

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会



六月十八日夜、京都で全国ランニングセンターの総会が開催された。全体で三〇名、神奈川からは米長、今野、吉成の三名が参加。新しい方針と役員が確認された。神奈川からはこの間の活動報告と、来年の「東京・広島反核平和駅伝」の協力要請を行った。

先月の月例会(六月十九日)の日に京都で全国ランニングセンターの総会が開催されました。同時に「君原健二と鳥居健次のランニング講習会」が行われました。その報告を吉成さんからいただきましたので紹介します。

第五回全国ランニングセンター 総会と交流集会

▽▽六月十八日～十九日・京都▽▽

時間がなく発言時間は短かったけれど、全国の参加者に与えたインパクトは(反核駅伝での)は大きいものがあった。その後の交流会、宿舎での歓談、次の日の交流集会まで話題を独占した。

「一日目は東京(ポポロAC)にまかせてもらおう」
「会社をクビになっても参加する」(滋賀の約二名)
「高石ともやさんに話してみよう」(滋賀)
「私たちの広島・長崎とリレ」(北九州)
「宮城も忘れないでほしい」
「こんなセリフが次々飛び出さない」という、うれしい戸惑いのようなものを感じた。今後の具体化にすべてはかかっている。

十九日はランニング交流集会。「君原健二と鳥居健次のトークトーク」が行われ、約



【写真・右は左から吉成さん、今野さん、君原さん、米長さん】

一〇〇名が参加しました。「オリンピックから市民ランニングの現在を語る」という内容で、君原さんが東京オリンピックの頃から、現在の心境までを率直に語ってくれました。その語り口は誠実そのもので、まじめな人間性にあふれていました。

小学校の頃、勉強も運動もダメでコンプレックスのかたまりだったこと、東京オリンピックのあの挫折、ユニークな家庭スローガン……等々。オリンピックに三回出場(東京、メキシコ、ミュンヘン)し、すべてに入賞(メキシコで2位)という快挙を達成している人なんだけど、そういったことを鼻に掛けるようなところがあったくない、謙虚に生きているという姿が、参加者の感動を呼びました。

トークの中身は「スポーツのひろば」(9月号)に掲載される予定です。(吉成記)

第160回 全コース(19km)
完走合計タイム

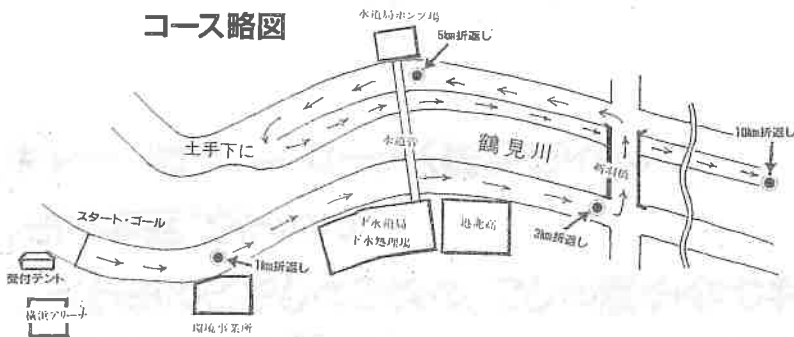
250	山上 幸夫	1:13:51
196	井山 満	1:26:37
156	小淵 勝義	1:32:18

◆核兵器廃絶、反核平和の心をつなぐ◆

94 神奈川県縦断反核平和駅伝

◇1994年8月7日◇川崎～箱根まで1国を走ります◇
◇スタート午前8時◇川崎市役所前◇参加費千円◇

コース略図



毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30	5km/9:20	
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第162回 **8月21日**





よこはま月例マラソン

第162回
'94年8月21日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

汗を流して平和の夏を



【二宮駅前で記念撮影（藤沢から参加したポポロの会長、齊藤さんも参加・中央）】

川崎～箱根

核廃絶訴え95km走破

新体連が反核駅伝

神奈川県反核平和駅伝も今年で五回目を迎えました。猛暑の夏を「平和の夏」に、川崎市役所から箱根の芦ノ湖まで今年も元気に走り抜きました。今年も三浦から藤沢市役所まで新たな参加があり、反核平和駅伝の広がりを創ることができました。来年は「東京から広島まで」反核平和の旗を掲げ、九百キロを走る計画をすすめています。

