

第462回 月例

# 河原版

発行責任者 佐藤 静雄

編集 集「河原版」編集委員会(鈴木・中山・今野)  
〒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

月例終了後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

12月は  
第4日曜日



それ以外の月は  
最終日曜日

http://ygqee.jp/kawasaki/

主催 月例川崎マラソン実行委員会  
後援 川崎市

## “ P h O T O レ タ ー ” 7月月例風景 と 8月6~8日 川崎・横浜月例役員合同秋田湯沢七タマラソン旅行



7月子ども1kmのスタート風景



3km Bのスタート



スタート前の準備体操

**「熱中症」を予防しよう**

夏場は水分補給はこまめに摂り対策をとりましょう。

月例川崎では、夏場の安全対策として、当日出発前(10kmは9:30時点)のWBGT(温度によってレースの短縮又は中止すること)にしています。

WBGT 25度で10kmを5kmに変更します。31度で全てのレースは中止します。WBGT温度に依りなく、本人の当日の体調や、前夜の飲酒、寝不足などによって「熱中症」になります。



秋田湯沢七タマラソン & 絵灯籠を觀賞旅行

レンタカーでのバスツアーとして10回目となる「川崎・横浜月例役員の旅」を行いました。湯沢は月例川崎Mの佐藤会長の故郷で新市庁舎の市長室へ斎藤市長を表敬訪問し、「七タマラソン」終了後は東成瀬村の山ユリ温泉へつかり夜

は絵灯籠を觀賞。翌日は帰路を天童温泉にとり温泉を楽しみました。写真上段左より、雨の中応援の浜里さん。ランナー運転手兼の笹谷さん、中村さん、丸尾さん、栗本さんの力走。中は市長室を訪ね市長と一緒に(除く写真掲載者)佐藤(静)登坂、塚本、泉山、平林、桑原、古田(榮)古田(き)高橋(辰)、石田、東京RC桑名、佐藤(正)の各氏、下左は5kmスタートを待つ藤本、今野、中村の各氏

### 来月の月例は、9月28日です。

- 子供1K 8:15
- 3K(A) 8:30 (NO-C 主に男子仕分け3999以下)
- 3K(B) 9:00 (NO-C 仕分け男子4000以上)
- 5K 9:30
- 10k 10:00 スタートです。

次月棄権受付は10:30:まで。

4月から10月までは夏時間で開催です

9 回 連 続 出 場 賞	2	2	2	2	6	6	6	5	5	4	4	4	3	2	5	2 5 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	1	1	1	1	2	1	1	9	4	2	2	1	0	9	3		5	5	5	9	5	8	5	8	5	2	0	9			
1 5 回 連 続 出 場 賞	2	2	2	2	6	6	6	5	5	4	4	4	3	2	5	3 5 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	1	1	1	1	0	9	4	7	2	7	0	6	5	3	4		5	5	9	5	8	5	2	0	9						
2 0 0 回 連 続 出 場 賞	8	7	6	1	5	9	9	0	4	1	2	9	7	2	4	5 0 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	8	7	6	1	5	9	9	0	4	1	2	9	7	2	4		5	5	9	5	8	5	2	0	9						
4 回 連 続 出 場 賞	坂本	中西	高西	中山	廣瀬	石原	高田	保田	南谷	佐藤	佐藤	佐藤	鈴木	櫻井	向江	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	美保	玲楓	莉楓	心咲	栄治	賢治	大幸	晶太	峻生	颯馬	祥一	柊史	勉	慶純	阿部		5	5	9	5	8	5	2	0	9						
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
	栄一	達也		5	5	9	5	8	5	2	0	9																			
4 回 連 続 出 場 賞	阿部	佐川	西笛	尾林	望月	南口	渡辺	吉永	鎌田	栗林	神徳	殿柿	西山	権守	相田	4 回 連 続 出 場 賞	1														

第461回月例 スナツツ 写真・インタビュー 中山 浩明

2236西島菜緒ちゃん(3歳) 2282同真優ちゃん(小3) 2345安西美月ちゃん(4歳) 2243 豊田莉々ちゃん(4歳) 6088 同慈門君(小一) 住まいるは、大田区の下丸子と池上です。幼稚園でマラソンを

今日で44回目くらいになると思います。大田区から来ている高校1年生です。学校では陸上部で長距離を練習しています。5000mの記録はまだ19分台なのでしっかり練習を積んでなるとか17分台を出したいと思っています。学校の練習と違って川崎月例マラソンはレベルの高いランナーや速い高校生もいるので刺激になります。高校駅伝に出るのが目標です。毎日の練習に励みます。

