

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

## 500回開催記念祝賀会を開催



【ナビオス横浜でよこはま月例500回記念祝賀会】

10月16日に500回を迎えたことを記念し、ナビオス横浜において、運営委員を中心に、新日本スポーツ連盟全国連盟、神奈川県連盟、月例川崎マラソン、月例湘南マラソン及びよこはま月例マラソン参加者を含めて、40余名が参加して開催しました。開会あいさつで市川会長は「神奈川県内3ヵ所で毎月開催されている月例マラソンの特性は、①事前予約なし、②重複種目参加できる、③連続賞があることです。この広がり新日本スポーツ連盟の理念である、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運動として大きく発展してきました」と述べました。

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が、コロナ禍に対応した「パラパラスタート」の取り組みや参加者、運営委員の協力により乗り越えてきました。

月例マラソンとスポーツ連盟のさらなる発展を祈念し、参加者全員で、「一本締め」で祝賀会を閉めました。

### 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！！

11月に入り、コロナ感染者数が増加に転じ、第八波との警告もあります。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。

### ◆20kmは廃止しました◆

県内3ヵ所の月例で種目を統一しました。10月から20kmは廃止し、1km、3km、5km、10kmの順にスタートです。すべての種目に参加できます。

### ◆12月から、ミニ・バードウォッチングを再開◆

鶴見川で暮らす野鳥の種類や数は季節によって増減しますが、たくさん見られるのは何と言っても冬です。

見通しの良い水辺でカモやサギ、セキレイの仲間が行動し、河川敷の木の実には小鳥たちが集まって食事中。ということで、12月からミニ・バードウォッチングを再開します。10:30ごろから始めて30分～1時間で終了の予定です。どうぞご参加ください。【写真はナンキンハゼの実を食べるキジバトです】



### ◆棄権届は当月と翌月のみ、郵便振替で受付け◆

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 10km                                                                 |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 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<br>(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。<br>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)                                                       |

＜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502回 2022年12月18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200回参加賞 月例年間パス

No. 2335 小林 久進(57)

\*連続150回参加賞 月例年間パス

No. 4935 長崎 浩一(54)

No. 5355 伊藤 聡(49)

No. 5396 岡田 健吾(51)

\*連続100回参加賞 月例年間パス

No. 10689 細井 宏朗(50)

\*連続75回参加賞 別製ランニング

No. 11416 本田さくら(13)

\*連続50回参加賞 選択制

No. 15082 津田 和彦(48)

No. 19725 松本 博(52)

No. 19842 小原 学(48)

\*連続20回参加賞 選択制

No. 12407 佐藤 智宏(46)

No. 18796 樋田 慎一郎(54)

No. 18832 砂川 善弘(50)

No. 21361 吉野 守(57)

No. 22971 皿井 杏奈(4)

\*連続10回参加賞 ランニング

No. 22144 中村 洋輔(44)

No. 22264 田中 さな(11)

No. 22806 岩本 実空(8)

No. 23619 森 正樹(46)

No. 23625 芦川 葵(4)

No. 23627 田中 みお(4)

No. 23628 伊藤 純子(44)

No. 23629 伊藤 友菜(7)

No. 23630 伊藤恵太郎(6)

No. 23649 藤田 真二(48)

No. 23655 佃 靖博(53)

\*通算20回参加賞 ランニング

No. 759 福田 徹(61)

No. 9766 河本 公志(49)

No. 14036 滝山田俊生(63)

No. 14692 久保田昭一(60)

No. 20564 住谷かおり(52)

(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. 19043 原田 涼平さん No. 23382 原田 海翔さん

No. 19042 原田 航輔さん



三兄弟で揃って参加です。お兄ちゃん二人は1kmと3km、海翔くんは1km。(お父さんがそばでお話くださいました)会社のマラソン大会があって、それに向けて走っていた事が子供達にも影響したようです。5〜6年前から記録に挑戦しながら市民ランナーとして走ってます。航輔さんは中学校では陸上部、陸上競技場で3000mの大会にも出て頑張ってます!