今年はいつにない「暑い夏

を迎え、湘南の第九回、神奈川の第五回反核平和駅伝が、八月七日（日）に取り組みされました。川崎から箱根までのコースに参加したのは、大学生協から四人、日立造船から三人、月例川崎から二人、横浜月例から六人の合計十五人。朝の八時に二十八度をこす暑さの中、スタートしました。各区間とも複数のランナーが「反核平和」のたすきをつなぎ、延べ五十人を越える人数で箱根・芦ノ湖まで走りました。また、今年から三浦市役所から藤沢市役所まで三十五キロの新たなコースも加わり、藤沢のセレモニーは、湘南、三浦、川崎からの参加者に加え、おおいにもりあがりました。藤沢市長、三浦市長のそれぞれのメッセージが紹介され、川崎、三浦からのランナーの紹介。そして正午の黙禱でセレモニーを終え、藤沢をスタートしました。

新体連神奈川県連盟では、来年の被爆五十周年には、東

京と広島九百キロを十日間で走り、反核平和を訴える準備を初めています。今年の夏は非常に暑く、来年の東京と広島も今年なみに暑いと、思わず「タイヘン」が実感の神奈川反核平和駅伝でした。この駅伝に参加されたランナーの方々に改めて「ありがとうございまして」とお礼を申し上げます。来年の東京と広島を反核平和駅伝には皆様の参加を心からお願いたします。

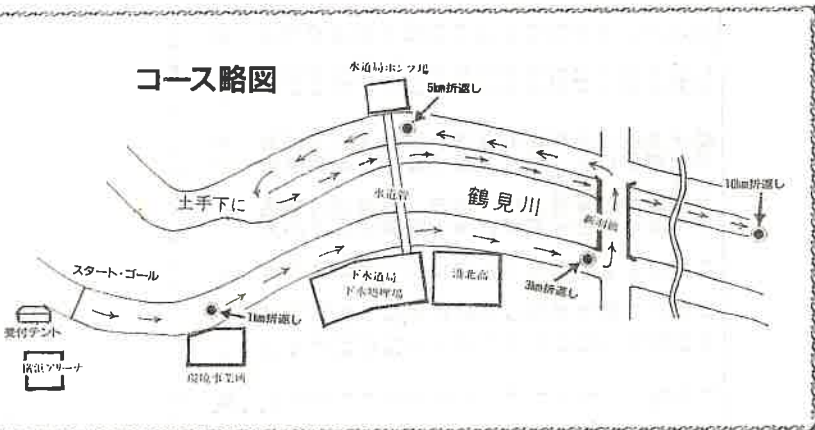
（神奈川反核平和駅伝のおおよそのコースタイムをお知らせしておきます。川崎八時スタート。以下すべてスタート時間）横浜九時二十分、戸塚十時三十分、藤沢十二時、茅ヶ崎十三時二十分、平塚十四時十五分、二宮十三時十五分、小田原十六時二十五分、湯本十七時十五分、芦ノ湖十八時二十分ゴールでした。）

《原稿掲載賞券佳木》

○月例マラソンに対する感想
ご意見○大会に参加した完走
記○私のトレーニング方法。

第161回の参加者

1k	75	名
3k	72	名
5k (A)	74	名
5k (B)	28	名
実数	128	名
(キッ)	4	名
初参加	23	名



毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30	5km/9:20	
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第163回 **9月18日**



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528



よこはま月例マラソン

第163回
'94年9月18日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

第162回月例

8/21

中止

六時三十分〜七時三十分の一時間で83ミリの
集中豪雨▽横浜気象台の記録より△

今年の夏は記録的な猛暑で横浜でも八月に入っても連日のカンカン照りが続き、雨が欲しいところでした。

皮肉にも月例の朝、開催の時間に豪雨に見舞われ、残念ですが中止となりました。

この日、六時頃は小雨程度でしたが、横浜、東神奈川で電車を乗りかえの頃はものすごい豪雨となりました。

横浜線は発車まで二十分くらい待たされました。やっと新横浜に着き、改札口を出ると、駅構内、出入口まで全面水びたしで、くるぶし迄の深さで靴の中はビショビショでした。

強い雨の中、七時半頃やると会場に着くと運営委員の皆さんは、ビルの軒下で様子を見ていました。とてもテントなど張れる状態ではありません。雷もともなう強い雨が降り続いていました。

