



毎月最終日曜日  
(12月は第4日曜)

主催: 新日本スポーツ連盟 川崎市連盟

主管: 月例川崎マラソン実行委員会

<http://kawasaki.gee.jp/>

〒211-0002 川崎市中原区上丸子

山王町2-1332 BF-1

新日本スポーツ連盟川崎市連盟

連絡先: [kawasaki@kawasaki.gee.jp](mailto:kawasaki@kawasaki.gee.jp)

月例終了当日の問合せは市連盟事務所 044-433-1120



**【スタート時間】**

子ども1k	8:30
1k	8:45
3k	9:00
5k	9:35
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**1月28日**です。

**11月 月例表彰**

**★500回連続出場**

639 菊池 成一

**★450回連続出場**

496 井本 雅昭

870 堀田 尚宏

**★300回連続出場**

1524 工藤 雄一

**★150回連続出場**

3851 直江 兼宏

**★75回連続出場**

8853 八幡 敏昭

8855 人見 直樹

3262 八幡 泰子

**★50回連続出場**

3478 伊藤 心春

5230 前田 英行

10040 河合 知則

10048 関 年顕

**★30回連続出場**

590 山本 真次

4015 山本 絵美里

4166 田口 紗羅

6821 杉野 貞夫

10074 八木澤和真

10573 本間 義将

10585 滝沢 宏之

10695 橘 隼人

10891 田口 修一

10892 平野 直輝

**★15回連続出場**

4326 小柳友里子

8880 木藤 隆道

10576 川崎 健翔

11195 横田 諒

11285 小柳 慶弥

11296 鈴木 仁朗

11298 荒木 慶彦

**★5回連続出場**

3975 湯浅 供子 11465 越川 徹也

4450 大谷 奈央 11550 福井 孝尚

11326 千葉 達夫 11553 樋木 健

**〈ランナーT.Sさんよりご報告〉**

「まさか、自分が。」という言葉は、多くの当事者が口にするものかもしれません。

2023年11月の定例マラソンでゴール150m前で心肺停止で倒れ、救急搬送された者です。当日は皆様に多大なご心配と迷惑をおかけした事、誠に申し訳ありませんでした。また、AEDが届くまで心臓マッサージを続けてくださった参加者の方々、救急車を呼んでくださった大会関係者の皆様に、心から感謝申し上げます。

当日はいつにもまして気温が低かったとはいえ、月に約200km走り、健康診断でもスポーツ心臓と診断されていた私がこのような事態に陥ったことは、まさに青天の霹靂でした。その後、救急病院に搬送され、心臓カテーテルを始めとする種々の精密検査を受けましたが、原因が不明でICUに4日間、一般病棟に10日間入院しました。結局原因となるような所見は発見できず現在は退院し、日常生活を再開しています。もしかしたら、早くビールが飲みたくて、無意識にペースが上がっていたのかもしれません。

定例マラソンは「完走を目的とした健康マラソン」とされています。今後は、他人に迷惑をかけず、これまで以上に「健康」を意識してマラソンを楽しむことを誓う次第です。皆様におかれましても、小生の経験を反面教師とし、無理をせず、笑顔で楽しく走り続けていただければ幸いです。最後に、お世話になった方々に、改めて感謝の意を表します。

**第573回の参加者 2023.11.26**

実数	617	子ども1km	151	延べ完走者数	898	<b>気象データ</b> 天気:小雨☔ 気温:6.1℃ 湿度:93% 風向:北北西 風速:3.1m
内 初参加	34	1km	203	総合19km完走者	61	
内 高校生以下	203	3km	216	2023実参加者累計	6,915	
内 棄権	115	5km	179	前年同期	8,187	
		10km	149			

# 11月のインタビュー

## 1. こども1km 1位 11006

月例川崎マラソンは30回目になります。お母さんが、ネットで陸上の大会を調べていて、この月例川崎マラソンがあるのを知って参加するようになりました。小学6年生です。

住んでいるところは、東京都国立(くにたち)で、朝、7時に出発して来ました。国立陸上クラブに入っています。練習は家の近くにコースを決めて3km走っています。3km走った後は、家の近くの急坂をダッシュで駆け上がります。約100mあります。けっこうきついです。1kmのベストは3分18秒です。

3kmは10分台です。中学校に入っても陸上部に入って、陸上を続けます。目標は駅伝大会で活躍することです。

## 2. 高速小学生ランナー 4253 4255

小学6年生です。「Mアカデミー」という陸上クラブに所属しています。練習場所は六郷のトラックで800mを中心に練習しています。

大会にもよく出ています。大井や板橋の大会にはよく出場します。800mの種目では、それぞれ、2分39秒、2分51秒でした。

ライバル意識を持ってお互いに切磋琢磨しています。それぞれ一言「中学生になったら都大会で活躍することが目標です。」「何の大会でもいいから1回は優勝したいです。」



## 3. トライアスロン仲間

7556 11603 11626 11636

月例川崎マラソンには、7556さんは100回以上参加していますが、他のメンバーは7556さんに誘われての出場で、それぞれ1回~2回目になります。みなさん、いろいろなトライアスロンの大会に参加されています。中でも宮古島の大会の常連さんです。ラン42.195km、バイク130km、スイム3kmのハードな大会ですが、レースを楽しみながらがんばっています。海外の大会では、オーストラリア、バルセロナ(スペイン)、ホノルル、ドバイなどさまざまな大会に出場しています。

練習メニューはいろいろで、ランは、それぞれの地域で、バイクは、多摩川や荒川の河川敷コース、スイムは50mのコースがあるオリンピックプールなどを利用しています。練習は盛りだくさんでしんどいこともありますが、みんなで練習したあとの飲み会は楽しいですよ!

## 4. ちびっ子ランナー 4479

3才です。幸区から来ました。月例川崎マラソンは今日、初めて走りました。お兄ちゃんには10回くらい走っています。

お兄ちゃんが走っているのを見て、わたしも走ってみようと思いました。今日の一言「つかれた…でも、また走ってみたい!」

