



マイロード

第482回
2021年4月18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

走る際もマスクは必須です！



【パラパラスタートに並ぶ参加者/12月より】

政府は4月9日、緊急事態宣言に準じた対応を可能にする「まん延防止等重点措置」を東京都に12日から適用することを決めました。また、15日には千葉、埼玉、神奈川においても「重点措置」の適用がされました。ワクチン接種が一部自治体で開始されましたが、私たちにはだいぶ先になりそうです。月例マラソンの再開に当たり、参加者一人ひとりの感染対策が重要と考えます。待機中だけでなく、走る際にもマスクの着用は必ずお願いします。月例マラソン参加者がマスクを着けず走っている場合は、国交省鶴見川河川事務所及び横浜市の公園管理事務所に通報され、開催が危ぶまれることも想定されます。走る際は自分のペースで無理のない走行をお願いします。一日も早い収束を望みますが、まったく展望が見えません。国民に感染対策を呼びかけるだけでは解決しません。何時でも何処でも誰でもできる検査体制と一日も早いワクチン接種を望みます。

◆郵便振替による棄権届を受付ます◆

よこはま月例マラソンでは、棄権届を現地のみで実施してきましたが、コロナ禍での手続きの簡素化や参加者の利便性を考慮し、郵便振替による棄権届を受付けます。※振込締め切り日は月例開催日の前々日(金曜日)18時までとします。

振込先/よこはま月例マラソン運営委員会

口座記号・番号 00240-6-107766(右詰)

次の4項目は必須です。①何月分の棄権届、②電話番号
③ナンバー、④お名前と年齢

※ゆうちょダイレクトも可能です。

月例マラソン中止に伴う対応について

◇通算・連続賞について

通算・連続回数は次に開催される月に引き継がれます。手続きは不要です。

◇1~3月は中止のため、棄権届は必要ありません。

◇棄権届について、現地で翌月の受付は従来通りです。都合で現地に来られない場合は、下記「払込取扱票」により手続きが可能です。※必須項目として、①開催月、②電話番号、③ナンバー、④名前と年齢は必ずご記入願います。

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 一般8:50 5km/9:15 20km/10:00 10km/10:05 3km/10:10 (スタート時間、種目は状況により変更することがあります)
参加費	初参加は1500円 (2回目から大人1,000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)

＜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毎月第三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。

次回は第483回 2021年5月16日



新日本スポーツ連盟 横浜市連盟

〒221-0045横浜市神奈川区神奈川2-14-16 トーリックビル3F
TEL045-534-5553 FAX045-534-5554

*** 今月の表彰 ***

*連続150回参加賞 月例年間パス

No. 3702 宮崎 正晃(64)

No. 3780 金田 英治(51)

連続100回参加賞 月例年間パス

No. 10457 門脇 直樹(56)

No. 10495 金高 誠(52)

No. 10511 高橋 千夏(50)

No. 10548 竹迫 純義(70)

No. 10627 高橋 浩樹(59)

*連続75回参加賞 別製ランニング

No. 13002 西田 浩(54)

No. 13891 比留間 貴久(56)

No. 14129 河邊 翔(13)

No. 14163 森 悠陽(11)

*連続50回参加賞 選択制

No. 17825 仲里 仁志(38)

*連続30回参加賞 選択制

No. 20169 的場 梓乃(9)

No. 20215 長 龍吏(52)

*連続20回参加賞 選択制

No. 18554 鈴木 直美(56)

No. 21337 田畑 実代(49)

*連続10回参加賞 ランニング

No. 21605 中村 岳征(60)

No. 22472 浜崎 彩羽(7)

No. 22475 山田 良信(44)

No. 22491 吉田 樹生(6)

No. 22500 佐藤 祐大(6)

No. 22518 岡田 龍乃丞(9)

No. 22529 佐伯 孝志(48)

No. 22530 河野 裕一(66)

No. 22554 久木 日菜子(3)

No. 22565 納 章太(36)

No. 22604 榎元 智靖(47)

