



マイロード

第500回
2022年10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

本日よこはま月例マラソン500回



【第499回9月の月例は雨の開催】

本日(10月16日)、よこはま月例マラソンは500回を迎えました。1976年2月16日に鶴見川で第1回を開催しましたが、河川工事等で中止してしまいました。その後、1981年2月15日に根岸森林公園(横浜市中区)で参加者12名から再開し、1985年5月15日に現在の新横浜前公園に移転しました。再開後の回数が今月10月で500回を迎えました。

神奈川県内3ヵ所で毎月開催される月例マラソンの特性(事前予約なし・重複種目参加・連続賞等)もあり、その広がりスポーツ連盟の精神に沿った取り組み(スポーツは国民の基本的な権利として確立し、誰でもスポーツが楽しめることをめざす)として大きく発展してきました。

2020年から発生した新型コロナウイルス感染症拡大で、何度か中止を余儀なくされ、困難な時期もありました。しかし、コロナ禍に対応した「パラパラスタート」の取り組みや運営委員の努力により、今日を迎えることができました。関係者と参加者に心から感謝致します。

安全第一・健康マラソンを

適切なペースランニングで走りましょう！！

10月に入り、コロナ感染者数が減少傾向にあります。引き続き感染症対策の徹底をお願いします。走る際はマスクの着用は求めませんが、公園内ではマスクの着用をお願いします。走る際は、無理せず適切なペースランニングで走りましょう。参加に当たり、発熱や風邪の症状がある場合、あるいは2週間以内に発熱があった場合は参加できません。

<今月から20kmは廃止です>

神奈川県内3ヵ所の月例マラソン(川崎、湘南、横浜)の種目を統一します。20kmの廃止により、スタートを1km・3km・5km・10kmの順にします。このことで、全種目(19km)に参加できるようになります。よこはま月例マラソンの特性として、事前予約なし・重複参加が可能、全種目参加者の記録集計をします。参加者のご理解とご協力をお願いします。

◇500回記念祝賀会の開催◇

よこはま月例マラソン500回を記念して、祝賀会を開催します。(申込は受付迄)

◇日 時：2022年11月12日(土) 13:00～

◇会 場：ナビオス横浜(横浜市新港2-1-1)045-633-6000

◇参加費：5,000円(申込締切/10月16日/第500回月例)

月例参加者なら誰でも参加できます。

◆棄権届は当月と翌月のみ、郵便振替で受け付け◆
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)【店番029】
次の4項目は必須 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可能。

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
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/8:45 3km/9:00 5km/9:30 10km/10:20 (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。WEBでの速報が携帯から。
連続賞	10、20、30、50、75、100回(通算は20回のみ)

次回は第501回 2022年11月20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。



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250回参加賞 月例年間パス

No.1147 吉田 和男(67)

*連続200回参加賞 月例年間パス

No.2318 藤本 哲也(52)

*連続75回参加賞 別製ランニング

No.1720 秋庭 督(76)

No.16316 峯俊 桂子(44)

No.16318 峯俊 太一(11)

No.16319 峯俊 智司(9)

No.16321 福田よし子(59)

*連続50回参加賞 選択制

No.7108 尼子 倫久(59)

No.13122 田口 省作(70)

*連続30回参加賞 選択制

No.19188 久木 正晴(42)

No.22127 佐藤 勇太(45)

*連続20回参加賞 選択制

No.2451 萩原健一郎(52)

No.4610 末吉 寛子(48)

No.18828 椎名 尚江(54)

No.21850 諸岡 等史(58)

*連続10回参加賞 ランニング

No.21413 関口 佳子(50)

No.23191 河野 徹士(47)

No.23504 関原 史子(52)

No.23514 山田 愉楓(8)

No.23532 嶋田 宮子(40)

No.23547 鈴木 貫介(9)

No.23568 吉村 浩司(46)

No.23581 程田 昌明(50)

No.23582 程田 水保(49)

*通算20回参加賞 ランニング

No.19589 根本 勲(52)

No.22321 北村 飛波(5)

(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.22249 田村 祐翔(ゆうと)さん(4才)

No.23415 田村 陽斗(ひなと)さん(2才)

