



マイロード

第466回
2019年12月15日

主催/新日本スポーツ連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会

来年が良い年になりますように



【11月の月例 5kmの部】

安全第一・健康マラソンを

左側通行を守って走りましょう！！

コースは貸切ではありません。一般の方の通行を妨げることではできません。左側通行を守って、コースの右側は必ず空けて下さい。お互いに譲り合って走りましょう。自転車や通行人と接触した場合は、必ず相手に声を掛け、安全確認のうえ、必ず監察員か本部役員に連絡をお願いします。また、安全確保の立場から、イヤホンの使用を禁止します。一般の通行人の方からの苦情が後を絶ちません。「接触した」との苦情が横浜市に寄せられています。こうした事が頻繁に起これば例会中止もありえます。コースの右側は必ず空けるようにお願いします。

★20kmに参加される方へ★①バーコードの名札に緑のカードを差し込んでください。②バーコードは正面から見える左胸につけること。③途中棄権は記録を取りません。

お正月お楽しみ大会

恒例「お正月お楽しみ大会」を来年(2020年)1月の月例で実施します。特別申し込みの必要はありません。年代別の1位に記念品を贈呈します。ただし、結果は当日の速報値とします。

◇種目別：1km・3km・5km・10km・20km

◇年代別：10才未満・10歳代・20歳代・30歳代
40歳代・50歳代・60歳代以上

◇性別：男・女

※1：初参加の方は表彰の対象外とします。

※2：記念品は表彰係まで(受取は当日のみとします)

【訃報】毎回折り返しで給水を担当していた高橋辰治さんが11月30日に永眠されました。享年73歳でした。故人のご冥福をお祈りし謹んでお知らせいたします。

葬儀は12月7日セレモニーホール潮田会堂で執り行われました。高橋さんはスキークラブの役員もされ、近年は陸上競技の審判員、月例マラソンの役員と幅広く活躍されていました。あまりにも突然のお別れで残念でなりません。(市川康太郎)



1kmの仕分にご協力をお願いします

1km A=14200以下

1km B=20000以下

1km C=20000以上

1kmに参加される小学生以下の方は、1kmファミリー(F)に参加されるようお願いいたします。1kmの重複参加は禁止です。

毎月第3日曜日・午前8時30分スタート

種目	1km 3km 5km 10km 20km (20kmは6~9月お休み)
受付時間	現地にて午前7時50分から10時まで受付。＜棄権の受付も10時までです＞
スタート	1km-小学生以下/8:30 1km-A/8:40 1km-B/8:50 1km-C/9:00 5km/9:15 20km/9:50 10km/9:55 3km/10:05 (スタート時間はあくまで目安です)
参加費	初参加は1500円 (2回目から大人1000円・高校生以下は500円)
記録表彰	希望者に記録証(速報を掲示)翌月掲示版にて発表 ホームページにて全記録を発表します
連続賞	10, 20, 30, 50, 75, 100回 (通算は20回, 80回)

次回は第467回 2020年1月19日

＜ボランティア募集＞①ランナーの立場に立ってサポートできる。②毎月第3日曜日に参加できる。この二点が条件です。参加された場合、交通費として、3,000円をお支払します。受付まで。



新日本スポーツ連盟 横浜市連盟

〒221-0822 横浜市神奈川区西神奈川 1-18-2
TEL 045(430)5665 FAX 045(430)5666

*** 今月の表彰 ***

***連続150回参加賞 月例年間パス**
No. 3251 星山 浩 (54)

***連続50回参加賞 選択制**
No. 1720 秋庭 督 (73)
No. 14495 猪狩 嗣 (52)
No. 16316 峯俊 桂子 (41)
No. 16317 峯俊 里香 (11)
No. 16318 峯俊 太一 (9)
No. 16319 峯俊 智司 (6)
No. 16321 福田よし子 (56)

***連続30回参加賞 選択制**
No. 19254 木村 守 (48)
No. 19255 村山 裕元 (39)

No. 19260 張替 弘毅 (50)