*通算20回参加賞 ランニング

No. 6756 阿部 雅彦(51)

No. 11955 山田 祥史(38)

No. 12194 野島 大輔(46)

No. 16227 三橋 正一(53)

No. 17323 浅尾 泰三(54)

*通算80回参加賞 選択制

No. 7281 加賀谷一男(83)

No. 9590 三上 博志(69)

(敬称略)

◎連続と通算は重複しません。

フォト・インタビュー

◆とっても寒い朝だったのでほとんどのランナーが長袖に長いタイツやジャージ姿でしたが、ちらほら半そでに短いパンツ姿のランナーもいました。その中で3人のランナーにインタビューしてみました。

そして4人目は「連続150回」受賞者です。

【2020年12月20日(日)月例マラソンインタビュー】

No. 19550 佐伯 恭吾さん(12才)



6年生。「小学生最後のレースだけど楽しく走れて良かった」と笑顔で話してくれました。中学校では部活はもちろん陸上部に入る予定だそうです。競技種目はハードルとかではなく3000mぐらいをやりたいとのこと。中学生になるとなかなか月例にも参加できない人が多くなるようですが、できる限り参加して走りたいと。そして月例で目指す距離は「20km」！練習の時もこの

ようなスタイルだとのこと。写真を撮るポーズも寒さなんか関係ない！というひょうきんな恭吾さんでした。

(うらやましい〜)

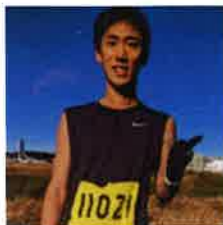
No. 20782 森安 利之さん(44才)

いつもこの格好で走っているの。この後5kmで自己ベスト目指して今日は参加しているので、できる限り練習しているときの格好で走りました、とのこと。その練習というのは家の周りを走るときではなく、陸上競技場で走るときの格好だそうです。



走歴は8年ぐらいかなあと。残念ながら今回は5km自己ベスト達成は成らなかったようですが、まだまだこれからです！故障しないように気を付けながら、これからもガンガン走ってほしいなと思いました。

No. 11021 服部 峻さん(35才)



ランニング歴は12年、月例歴も同じくらい。自己ベストなどを狙うときはこの格好だそうです。今日は17分40秒くらいかなあと。練習するときは温かい格好で走り始めますが、温まってくるとこの格好になるそうです。「今は結構あったかいですね、走り始めは寒

かったけど」と話す服部さんの額からは汗がポタポタ垂れていました。寒くて肩が凝りそうになっていた私には何ともうらやましい汗でした。

No. 3652 佐々木 政之さん(53才)



「150回連続」月例で走り始めたのは2008年1月からで、走歴はその2年前からだそうです。月例マラソンは、毎月楽しみですとのこと。その楽しみとは…？ 自分の中でタイムを狙うときもあり、他のマラソン大会に出るときの調整をしたり、友達と会ったりするのも楽しみだとのこと。コースについては、河川敷が好きなので、練習の時も走るそうです。今後の目標はタイムが伸びつつあるフルマラソン。

お友達もタイムが伸びているとのことなので、お互い競い合って更にタイムを伸ばしていってほしいです。

2021年VIVICITTA'を開催

2021年VIVICITTA'を4月11日(日)に快晴のもと月例川崎マラソンの会場で開催しました。参加申し込み者は24名で殆どが月例参加者で和やかな雰囲気で行われました。

結果は1km：山田優さん、3km男子：秋本倫一さん、3km女子：出口恵さん、12km男子：出口健二さん、12km女子：相馬千聖さんがそれぞれ優勝者でした。(笹館)



【編集後記】 12月の月例は「寒い〜！」でした(私が家を出た時の気温は-2℃)。スタート&ゴール地点の広場はお昼ごろまで全くの日陰でした。霜もおりていたので「冬」を実感。しかし、雪国はこんなもんじゃないぞと反省。そして、イソップ童話『北風と太陽』のお話を思い出し、「お日様ってありがたいなあ」とつくづく思いました。(よしえ)