鶴見川を見ると、いつもは土手下にみえる川の流れも、川幅一杯に増水し、怖い位でした。建設省のパトロールも出て警戒していました。



【写真上は月例スタート地点より下流方面。下は亀甲橋方面】

対岸の土手下のコースは冠水で走れないでしょう。

八時すぎ雨は小降りになってきました。運営委員の協

義の上、中止と決定しました。

十四、五人のランナーの方が集まって下さいましたが、事情を説明し散会していただきました。

八月の例会は中止ですから、通算・連続の回数はそのまま今月につなげます。

尚、よこはま月例では根岸森林公園の時、大雪のため中止になった事があり、今回で二回目です。
(佐藤)

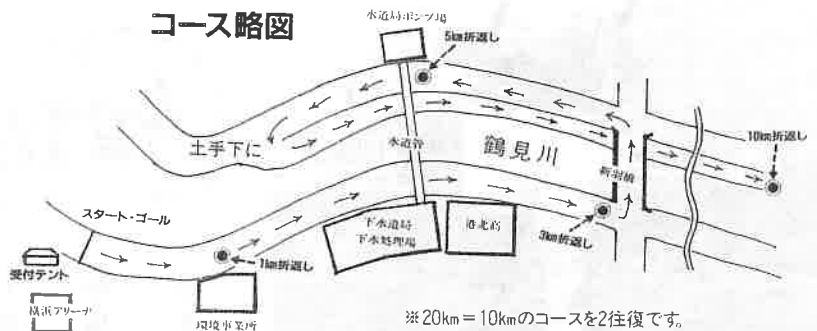


毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30 5km/9:20		
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第164回 10月16日

コース略図



※20km=10kmのコースを2往復です。



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528



よこはま月例マラソン

第164回
'94年10月16日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

今月から20キロがスタート

今月から二十キロがスタートします。月例で二十キロがはじまって今年で三年目です。全種目参加で十九キロになりますが、それでは二十キロをやってはどうか。長距離を走りたいと言う要求にも応えられるとして、始まりました。十キロのコースを二回走るので少し単調ではありますが、これからのマラソンシーズンに向かってトレーニングのひ

【写真は先月の例会から。左は不安定な空模様。下は神奈川県ランニングセンター会長の佐藤静雄さんのスタートで3キロのスタートです】



とつに加えてみてはいかがでしょうか。みなさまの参加を期待いたします。なお、体調に十分注意して下さい。途中の十キロで中止してもかまいません。

- * スタート時間
8時半頃(十キロと同時スタート)
- * コース
十キロコースを二往復

五キロのゴールと二往復めが、重なる場合がありますので、必ず《二十キロ》のゼッケンを付けるようにお願いします。また、折り返しの給水は、必ず折り返してから、左側で給水するようにお願いします。使用したコップはつぶしたりしないで、必ず道の真中に捨てて下さい。

第163回 全コース(19km)
完走合計タイム

185	遠見 幸藏	1:16:15
250	山上 幸夫	1:17:03
285	熊田 修	1:24:00
197	鹿子木宏之	1:24:27
89	河原 修	1:27:42
827	武田 清海	1:29:15
196	井山 満	1:31:01
243	福井 義喜	1:34:09
376	本間 敏朗	1:36:05
582	田中 千晶	1:38:10
583	田中 裕子	1:46:10