北口 勝さん家族とお友達 4889北口 勝さん 1615奥様みどりさん 1613 碧さん(中2) 1614樹さん(小4) お友達 6709 山川 邦彦さん



鶴見区の上末吉から来ています。(山川さんは府中から) いつもは鶴見川のサイクリングコースを走っています。ほとんどは10回、15回くらい参加になります。(樹さんは32回目) みどりさんは、これまでフルマラソンを5回走っています。ベストが5時間30分なので、5時間切りが目標です。湘南国際マラソンはみんなで参加しているので、よいタイムを出すことが出来るようにこれからも頑張ります。クラブ「TADBY TOROISES」(ターディー・トータスィズ)のるまな かめたち

第461回月例参加者動向

2014.7.27 快晴 S2.0m/s 31.4 74% WBGT 29.0.

Table with columns: 種目, 男子, 女子, 合計. Rows include 5k (2回目), 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 7570 ) 棄権 875 ( 昨年同月は 8221 )

多摩川クラブの面々 319星野みゆきさん 他。月初めの日曜日と毎週土曜日が定例練習会の日です。土曜日は20代から60代まで幅広い年齢層のランナーが50名前後参加しています。ストレッチから始まり、ジョギング・インターバル・リレーなど多彩なメニューを取り入れて練習しています。いろいろなレベルのランナーがいるので、それぞれレベル別にタイム設定をして走っています。気さくなメンバーが多いですよ。(了)

Table with columns: 4回連続出場賞つづき, 賞金, 氏名, 年齢, 性別, 所属. Lists names like 川口 浩史, 関 智久, 千葉 優也, etc.

と続き戦後69年の天王山へ? 撤去県内移設断念を求め、沖縄の将来は沖縄県民の主体性で、との思い。燃え上がる。知事は9月初旬の市町議選、11月の知事選へ

豪雨はゲリラを通り越し確実な大雨に結び付く豪雨だ。以前台風の通過する最中に雨量計で1時間の雨量を測った事がある。その時は最高で60ミリだったが、バケツをひっくり返す。とはこのことだと思える。倍の120ミリとは想像もつかない。土石流となつて広島市の北部住宅地で犠牲者が多数。災害に合わせ、肉親を失った方々、家屋等損壊を受けた方々へ心より哀悼の意とお見舞いを申し上げます。この国では3・11以降も自然災害が後を絶たない。その度に沢山の涙が流れて被災者の平穩は揺らぐ。国や行政の防災に対する早い対応が望まれるが日々から家族を含め早めの避難など心がけておく必要があるだろう。命あってのものだね。自然災害は避けることが出来なくても、(人)の政府のなせる戦争、での惨憺はご免こうむりたい。このところの政府の暴走は壊憲の「集団的自衛権の容認」閣議決定然り沖縄県護国護野古の海の水ボーリングの強行、これを「基地縮小撤去県内移設断念を求め、沖縄の将来は沖縄県民の主体性で、との思い。燃え上がる。知事は9月初旬の市町議選、11月の知事選へ

名義...新日本スポーツ連盟RC 番号...00260014331000 違いと記録に載らない場合があります。 編集後記 広島を襲った1時間雨量124ミリの豪雨はゲリラを通り越し確実な大雨に結び付く豪雨だ。以前台風の通過する最中に雨量計で1時間の雨量を測った事がある。その時は最高で60ミリだったが、バケツをひっくり返す。とはこのことだと思える。倍の120ミリとは想像もつかない。土石流となつて広島市の北部住宅地で犠牲者が多数。災害に合わせ、肉親を失った方々、家屋等損壊を受けた方々へ心より哀悼の意とお見舞いを申し上げます。この国では3・11以降も自然災害が後を絶たない。その度に沢山の涙が流れて被災者の平穩は揺らぐ。国や行政の防災に対する早い対応が望まれるが日々から家族を含め早めの避難など心がけておく必要があるだろう。命あってのものだね。自然災害は避けることが出来なくても、(人)の政府のなせる戦争、での惨憺はご免こうむりたい。このところの政府の暴走は壊憲の「集団的自衛権の容認」閣議決定然り沖縄県護国護野古の海の水ボーリングの強行、これを「基地縮小撤去県内移設断念を求め、沖縄の将来は沖縄県民の主体性で、との思い。燃え上がる。知事は9月初旬の市町議選、11月の知事選へ