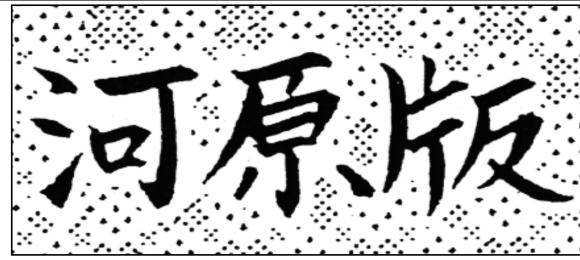


第519回 月例川崎マラソン

12月は
第4日曜日



それ以外の月は
最終日曜日



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: 00260-4-33100

URLは http://kawasaki. qee. jp/

主催: 新日本スポーツ連盟川崎市連盟
月例川崎マラソン実行委員会

◇来月の月例は 6月30日です。

スタート時間

子供1K 8:30

3K(A) 8:45 (NO-C 主に男子仕分け4999

以下)

3K(B) 9:15 (NO-C 仕分け男子5000以上)

5K 9:45

10k 10:30

次月棄権受付は10Kmスタート時刻です

10時30分までに。

子ども達の健やかな成長を願って

～月例川崎マラソンを子どもたちの走る喜びの場に～

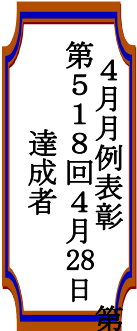
新日本スポーツ連盟川崎
市連盟では、スポーツは全
ての人々の権利として「い
つでも どこでも だれも
が いつまでもスポーツを」
の指針のもとに市民スポー
ツの普及と発展を目指して
クラブ活動や各種スポーツ
大会・行事を開催していま
す。月例川崎マラソンはそ
の一大大会として今回519回
を迎えているものです。特
に子ども達の参加が多くな
り、子ども達の成長を願い
子ども達に走る喜びを育て
る月例にしていきたいと思っ
ています。

4月(518回)の子ども
参加状況を見ますと1kは
216人で2～5歳67人
(2歳5人)・小学1～3年
86人・小学4～6年63
人で各年齢とも10人以上
で最高は3年の35人です。
連続参加では2～9回が8

6人、10回以上が73人
で最高は86回です。通算
回数では2～9回が72人、
10回以上が125人となっ
ています。1回のみ参加
は殆ど見られなく、連続参
加数では4, 9, 15回の
連続参加が多いこと、通算参
加数では不参加の月があつ
ても再参加する人が多く1
0回以上の参加が極めて多
くなっています。子どもの
月例参加にはご両親の勧め
などが背景にあります。子
ども自身が参加を重ねるこ
とによって、走る楽しさや
意欲を育て自ら参加しよ
うという育ちがあると思いま
す。最近の子ども達の身体
の状況で「背中ぐにや(姿勢
が悪い)、体が硬い、すぐ疲
れたと言う」実態がありま
す。子ども達の生活実態で
歩く、走ることが少なくなっ
ていることも示しています。

歩く、走ることには真つ直ぐ
立つ姿勢を作り 全身運動
の機能を育てます。このよ
うな子どもの実態からも子
どもの成長に寄与する月例
川崎マラソンとしていつそ
う充実していきたいと思
います。

3kの参加状況を見ます
と4～5歳4～5人、小学
生69人・中学生25人・
高校生5人合計103人で
す。3k参加者総数498
人の20.7と子供の参加
が増えています。1k
の継続参加と成長から3k
へ継続することは月例各種
目の良さでもあります。中
高校生の参加もぜひ勧めた
いものです。保護者のみな
さん、大人の参加者のみな
さん、子ども達の参加、走
りに賞賛の拍手を送って下
さい。 川崎市連盟理事長
石川正士