No. 1908 勢多 章敏さん

20kmが無くなったのは残念ですが、今日は全て計19km走ります。10月30日は横浜マラソン!その本番の為、今日はランシャツの着心地を試しました。横浜は3回目、あと湘南国際にも参加。自己ベストは2:56分でした。このベストタイムを維持してゆくことが目標です。住まいが鎌倉なので海沿いをいつも走ってます。



No. 6600 浅井 朱美さん



走歴は11〜12年。学生時代は運動に全く興味が無かったのですが、更年期で苦しい思いをしたので、友人に勧められフルマラソンの経験がないのに、いきなり東京マラソンに参加。その後火がついたようにフルマラソンが楽しくなり今迄20回程走ってきました。フルのホノルルの他ハーフマラソン・ハ

パルアでは65歳の時に年代別で3位に!こここのところコロナと体力の衰えと同時にきた感がありますが、月例でガチに走る人達からパワーをもらってます。来年70歳になりますので、もうフルマラソンは難しいかな?と思ってますが年齢に応じて頑張ってます。あちこちの地方の大会へも旅を兼ねて楽しんで行ってます。

No. 15513 亀倉 渚さん

No. 20566 亀倉 朗ちゃん

(小学6年生の渚さんは連続75回でもらえる青ランシャツです!中々小学生でお見掛けしませんね)これをもらう為に今迄頑張ってきました。これからは100回を目指します!丁度今日はお誕生日。朗ちゃんも連続44回!継続は力なり。



No. 4496 乾 隆政さん



14年前の10月1日に煙草をやめました。その時に運動をした方が煙草をやめられるのかなと思い、走り始めました。当初月例で3kmを思い切り走ったのに中学生に負けて悔しい思いをしてから、その後毎月参加するようになり煙草もきっぱりやめました。

フルマラソンは79回参加、最低でも100回を目指してます。自己ベストはつくばで2:58。フルは過去に年に7〜8回、コロナ後も2〜3回参加。コロナ禍でペースダウンしたのですが、11月第1週日曜のニューヨークシティマラソンに行きます。目標は3時間半を切りたい。起伏があるのと移動も強行軍でとぼ返りなので自己ベストとの差を30分もちました。頭に付けてるカメラも録画の調子を試そうとしたのですが、先程途中で転んじやいました。転けたのは3回。1回目は走り始めの頃。2回目はボツ〜として。3回目の今日はボツ〜としてなかったのに転けました。2年前のシカゴ行きは台風で直前に飛行機が欠航になり断念等、色々ありましたが楽しく継続出来ればいいなと思ってます。ピーク時は400〜600/月、平均300/月かな。少なく走って、良い結果を出したいですね。原点はこの月例です。

No. 14976 坂田 尚彦さん

No. 13002 西田 浩さん

坂田さんはサブスリーランナー(自己ベスト2:58)元の会社で先輩後輩です。その頃は、西田さんをリーダーにみなとみらい辺りで練習をしていました。この夏の北海道マラソンも一緒でした。サブスリー達成出来るかは、最初の10〜15kmで大体分かります。これからは11月のつくば、来年2月は大阪マラソン。途中ハーフに出ようか迷ってます。今日もそうですが、5kmは5kmの辛さがあるのでハーフも同じです。今日は全て走ると19km。それなりに楽しんでます!(坂田さん談)



【編集後記】11月12日の穏やかな午後開催された“500回記念祝賀会”。スタッフとランナーの方々と乾杯!

42年にわたる長い長い時間には色々なドラマがあります。ママと泣きながら走っていた幼かった子が今や高校生に。仲良しのお二人は結婚されベビーを連れて。ブランクあるけれど、また走りたくなって参加。おじいちゃんとお孫さん迄三世代で参加…と本当に色々な方々と共に歩んで来ました。次は600回!を目指して我々も心新たに頑張っていきたいと思います(尚)