No.22321 北村 飛波(あすな)さん(5才)



祐翔さんと陽斗さんがスタート前に給水所の50cmぐらいのところから何回もジャンプしておりていたのを見て、とても楽しそうだったのでインタビュー。飛波さんは保育園は違うけれど遊び友達。

祐翔さんは、1才の時から月例で走っていて走るの好きだそうです。陽斗さんも飛波さんも「好き」とのこと。嬉しいですねえ。いつも走ってるの?と聞くと、祐翔さんが元気に「走ってる!」と話してくれました。

保育園では走っていないそうです。ちなみに祐翔さんはとら組、陽斗さんはふたば組、飛波さんはひかり組、とのこと。飛波さんはもうすぐナンバー入りのシャツをもらえるそうです。10回以上走っている祐翔さんも含めて、この月例コースが川沿い(鶴見川)を走っていることは知らなかったそうです。草が伸びているから3人には見えないのかもしれないですね。みんなこれからも「走りたい」とのこと、雨でびしょぬれになっても物ともしないたくましい小さなランナーたちに幸あれ!

No.23575 山田 健太郎さん

今10回目ぐらい。このコースは信号もないし走りやすい。景色も川沿いだからのどかだし、一方でフラットなのでスピードも出しやすいので、「いいですねえ」とのこと。家が近くなので練習も同じコースでここをスタートして鶴見の方まで行ったり、河口まで行ったりして川沿いを走ることが多いそうです。しかし、今度仕事の関係でアメリカに引っ越しされるとのこと。よこはま月例への参加は今回が最後で、9月末の赤羽のあたり(荒川の方)で行われるマラソン大会に参加するのが日本での最終レースだそうです。楽しく走り切ることを目指しているとのこと。一大いに楽しんで走ってきてほしいです。いつかまたこのよこはま月例マラソンに戻ってきたいですと話してくれました山田さん、お待ちしております!



No.23765 小山 まほさん



今回が6回目ぐらい。このコースは、「直線慣れしていないのでいい練習になる」そうです。なぜかという、練習はいつも家の周りの2.5kmぐらい周回コースをぐるぐる回っているで直線はなかなかないので、ということでした。これからの予定は、「横浜マラソン」で初フルマラソンに挑戦。高速道路を上るところぐらいが坂道であとはフラットなコースで走りやすいらしい、とのこと。一番しんどい高速道路のところでは沿道の応援もないと思われるので、そこがちょっと気になっているそうです。目標はサブ4.5。だけど、今は一つ一つの関門をクリアして完走することを第一にしているそうです。10月末の大会の「ちょうど2週間前に月例があるので、ちょうどいい刺激になります」と。補給(食べ物)の練習や5本指ソックスetc、準備はしっかり行っているそうです。目標達成してこの素敵な笑顔が見られることを祈っています!

No.18554 鈴木 直美さん



大雨の中、水たまりもなんのそのと軽快にゴールしてきた鈴木さんは、連続40回を目指しているとのこと。ある時から連続を目指そうかなと考えたそうです。最初はちょろちょろ来て走っていたけれど、30回のクリスタルトロフィーがすごく良かったので一普通の大会では余程の記録でも出さない限りもらえない物をもらったので一ちょっと感動したそうです。今回の月例について聞きました。土砂降りだったから最初どうしようかと思ったけれど走り出したら関係ないし、「小雨よりもドシャドシャ降っている方がかえって気持ちよかったです」と、ゴールの時と同様カッコいい返事が返ってきました。ハッハッハッと笑う顔もとても爽やかで、「雨もまた良し!」と思わせてくれた鈴木さんに感謝!

【編集後記】天気予報では「雨」だったけれど1kmが始まるまでは幸い曇天のまま。しかしその後は断続的にものすごい土砂降りの雨で、瞬間に水たまりと水の流れができる降り方の9月月例-気候変動を実感した私です。人数はいつもより少なめでしたが、ランナーのみなさんは実にたくましくシャワーを浴びて全身びしょ濡れでゴールし、またシャワーを浴びに走りに行くといった感じでした。そのせいで体調を崩された方がいないといいなと思っていますが、きっと大丈夫ですよ!?(よしえ)