1994 YOKOHAMA FULL MARATHON

横浜フルマラソン

今年で三回目の横浜フルマラソンを十一月二三日(祭)に開催します。男女とも年代別部門があります。チャレンジ精神であなたもぜひ参加しませんか。

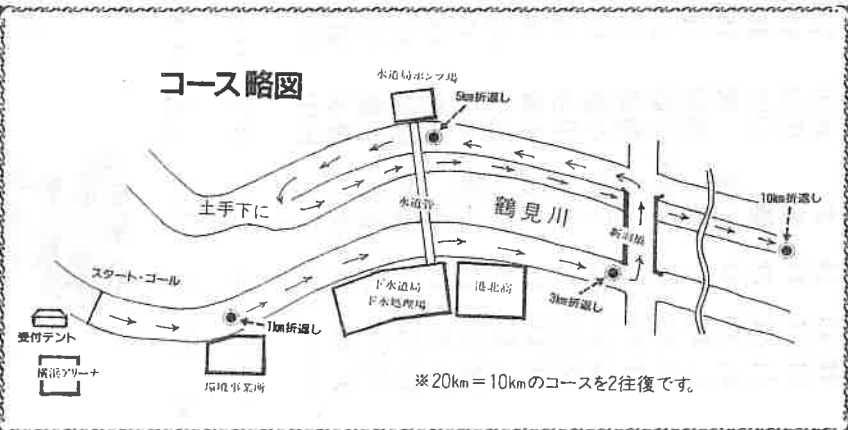
★月例ベストタイム('93.4月からの記録です)

◎ 1km	2:58	NO.591	田中 貴史(19)	'94.2
◎ 3km	10:13	NO.129	可児 国治(21)	'93.4
◎ 5km	16:44	NO.129	可児 国治(21)	'93.9
◎ 10km	34:27	NO.129	可児 国治(21)	'94.2
◎ 20km	1:16:30	NO.778	高橋 裕夫(36)	'94.2

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30	5km/9:20	
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第165回 **11月20日**



※20km=10kmのコースを2往復です。



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

おめでとう！連続賞表彰

※連続50回参加に

新たなファイトが

No. 868 大貫 彰

おはようございます、今月も宜しくお願い致します。友人に誘われてなんとなく月例に参加していたら50回を迎えていました。

私にとっては横浜月例マラソンがジョギングの始まりでしたが、10km走ることの苦しさを、この時初めて体感しました。

もともと山登りの体力強化のつもりでしたが、ここまで熱中するとは私自身びっくりしています。そうゆう事ですから、走ることはあまり好きではないこともあり50回連続といっても普段はあまり走りません。言い訳ですが、山登りのための体力作りならばこれ以上走ると逆に荷物が担



▲大貫 彰さん (44才)



▲高島 律さん (12才)

げなくなりそうで、というところで月間150km位がせいぜいですが、とは言えこまで来たらという欲が始め最近ではフルマラソンをと思っています。もちろんフルマラソンを走りきる力はまだありませんが、何時かは3時間以内を夢みています。



※30回連続記録を達成して
No. 5 高島 律

10月16日、僕は30回連続記録の記念品みたいのをもらった。ガラスでできた「たて」のようなものだった。

毎月毎月、第3日曜だけは必ず走って約2年半。10回でシャツ、20回でパンツがもらえて、ついに30回。今では1kmが4分きってるし、3kmも13分をきった。最初の時に比べ1分くらい速くなっている。でも、順位の方はそうかんたんに上がってはくれない。しかも僕と同じくらいの人が増えてきて子供の中の1位も容易ではなくなってきた。まあ、つまりレベルが高くなってきたんだと思う。まあ30回出たわけだけど、走りたくない日や予定のあった日もあったけど走り終えたときの気持ちは最高とっていいくらい気持ちいい。この瞬間のためにマラソンをしているような気がする。

これからもマラソンを続け今度は50回連続を目標にがんばりたいと思う。

第164回 全コース(19km)
完走合計タイム

196	井山 満	1:31:08
854	中村喜代克	1:33:51
123	瀬戸 忠雄	1:36:13
211	飯田 照男	1:37:46
52	有賀 喜美	1:40:31
275	鈴木 邦男	1:42:45

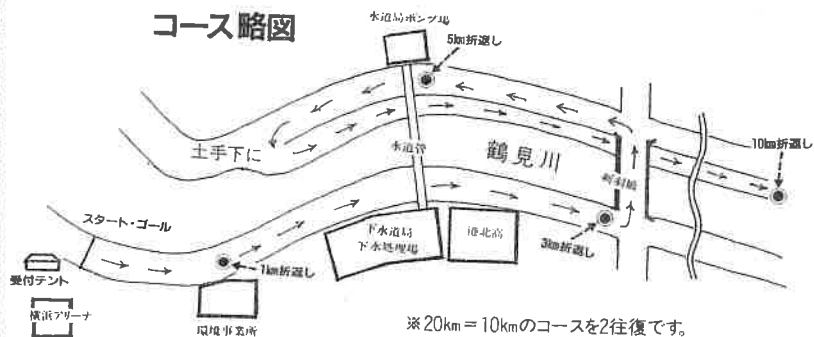
原稿募集

*月例マラソンの感想や希望
*各地の大会参加の完走記
*私のトレーニング方法 など
参加者の皆さんの投稿をお願い致します 月末までに新体連事務所あてに送ってください

