

第565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10:00までです。

＊次回の月例マラソンは2023年4月30日

2023年度月例川崎マラソン日程が決定しました

～参加者の皆さん、役員の皆さん、年間計画としてご参加を～

2023年度(4月～2024年3月)の月例川崎マラソン(556回～577回)各月の開催日程が決定しました。

多摩川ハーフマラソンコースおよび古市場陸上競技場が開催日程どおり確保でき決まりました。2023年度も川崎市民のスポーツ要求に応える月例川崎マラソンとしていっそうの発展をめざして努力したいと思います。

参加者のみなさん、役員のみなさん年間計画として位置づけご参加のほどよろしくお願い致します。月例川崎マラソンは毎月最終日曜開催を基本としています。12月は最終日曜が31日ですので第4日曜日の24日になります。

以下年間開催日程です。

| | | | |
|--------|------------|--------|--------|
| 4月30日 | 5月28日 | 6月25日 | 7月30日 |
| 8月27日 | 9月24日 | 10月29日 | 11月26日 |
| 12月24日 | 2024年1月28日 | 2月25日 | 3月31日 |

川崎市連盟理事長 石川正士



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)、③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。

月例川崎マラソン実行委員会

2月月例表彰
第564回
2月26日

◇2000回連続出場

1872 宮内 克哲

◇1500回連続出場賞

2989 前場 徹

◇750回連続出場賞

7730 高橋 直己

8435 中島 圭貴

◇500回連続出場賞

9701 木村 朝陽

◇300回連続出場賞

9187 川合 優吾

9332 小田桐 悠真

10569 阿部 匠晟

◇150回連続出場賞

57 前田 良治

(2023年1月)

4170 穂積 賢一

7608 及川 澄夫

9387 折田 雅久

9939 外川 太郎

10888 鈴木 翔真

(2023年1月)

10130 西 晴仁

(2022年11月)

4164 伊藤 有理

◇500回連続出場賞

5817 山口 恒平

6268 本田 正樹

6672 武重 寛幸

7173 内藤 慎太

(2022年11月)

9690 中村 文治

10722 木村 達徳

10996 土生航士朗

11010 大塚 新

11011 大塚 亮

11189 土生 青波

11315 柴田 文晴

| | |
|-----------|--------|
| 11318 | 岩瀬 篤人 |
| 11319 | 岩瀬 隆秀 |
| 11320 | 岩瀬 真司 |
| 11327 | 皆上 徹也 |
| 3875 | 川崎 優奈 |
| (2023年1月) | |
| 4335 | 小柳 希実 |
| 4341 | 岩瀬 ひろみ |



棄権届の変更

棄権届の振り込み先の変更です。

振込先 ゆうちょ口座 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。

第564回月例スナップ

写真・インタビュー 中山 浩明

1. 小学4年生ランナー 8747 9613
月例川崎マラソンは、8747君は、60570回目、9613君は、30回目くらいの参加になります。住まいは、この近くの下平間です。学校の陸上教室で走る練習をしています。週に1回ですが、夏は短距離、冬は長距離に分けて練習しています。今の目標は、1kmで、4分を切り、3分台で走ることができた。」

2. 仲間 10293 10695

横浜の日吉から来ています。10293さんは小学1年生、10695さんは幼稚園年少さんで、それぞれ月例川崎マラソンは30回・20回目となります。お父さん、お母さんもランナーで、月例川崎マラソンのことは、ランナー仲間から聞いていて参加するようになりました。今でも多くの仲間が走っています。月例川崎マラソンに参加するようになってからは、体力がずいぶんついてきました、また、継続することの大切さも大切だと思つています。一言「とても寒かった。」「がんばって走ったけれど、タイムは前とあまり変わらなかつた。」

3. クラブチーム「Mアカデミー」の高速ランナー 10970 11107

それぞれ、1kmでこどもの部で、3分14秒、おとなの部で、2分39秒で走りました。両方とも1位だったと思います。11107さんは、東京都の強化選手で、800mのベストは、2分9秒です。先日の夢の島陸上競技場で行われた。3000mの大会では、9分42秒でした。これからも更に上を目指してがんばります！

4. 10728

月例川崎マラソンは仲間から誘われて参加するようになり、8〜9回目になると思います。住まいはこの近くの東京・雪が谷で15分くらいで着きます。月例川崎マラソンのよいところは、月に1回ですが、タイムがしっかり結果としてわかることと気楽に参加することが出来ることです。月に300kmくらいは走っていると思います。練習場所は、この古市場で走ることもありすが、茅ヶ崎や、平塚まで行く事もあります。レースにもよく出ています、勝田や青梅は何度も参加しています。トライアスロンもやっていて、宮古島トライアスロンにも出場しています。これからもランニングを楽しんでいきたいと思ひます。

5. チーム紹介 「酒RUN」 11454

会員は、500人くらいですが、関東近辺のメンバーは、駒澤公園や、この多摩川で練習しています。1回の練習には20〜30人くらいが参加します。サブスリーも100人くらいいます。月例川崎マラソンの他に、横浜月例も走っています。川崎も横浜も大会に向けたポイント練習として活用しています。今日は4人で来ました。大会にもメンバーで参加しています。よく出場するのは、つくば・青梅・水戸マラソンです。駅伝にも出ています。12月に行われた「川崎国際駅伝」やこの近くで開催される「リバーサイド駅伝」には何度も出ています。合宿は山中湖で実施します。13.5kmの周回コースを、1〜2回走っています。来週は東京マラソンを走ります。がんばります！

6. ベテランランナー 1803

愛媛マラソンに参加してきました。10000人規模の大きな大会でしたが、とてもクリーンな大会だと感じました。高校生のボランティアが数多く参加していましたが、とても好印象でした。会場は松山城のふもとの城山公園をメインとして走ります。完走後は、おにぎりや麺類のほか、飲み物も充実して満足度の高い大会でした。



②



③



④



⑤



2023年4月26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、2月26日 (5kmまたは10km)

*締切日：2023年2月22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】

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。
バーコード・ゼッケンは自己管理です。紛失でのバーコード再発行 500円
ゼッケン再発行の場合は、200円かかります。

②大型記録簿発行は 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 高中・小学生対象

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・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：00260018199558
(遅いと記録に載らない場合があります)



⑥

Table with 2 columns: 第563回の参加者 (実数, 内(初参加), 内(高校生以下), 内(棄権), 子ども1km, 1km, 3km, 5km, 10km, 延べ完走者, 総合19km完走者) and 2023.1.29 (742, 57, 235, 84, 165, 260, 333, 257, 234, 1,249, 104)

Table with 2 columns: 2023実参加者累計 (742) and 前年同期 (792)

Table with 2 columns: 気象データ (横浜気象台 10:00) and 天気 (晴れ), 気温 (5.2 °C), 湿度 (35 %), 風向き (北北東), 風速 (2.4 m)