- ◇ 800回連続出場賞
5616 津崎 栄太
- ◇ 650回連続出場賞
2313 田代 未
2314 田代 定子
- ◇ 500回連続出場賞

3649	3629	3393	9789	9776	9755	9405	6280	5780	5468	4960	3472	3427	9397	9349	9348	9346	9343	9342	7515	3244	3242	8854	8833	8808	2738	2400	7732	7717	7709	7696	7694	7460	7018	6465	6184		
峯木早知子	安掛 奈緒	大嶋 優月	関谷 哲	平野 敦	相城 泰心	田畑 哲夫	今津 遼瑛	田口 陽介	松田 時彦	山田 元喜	新井 優芽	森本 咲希	伊藤 雅浩	外川 大和	外川 陽向	三浦 晶磨	渡辺 修	森本 優	新井 優太	森本正太郎	遠藤 真緒	小田知奈実	仲里 仁志	中川 務	加川 盛俊	森 健一	吉野 真衣	吉野 真衣	森 瑠里奈	相良 奏汰	齋藤 大	飯田 克琉	福井功次郎	中村 泰	中村 光孝	増田 湊斗	吉野 利輝

3631	3355	3846	3843	3816	3807	3797	3794	3793	3653	2531	1666	1022	1022	1022	1020	1019	1017	1016	9952	9814	9810	9312	8470	8357	8437	8357	9927	5708	9927	5708	9927	5708	9927	5708
清田 光莉	清田 愛莉	北原 莉桜	佐藤 結彩	柴田 美津子	二宮 あやめ	蓮見 真優	鈴木 もか	上野 貴代	清田 泉沙子	海口 智子	松本 真由美	佐久間政光	松山 広樹	吉田 圭太	橋口 忠昌	筒井 淳一	光岡 真治	小野 夢人	関 瑛都	大嶋 大輔	川野 晴輝	川野 稜真	清田 康弘	酒井 士和	高橋 幸治	平松 弘臣	高橋 幸治	磯崎 蓮凌	大澤 浩二	磯崎 蓮凌	大澤 浩二	磯崎 蓮凌	大澤 浩二	磯崎 蓮凌

第518回月例
スナツプ

写真・インタビュー
中山 浩明

1. 1km 1位

兄の勧めで自分も走ってみたいと思うようになり、小学校4年生から走り始め、今は小学校6年生で横浜の鶴見市場に住んでいます。月例川崎マラソンは、12月13回目の参加だと思えます。姉と鶴見川を走ったり、旧東海道公園（今はメルカリ）で友達と走ったりしています。学校では、陸上部に入っています。火曜日と金曜日の週2回、朝練をしています。短距離の練習のときは、100mを5、6本、長距離の時は1500mを走ります。今は特に目標はありませんが、中学校でも陸上を続けたいと思っています。

2. 3km 1位 8387

月例川崎マラソンは、20回目です。住まいは川崎の菅（すげ）高校の近くで、学校の周りが練習場所です。学生の時は陸上部に入っていました。1500mのベストは4分18秒。3000mは9分56秒でした。しかし、社会人になってからは趣味のランニングに変わりました。社会人になったばかりなので、仕事が忙しく月に走る距離は80kmくらいです。今は記録にこだわらず、健康でいられればよいと思って走っています。

3. 仲間 10014 4237

走ったあとのビールが楽しみで走っているラン仲間です。今日で月例川崎マラソンは、4237さんは88回目、10014さんは2回目の参加になります。住まいは、2人とも昭島（あきしま）で、この月例川崎までは1時間半くらいかかります。10014さんは、3000m障害の選手で、距離の短い大会では優勝したこともあります。4237さんは、ウルトラランナーで、富士五湖100kmは3年連続で参加しています。タイムは13時間ちょっとです。今度横田基地で開催される駅伝に一

緒に出場します。今回はその練習も兼ねて参加しました。良い結果が残せるようがんばります！

4. ベテランランナー 560

多摩高校の近くに住んでいます。歳は75です。もうすぐ76になります。月例の大会は、川崎・湘南・足柄の3つに参加しています。川崎はもう240回を超えています。月例川崎マラソンには以前は自転車でも来ていましたが、体力温存で今は電車になりました。練習は週3回で、東名多摩川の近くから、7〜8kmくらい走ります。体調がいい時は立川まで走ります。走ることができるとは走っていききたいですね。まず80歳までは続けるつもりです。仕事も現役でやっていますので、健康に気を付けて仕事もランニングもがんばっていきます。