★月例ベストタイム ('93.4月からの記録です)

◎ 1km	2:58	NO. 591	田中 貴史 (19)	'94.2
◎ 3km	10:13	NO. 129	可児 国治 (21)	'93.4
◎ 5km	16:44	NO. 129	可児 国治 (21)	'93.9
◎ 10km	34:27	NO. 129	可児 国治 (21)	'94.2
◎ 20km	1:16:30	NO. 778	高橋 裕夫 (36)	'94.2

コース略図



毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30		5km/9:20
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第166回 **12月18日**



よこはま月例マラソン

第166回
'94年12月18日

新体連フルマラソン122人走る



マラソン日和の大会のスタート 走る楽しさを求めて大勢の市民が参加した

1位は2時間39分33秒

県内唯一、市民の42.195km

第三回横浜フルマラソン(新体連横浜市連盟主催)が十一月二十三日、横浜市港北区の鶴見川サイクリングコースで開催された。市民向けのフルマラソン(四二・一九五キロ)大会は県内ではこの大会だけ。マラソン日和のこの日は、遠く岩手県からの遠征組もふくめ、十八歳の高校生から六十六歳の高齢者まで市民百二十二選手が四二・一九五キロの完走に挑んだ。

快晴。午前九時、横浜市港北区の新横浜駅前公園を胸にゼッケンをつけた選手が一斉にスタート。コースは、鶴見川にかかる同区新羽橋を中心に鶴見川サイクリングコースに設定した五

キロ、十キロの周回コース。この横浜フルマラソンの完走の制限時間は六時間で、「距離をのばしたい」「記録の向上をめざしたい」「フルマラソンを完走してみたい」という市民ひとりひとりのチャレンジ精神が基礎になっている。このため、「よさ早く、誰よりも早く」という競技マラソンとは違い、走る選手が疲れた選手をいたわり励ましながら走る光景が見られた。

