



マイロード

第483回
2021年5月16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

感染防止のためマスクの着用を！



【4月18日第482回のスタート】

政府が5月7日に、5月11日までの新型コロナウイルスの緊急事態宣言を31日まで延長を決めました。発令中の東京、大阪、京都、兵庫に12日から愛知、福岡を加え、対象を6都府県に拡大しました。緊急宣言に準じた対策をとる「まん延防止等重点措置」（神奈川、千葉、埼玉、愛媛、沖縄に北海道、と三重、岐阜を追加）も31日まで延長しました。更に、14日には北海道、岡山、広島に対して緊急事態宣言が出されました。ゴールデンウィークの人流が原因と推測されます。現在は感染力の強い変異型ウイルスとなり、高齢者はもちろん若年層にまで拡大しています。月例マラソン開催に当たり、役員の大半が高齢者であることを考慮すれば中止の選択もありましたが、開催することへの要望も強く開催を決めました。一人ひとりが感染予防の徹底をお願いします。高齢者のワクチン接種が各地で始まりましたが、予約を取るのも大変な事態が続いています。一日も早い収束を願うばかりです。

◆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。

払込取扱票		振替払込請求書受領証
00240-6-107766		00240-6-107766
よこはま月例マラソン運営委員会		よこはま月例マラソン運営委員会
① 年 月分の棄権届	② 電話番号	
③ ナンバー	④ お名前 () 才	

毎月第3日曜日・午前8時30分スタート

種 目	1 km 3 km 5 km 10 km 20 km (20 km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	1 km-小学生以下/8:30 一般8:50 5 km/9:15 20 km/10:00 10 km/10:05 3 km/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。

次回は第484回 2021年6月20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100回参加賞 月例年間パス

No. 10840 黒部 剛 (15)

No. 10841 黒部 薫 (54)

*連続75回参加賞 別製ランニング

No. 6818 本田 正樹 (46)

No. 14244 河邊 心美 (13)

No. 14298 山本 茂樹 (64)

*連続50回参加賞 選択制

No. 5205 指宿 哲也 (49)

No. 17919 湯浅 愛里 (27)

No. 17949 喜村 卓也 (47)

*連続20回参加賞 選択制

No. 21492 根岸 慎介 (43)

No. 21510 高木 洋彦 (43)

No. 21512 山下美智子 (52)

*連続10回参加賞 ランニング

No. 19414 道上 宗明 (50)

No. 20924 久木 理穂 (38)

No. 22367 八朔 浩一 (49)

No. 22444 湯本 新一 (48)

No. 22621 浜崎 凛花 (5)

No. 22645 吉田 遥誠 (6)

No. 22664 小島 智弘 (43)

No. 22678 北川 裕三 (51)

No. 22684 酒井 香林 (26)

No. 22688 宮沢 弘毅 (54)

No. 22715 石原 亜紀 (49)

No. 22721 高橋 由登 (10)

No. 22722 江連 保人 (55)

No. 22732 唐戸 淳一 (60)

No. 22740 大浦 拓児 (56)

*通算20回参加賞 ランニング

No. 14003 田代 紀子 (46)

No. 14823 浅井 聡 (59)

No. 16028 牧野 渡 (51)

No. 16139 中島 桃音 (11)

No. 16228 三橋 艶子 (53)

No. 18230 今西 剛 (55)

No. 20425 溝口 彰 (51)

*通算80回参加賞 選択制

No. 6639 新治 厚 (58)

(敬称略)

◎連続と通算は重複しません。

フォト・インタビュー

No. 16498 眞田祐輔さん(7才) No. 15873 眞田航輔さん(9才)



祐輔さんは、1kmの一番前でスタート待ちしていました。そのわけは、早く走り終わりたいからだそうです。ランニングが好きな2年生。ジャンプも好きで跳び箱は保育園のときに12段を跳んだとか。月例マラソンには3才ぐらいから来ていてその頃は泣いたこともあるそうです。

目標はリレーの選手になること。兄の航輔さんはその後ろの方に並んでいました。小さいころから月例マラソンにきているけれど、小さい頃より楽になったとのこと。二人とも月例のランニングシャツの下にはサッカーのユニフォーム～ランニングもサッカーもジャンプも、そして勉強も遊びもがんばれ兄弟！

No. 17508 浜田雅実さん(49才)

走歴は8年、よこはま月例は4年ぐらいとのこと。このコースは楽しい。みんな顔見知りではないけれど、いつものメンバーで走っているという一体感みたいなものがあるところがいい。

「裸足」に惹かれてインタビュー。普段はフルマラソンも裸足で走るそうです。裸足の記録は3時間43分で、わずかにサンダルを履いて走った方が速いそうです。

靴を履くと勢よく着地するけれど、裸足だと膝の屈伸をし、全部の筋肉を使って着地するから衝撃が全くない。最初は足の裏が切れたりしたが、裸足になって5年ぐらい経つ今は大丈夫に。靴が合わなくて故障ばかりして走れない時期があり、靴を変えてもだめだった。靴だと着地がぶれると気づいたそうです。周囲にいる裸足のランナーはほとんどそういう理由なのだそうです。だから裸足になってからは怪我無しとのこと。山もトレイルも裸足で、人本来の力を全部出して。おしゃな靴もいっぱい持っているけれど、走るときは裸足。「イイですね、月例」と最後にまた言ってくれました。真似できないけど、裸足に乾杯！



No. 23048 福井隆弘さん (25才)

No. 23054 アダム・アンダーソンさん (47才)

No. 22493 島村彪悟さん (10才)



何やら外国語で楽しそうに話しているお二人が気になり割り込んでしまいました。それはスウェーデン語でした。アダムさんは日本に住んで13年、よこはま月例は3回目ぐらい。

福井さんは大学でスウェーデン語を学んだそうで、たまたまスウェーデン語が聞こえてきたから話しかけたとのことでした。

福井さんはよこはま月例は初めての参加。月例は、一緒に走る人がいて競ったりするのがすごく楽しい。川沿いで気持ちいいが、今日は風が強かったとのこと。アダムさんも3kmはよかったけど、1kmは大変だったそうです。彪悟さんも「(月例のコースは)走りやすい。目標はもっと速く走りたい」アダムさんの目標はフルマラソン?! 福井さんはトレイルラン50kmをやりたいそうです。マラソン会場で人と知り合うっていいなと思いますが、さらに異なる言葉を話す人と知り合うなんて素敵。走り、話す、人がつながる——いいですねえ。



【写真は第482回4月18日の写真です】

【編集後記】ゴールした後、競り合ったランナー同士が「ありがとうございました！」と笑顔で挨拶している光景を何回か見ました。普段は知り合いではない人同士がこうして言葉を交わすことができるってとても素敵だなと思いました。久しぶりの月例がさらに気持ちのいいものになりました(よしえ)