.0 m/s 24.1℃ 93% WBGT 23.8

種目	男子	女子	合計	
10k	314	46	378	
5k	313	47	360	
3k(A・B)	幼少	47	16	63
	中学	11	3	14
	大人	368	77	445
計	426	96	522	
子ども1k	156	111	267	
延べ出場者	1236	204	1440	
初参加者	56	23	79	
棄権	77	37	114	
延べ参加者	1313	241	1554	

年間累計出場者 (～9月12195) 実数 1126 (昨年同月は10368)

- ◇ 4回連続出場賞(つづき)
- 7992 高島 修一
 - 7993 小宮 篤志
 - 8000 福島 しんや
 - 8002 福島 慧士
 - 8003 三重野 健吾
 - 8011 吉沼 歩音
 - 8014 山本 浩樹
 - 8017 山岡 健一
 - 8026 山岡 幸一
 - 8065 磯部 輝子
 - 1279 山口 晴史(8月)
 - 1360 大田 太枝子
 - 1533 鈴木 咲菜
 - 2261 三橋 艶子
 - 2370 殿柿 真里
 - 2687 殿柿 玲沙
 - 2734 佐々木 結衣
 - 2735 佐々木 萌衣
 - 2842 秋元 冨香
 - 2850 海老原 智子
 - 2865 渡辺 裕美子
 - 2807 君島 咲莉(8月)
 - 1306 額 優衣(7月～9月)

⑦ 10*女子1位 2785 井上 知美さん 月例川崎マラソンは2回目の参加です。走歴はまだ3年ですが、走り始めたきっかけは大阪にいた頃走るのが好きなおじいちゃんから「走ってみたら?」と言われて始めました。大阪から引越してきて今は横浜に住んでいます。月に2500*くらい走っています。走るコースは、東神奈川からまず15号線にそって走り、途中からミナトみらい向かいます。山下公園に入り、氷川丸を見ながら、みなとみらい地区をぐるっと1周するような感じに戻ります。今までフルマラソンは9回走りました。ベストはフィンランドのヘルシンキマラソンで出した3時間14分です。ウルトラマラソンも好きで、京都の丹後ウルトラ(60*)は5時間07分で3位でした。10月は大阪マラソンに出場しますので、そこでフルの自己ベストを更新したいと思っています。好きな食べ物 はインドカレーで週3回はカレーを食べています。さすがにレース前は我慢していますが今朝は目玉焼きと食パンで勝負しました。来月は大阪に行っています。

編集後記 ラグビーW杯もが認めた日本代表の活躍。おしくも決勝Tへは進めなかったが3勝の快挙にジョーンズヘッドコーチ(今季限りで退任)曰く「新しい歴史をつくれた」だった。13日帰国報告会ではそれぞれ思いを語りサモア戦でトライをあげた後果敢なタックルで相手と激突し負傷退場した山田選手の元気な姿と発言もあり安堵した。五郎丸選手のキックやそれが出た切った活躍は世界に希望や感動を与えた。大村・梶田博士のノール賞も素晴らしいが「若さ」はだれにも負けない特権である。「民主主義って何だ?」の若さのシルスが18日渋谷ハチ公前で「戦争法廃止・野党は共闘!」を訴え街頭宣伝。先つ16日立憲主義をとり戻し戦争法廃止について諸団体と野郎5党1会派が意見交換し協力して行くことが確認された。それ以外にもどこまでも米国追従の安倍首相TPPでは食糧主権も投げ捨てられ、18日自衛隊観艦式に来た米空母RFAも乗艦。翁長知事の沖縄辺野古埋め立て承認取り消しにも埋め立て強行対抗策、菅官房長官の「産めよ殖やせよ」と。