5. チーム紹介 「TEAM たなか」

みんな高校の時の陸上部の仲間です。月例川崎マラソンは1人が2回目であとは初参加です。「TEAM たなか」は現在7人います。今日きたメンバーの住まいは、世田谷・町田・川崎・平塚と散らばっていますので、練習は、各自地元でやっています。大会になるとみんな集まります。駅伝にはよく出場しています。お台場で開催された「ジャパンカップ・駅伝ツアーエンジョイの部」（4kmが2人、2kmが2人）では2位でしたが、横浜みなとみらいにお「横浜春風ラン」（1人1.6kmで6区間、4人で参加したので2人は2区間走りました）で見事優勝することが出来ました。これからは優勝目指してがんばります。月例川崎マラソンも面白かったのでまた参加したいと思っています。

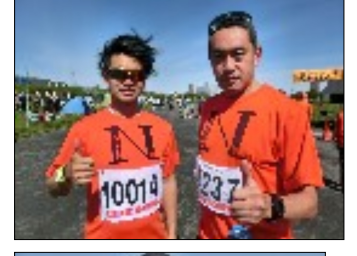
6. アヤトトライアスロンスクール

川崎の武蔵中原で、トライアスロンの指導を行っているスクールです。約1000人の生徒がいますが、今日月例川崎マラソンに参加したのは5人です。トライアスロンはラン・バイク・スイムの3種類のタイムで競い合いますが、ランの練習は丸子橋を中心に10kmを走り、できるだけタイムが短縮できるように励んでいます。さまざまなたなトライアスロンの大会に参加していますが、地元で

は、「川崎東扇島トライアスロン」に出場しています。この大会は2つの種目があって、「スプリントの部」は、ラン5km・スイム750m・バイク20km、「シヨートの部」は、ラン10km・スイム1.5km・バイク40kmです。また、遠方の大会では、「宮古島トライアスロン」があります。ここは、ラン42.195km、バイク157km・スイム3kmとかなりハードな大会です。私達のスクールのメンバーの1人が今回初参加で挑戦し、見事フィニッシュできました。トライアスロンに興味ある方は、丸子橋の近く（バツティングセンターの2階）にランステーションがありますので、お時間がある時に立ち寄ってみてください。名前は「ランニンググステーション トリーナ」です。お待ちしております。

7. 韓国からようこそ

今回の月例川崎マラソンに3名の韓国の招待選手が一緒に走りました。それぞれ、3922さんは3km、10352さんは5km、8672さんは10kmに出場されました。3922さんの一言「ゆっくりいこう」って思っていました。スターター（陸連審判員・野口さん）のピストルの音を聞き、これに刺激されて気分一新、一生懸命最後まで走り通しました。10352さんの一言「走る前はとても緊張していました。スタートしてからは速いランナーに抜かれてしまったので、これはまずいという気持ちになって、ギターの演奏も励みになって、途中からはがんばって走りました。おかげで気持ちよくフィニッシュできました。ありがとうございます。」



第518回月例参加者動向

2019.4.28 晴れ 5.4m/s 15.3°C 27%

種目	男子	女子	合計	
10k	269	46	315	
5k	305	39	344	
3k	幼少	48	25	73
	中学	19	6	25
	高校	4	1	5
	大人	352	43	395
計	423	75	498	
子ども1k	121	99	220	
延べ出場者	1118	259	1377	
初参加	59	30	89	
棄権	86	35	121	
延べ参加者	1204	294	1498	

年間累計出場者 (1~12月 5657)
実数 1054 (昨年同月は 5655)

お願い
自転車でご参加の
皆様をお願いします。
自転車はサイクリン
グコースに置かず、
会場の近くにおいて
ください。邪魔と苦情
がありました。

① NOIC は胸・背へ着け、バーコード再発行の時は、500円 NOIC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1kmは小学生。3kmは AB合同で 高・中・小学生対象 申し出なき場合発行 されません。
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。
④ 棄権届「郵便振替」 名義：新日本スポーツ連盟RC番号：0026004-133100 (遅いと記録に載らない場合があります)