



第506回月例  
スナッフ

写真・インタビュー  
中山 浩明

1. 1km 2位 9852  
横浜市緑区から来ました。友達が月例川崎マラソンで走っているの、ぼくも今日初めて参加してみました。小学校5年生です。横浜ACというランニングクラブに入っています。日産スタジアムや隣の小机フィールドで練習しています。100m、1000m、1200mなど、いろいろな距離で走っています。練習日は、木曜日と日曜日です。今日はクラブの練習日が明日(月・祝)に変わったので、こちらに来ることが出来ました。去年、日産スタジアムで行われた「チビッ子駅伝」では優勝することが出来ました。自分の目標は、1000mで3分20秒を切ることです。

2. 保育園の年長さん  
3698と3699は、月例川崎マラソンは「今日が初参加です。9814は2回目です。下平間」からともだちといっしょにきました。ふだんは家の近くの「春風公園」で1週間に3回走っています。公園を2周します。1kmくらいです。お父さんもランナーで、リバーサイド駅伝で走っているすがたをみてじぶんたちも走ってみたいになりました。保育園でマラソン大会があるので、きょうはいれんしゅうになりました。

3. 陸上部の仲間  
9505 8680 9112 3188  
8680と9112は中学2年生、3188と9505は中学3年生です。川崎大師の近くにある、川中島中学校の陸上部に所属しています。学校以外では、大師公園の周りや、他の中学校の陸上部のメンバーと等々力スタジアムのトラックで練習することもあります。種目は1500と3000mを主に走っています。3000mを10分台で走ることが目標です。あと八景島で行われ



る駅伝大会にも出場したいです。

4. 9回連続出場おめでとうございます!  
9329 9330

横浜市鶴見区の東寺尾中台から来ました。2年生と5年生の兄弟です。月例川崎マラソンに参加して以来、徐々にタイムが縮まってきています。お兄ちゃんの一言「1kmを5分台で走れるようになりなさい。」弟君の一言「おにいちゃんみたいに速くはしりたい。」ランニングの他には、鶴見のジュニア体操クラブに入っています。白井選手にも会ったことがありますが。体操はむずかしいのでランニングのほうがいいかな。

5. ベテランランナー 9574

ランニングは、高校1年生の時からですので、走歴は50年以上になりますね。学生時代は短距離をメインに練習していて、明治大学の学生の頃は、関東インカレにも出場したことがあります。タイムは10秒7でした。フルマラソン歴は30年くらいです。障害者の方の伴走を含めるとフルは91回走っています。ベストは別大で出した2時間47分です。別大は5〜6回は出ていると思います。月間の走行距離は、今は200kmくらいです。(現役バリバリの頃は1000kmは走っていましたが...)今はタイムは気にせずにリラククスして走っています。目標としては、70歳までは、レースに出場したいですね。また、今は伴走でレースに出ることが多くなりました。先日「かすみがうら」を伴走しました。走る仲間をこれからも応援していきます

6. 女子5km 1位 1269

月例川崎マラソンは、とびとびで10回くらい参

加していると思います。都筑区の「星の子ランナーズ」のメンバーです。週に2回、早淵川や緑地公園で練習しています。今は社会人ですが、中学から大学までは陸上部に入っていました。3000m・5000mのベストはそれぞれ、9'57と17'20です。10000mは記録会で38分くらいで走ります。これからはハーフやフルマラソンにも挑戦したいと思っています。目標は初フルを3時間30分を切って走ることです。

7. マーキュリーと彼女の仲間たち 3813  
※2813かもしれないので確認してください。

先々週の「長野マラソン」の視覚障害者の部で5年連続の優勝を達成することができました。スタートする時は、かなりの雨が降っていましたが、途中からは晴れになり、気温も高くなりました。タイムは3時間40分でした。これからはウルトラマラソンにも挑戦していきます。秋に福島の南会津で開催される100kmのウルトラマラソンを走ります。しっかり練習していくつもりです。

お知らせ

連続賞のトロフィーと賞状は3ヶ月間は保管しますが、3ヶ月過ぎますと廃棄します。6月から実施します。

該当者は当日持ち帰るよう、ご協力をお願いします。

6月から実施します。

(遅しと記録に載らない場合があります)

第506回月例参加者動向

2018.4.29 晴れ 5.2m/s 23.1℃ 46%

種目	男子	女子	合計	
10k	313	31	344	
5k	367	38	405	
3k	幼少	50	25	75
	中学	18	11	29
	高校	14	0	14
	大人	422	72	494
計	504	108	612	
子ども1k	150	122	272	
延べ出場者	1334	299	1633	
初参加	66	29	95	
棄権	37	22	59	
延べ参加者	1371	321	1692	

年間累計出場者 (1~12月 5655)  
実数 1039 (昨年同月は 5305)

①NOICは胸・背へ着け、バーコードは胸NOICの左下へ吊り下げて下さい。  
②大型記録賞発行は 3000円かかります。  
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：0026014-33100