

第485回月例スナッフ 写真・インタビュー 中山 浩明

① 仲良し姉妹

月例川崎マラソンは、安莉沙さん(小2)は5回目、優里亜さん(年長)は6回目です。

お母さん談・月例川崎マラソンは、お友達に誘われて走り始めるようになりました。多摩区から来ました。毎月、お友達と一緒に走るのがとても楽しいみたいです。最近はお友達のペースに合わせて走ることができています。順位が上がったときは、モチベーションがあがって、また来月走るといふ意欲につながっています。これからも続けたいと思っています。

② 仲良し兄弟

お父さん談・この近くの古市場から参加しました。近いので気軽に参加できるのがいいですね。月例川崎マラソンは、幼稚園の同級生のお父さんの娘さんが走っているので、一緒に走ってみようと言われたのがきっかけです。今日はいつものライバルがいなかったのが、すこし拍子抜けしていたみたいですが、一生懸命走っていました。子どもたちも少しずつ速くはいることができるようになっていくのがうれしいようです。子どもたちは、公園でサッカーをしたり、一緒に走るなどしてできるだけ親子で運動するようにしています。わたしも楽しんでます。

③ 3kmA1位 7835森 雅俊さん

住まいは、東戸塚で新橋にある会社から、週に3回帰宅ランをしています。月に500kmくらいは走っているでしょうか。また、毎週土曜日は古市場の練習会に参加して



す。ペースランやインターバルなどさまざまなメニューをこなしています。今までフルマラソンは20回くらい走っています。ペースは、JAL千歳国際マラソンで出した、2時間41分です。目標は2時間30分切りです。今年は大阪とつくばを走る予定ですがそこで出せると思います。

④ ベテランランナー

1602小林 彰夫さん ぎっくり腰やひどい腰痛で、1年間走ることができませんでした。先月からようやくゆっくりなら走れるようになったので復帰した次第です。今は74歳ですが、50歳を過ぎてから走りをはじめ、走歴は23年になります。初めは月に150から170kmくらいは走り、土曜・日曜は、ハーフマラソンの中に大会に出ています。フルマラソンも4~5回出場しています。また月に1回は30km走りました。今は、タイムは全く関係なく、健康のために走っています。なんといっても健康でいる事が一番です。

⑤ チーム紹介その1 マルタマ

全国に4000人くらいいる「ランジヨグ」というクラブの地域支部で、丸子橋を中心にした多摩川で活動しています。子どもさん含む各氏



第485回月例参加者動向

2016.7.31 晴れ E 2.5 m/s 29.9℃ 57% WBGT 27.9

Table with columns: 種目, 男子, 女子, 合計. Rows include 10k to 5K, 5k, 3k(A, B), 子ども1k, 延べ出場者, 初参加者, 棄権, 延べ参加者.

年間累計出場者 (~7月 10257) 実数 1066 (昨年同月は 9433)

① パーコートは胸、NO-C前左下へ吊り下げてください。パーコート・NO-Cは自己管理です。紛失でのパーコート再発行は500円、NO-C再発行の場合は300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1kは小学生、3kはA台合同で中学生以下対象)申し出なご場台 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4.9・15・25・35・50・65・80・100・130・150・180・200・250・300回があります。150回はNO 副込みシャツ。50回・100回は 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:00260014-33100(運い記録に載らない場合があります) 2016河原駅伝大会 2016年9月(日) 10時スタート 参加費1チーム/16000円 編集後記 リオ五輪が終わった。進行し国民の中に「五輪開催」反対の声も上がった。開催期間中会場警備は相当なものだったろう想像する。そんな中、開催地として成し遂げたのは素晴らしい。マラソン中継を見ているとラブルもなく進行しているのが、選手の手先の真剣な表情は観るものを楽しめる。まさに「スポーツの祭典・オリンピック」ならではの日本選手の活躍も目覚ましい。国別対抗ではないが41個のメダル。トラック男子4000mリレー、ジャマイカに次いで(山県・飯塚・桐生・ケンブリッジ)で銀。成し遂げた喜びの笑顔。また吉田沙保里の悔し涙も全て五輪が為せる技だ。クーベルタンさんの「スポーツを通して心身を向上させ、さらには文化・国籍など様々な差異を超え、友情・連帯感、フェアプレーの精神をもって理解し合うことで、平和とよりよい世界の実現に貢献しよう」理想は五輪憲章に具現化されている。この文言何処かの首に読ませたい

7月 第485回 月例 スタッフ写真