***連続10回参加賞 ランニング**
No. 11255 平野 栄次 (50)
No. 21176 岸田 良一 (50)
No. 21226 拝野 元 (47)
No. 21430 田村 沙羅 (6)
No. 21441 阿部 康博 (55)
No. 21443 田中龍之介 (7)
No. 21492 根岸 慎介 (41)
No. 21493 星野 祐人 (57)
No. 21498 倉持 和洋 (50)
No. 21508 円谷 夏芽 (5)
No. 21510 高木 洋彦 (42)
No. 21512 山下美智子 (58)
No. 21516 稲葉 隆志 (49)
No. 21526 滝沢 賢一 (44)

***通算20回参加賞 ランニング**
No. 3406 工藤 正明 (64)
No. 11032 須藤 吉広 (51)
No. 14022 品田 新哉 (49)
No. 15293 桑原 弘桂 (58)
No. 15452 小黒 一雪 (56)
No. 17659 辻 敬吾 (6)
No. 17787 清水 政光 (50)
No. 19069 松本 英一 (55)
No. 19318 山上 博 (41)

***通算80回参加賞 選択制**
No. 1338 小林 亮一 (80)
No. 3198 津野 哲也 (51)

◎連続と通算は重複しません。(敬称略)

フォト・インタビュー



No. 21419 鈴木美倫さん

No. 21323 颯真くん

No. 21920 鈴木和真さんと抱っこされた妹さん

地元、新横浜から来ました。今日はママと颯馬くん、今回連続10回の赤ランシャツをもらいました。先程1kmを2本走っ

てきたところ、これから3kmも走ろうと思ってます。ママはハーフマラソン、パパはフルも！東京マラソンにも参加した事があります。

No. 22577 須賀由紀子さん

(11月17日) 川崎多摩川ハーフマラソンが中止になり、トライアスロンの仲間がよこはま月例やってるよ！と教えてくれて、今日初参加しました。富士山マラソンが初フルで、静岡、東京、あと名古屋ウィメンズは4年連続で参加、華やかで楽しく、35km過ぎに坂が出て来ますがそこを過ぎれば…って感じです。トライアスロンは石垣島とか…旦那さんがやってるので自分も！と二人で楽しんでいます。今日は20km頑張ります！



No. 22555 小室裕司さん



藤沢から来ました。今年も湘南国際マラソンにできるのでその練習で来ました。ここよこはま月例は、今回初参加ですので楽しみにしています。フルは横浜、東京、メインは湘南国際マラソンで地元の仲間達と出るので気合いが入ります。自己新は3:43。次は難しいかもしれませんが3時間半を目指しています。練習は月間200km前後。自宅から鎌倉迄の6km程の通勤ランはライフワークになってます。フルは1年に1回以上出ようと思ってます。前の会社の仲間と年に一度同窓会のように会うのが楽しみです。

No. 22508 ミッチェル・サンブラノさん

アメリカ出身です。川崎・中原区から来ました。ここは友達がでてるので教えてもらい今日は初参加。20kmチャレンジしようとしてやって来ました。



今月からバードウォッチング再開

☆鶴見川・初冬の鳥たち☆

12月初めの鶴見川にはジョウビタキやアオジなど、初冬を感じさせる小鳥がいろいろ来ていました。カメラの視野に入ってモデルを務めてくれたのは雄のモズです。目のところに黒い帯が入って精悍な美男子。一方、雌は顔にはっきりした黒色はなく、優しくかわいい顔をしています。ただしモズはもっぱら肉食で、時には他の小鳥を襲って食べてしまうこともある獰猛な小鳥です。見かけで判断すると怖いですね。さて今月のミニバードウォッチングではどんな鳥が見られるのでしょうか？！(野鳥の会・川沢祥三)



※今年のメは「桜」かな？※

参加者の皆様にとって今年はいかがでしたか？ 毎年年末に書いてきましたが、安倍晋三首相の悪政ぶりは書けばきりがありません。今年のメは「桜を見るかい？」

さて、今年の漢字は「令」に決まりましたが、個人的には「桜」かなと思います。ラグビーワールドカップで日本チームが初めてベストエイトになり、ユニホームの「桜」が花開きました。多くの人に感動と励ましを与えました。来年はオリンピックイヤーです。日本の活躍を心から期待致します。 運営委員会/会長 市川康太郎

【編集後記】今年、流した三つの汗と涙。

甘く見過ぎた某マラソン大会での大撃沈…悔し涙とそれでも頑張った汗。それとこの月例のスタッフ高橋さんとの突然の永遠の別れ…今年はいっぱい心が震えました。皆様にとって来年も良い年でありますように。(尚)