県内の市民マラソンは、新体連神奈川県連盟が▽月例湘南マラソン(第一日曜日、藤沢・湘南サイクリングコース)▽よこはま月例マラソン(第三日曜日

横浜フルマラソン総合順位一覧

総ゼ	氏名	部	ゴール	総ゼ	氏名	部	ゴール	総ゼ	氏名	部	ゴール
001	127 河出千里	A	2.39.33	037	211 桜庭優子	G	3.48.04	073	108 重光賢治郎	A	4.26.15
002	116 小野信也	B	2.46.34	038	115 門馬勇二	C	3.48.57	074	076 吉富清剛	A	4.28.46
003	027 小野地誠	B	2.53.45	039	084 谷亀正一	C	3.50.02	075	046 阪東義久	D	4.29.09
004	100 宮崎祥司	A	3.01.29	040	028 矢沢健一	A	3.51.57	076	208 古橋和子	G	4.29.15
005	041 安藤祐二郎	C	3.06.34	041	022 山口和夫	C	3.53.10	077	207 塚原真弓	G	4.30.38
006	105 田中俊次	B	3.07.04	042	051 佐野力	A	3.53.42	078	063 岩井義正	D	4.31.11
007	069 渡辺雄之介	C	3.10.47	043	095 森雅敏	C	3.55.01	079	017 結城義正	D	4.32.24
008	125 菊地恒平	C	3.12.12	044	061 上野明夫	B	3.55.38	080	056 山口勉	B	4.33.34
009	053 及川恒平	C	3.13.11	045	047 小松洋一	C	3.56.49	081	113 斉藤貴臣	A	4.33.47
010	112 大森洋	C	3.14.37	046	023 榎本博康	B	3.58.56	082	034 真田明裕	B	4.36.18
011	092 馬場雅晴	A	3.15.46	047	068 藤井幹久	B	3.59.36	083	011 斎藤正裕	B	4.36.49
012	060 小柳洋一	B	3.16.07	048	044 山口直明	A	4.01.08	084	066 吉岡隆	B	4.38.16
013	070 吉田孝志	A	3.17.04	049	019 佐藤弘道	B	4.01.48	085	080 金子照久	C	4.40.22
014	121 田中真平	C	3.17.40	050	089 三浦修	A	4.02.29	086	033 伊藤忠幸	B	4.40.29
015	052 熊谷準平	C	3.19.22	051	122 塚原秀郎	A	4.02.48	087	007 遠藤昌二	B	4.41.48
016	085 藤田俊英	B	3.22.22	052	114 中矢喜雄	A	4.02.53	088	087 広田太郎	A	4.44.06
017	042 本間敏富	C	3.24.14	053	075 岩淵博史	A	4.03.00	089	202 畑田クニ子	G	4.45.39
018	055 渡辺富夫	C	3.26.01	054	071 若原正夫	C	4.03.22	090	040 藤巻茂一	B	4.47.52
019	006 阿部幸一郎	B	3.26.32	055	214 柴田真砂子	G	4.04.04	091	016 吉野孝敏	C	4.51.56
020	091 古茂和史	A	3.26.40	056	109 中矢雅人	A	4.05.02	092	013 馬飼野知生	A	4.52.41
021	043 江口美津男	C	3.26.51	057	037 佐藤亘	D	4.05.30	093	049 上泉五郎	C	4.55.48
022	065 金子俊一	C	3.27.17	058	212 間むつみ	G	4.05.48	094	081 小山勝之	A	4.58.00
023	024 田中洋一	D	3.27.23	059	129 村杉勇裕	A	4.07.26	095	038 千吉良茂	D	5.00.50
024	009 水梨猛郎	C	3.28.22	060	128 小林裕	A	4.07.26	096	064 山田正	B	5.01.53
025	010 矢島誠一郎	B	3.29.10	061	054 浅野茂	D	4.09.17	097	118 高木啓太	A	5.03.09
026	111 佐藤育男	A	3.29.34	062	204 生嶋鈴子	G	4.11.44	098	001 坂下義了	E	5.03.09
027	210 中村磨美	G	3.30.12	063	086 石田隆	B	4.12.27	099	203 結城昌子	G	5.05.45
028	030 岡村志明	A	3.30.54	064	079 中野正雄	C	4.12.54	100	032 成沢竹次	D	5.07.46
029	015 小川浩明	A	3.32.34	065	123 京谷匡俊	A	4.13.28	101	072 大沢将	B	5.12.11
030	106 森山良	D	3.33.09	066	073 長間定光	A	4.16.35	102	062 磯野幸治	A	5.13.44
031	097 森田利光	A	3.39.26	067	094 長谷川正浩	A	4.16.49	103	067 横山文彦	C	5.19.36
032	090 及川寛	C	3.40.40	068	103 加藤邦彦	C	4.18.11	104	025 竹田昭彦	C	5.19.36
033	096 佐川浩美	B	3.44.58	069	026 小林利行	C	4.19.12	105	124 勝野康	A	5.25.35
034	005 島田敏道	B	3.45.24	070	213 柳本欣美	G	4.20.35	106	215 清水登志子	G	5.32.32
035	093 前田陽一	A	3.45.50	071	048 塚原豊	A	4.21.27				
036	088 森嘉夫	C	3.46.35	072	036 齊藤英人	A	4.24.17				



よこはま月例マラソン

第166回
'94年12月18日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

順位	チーム名	1区 氏名 年令		2区 氏名 年令		3区 氏名 年令		4区 氏名 年令		5区 氏名 年令		6区 氏名 年令	
		区間 分秒	順位	区間 分秒	順位	区間 分秒	順位	区間 分秒	順位	区間 分秒	順位	区間 分秒	順位
11	8 横浜月例山廃	村山 訓 44	36:34	山上 幸夫 37	0:54:10	山田 正作 37	1:08:19	石渡 泰夫 34	1:38:00	斉藤 浩司 50	2:00:56	下野 興 30	2:34:09
		-	-	8	13	7	11	12	11	19	12	9	11
27	7 横浜月例本仕込	高比良美義 39	38:30	大野 光治 44	0:59:46	山形 勲 39	1:15:09	川嶋 康道 55	1:50:37	井形啓一郎 42	2:15:09	安斉 正雄 39	2:50:13
		-	-	52	38	16	27	66	33	31	31	23	27
30	6 横浜月例大吟醸	田中 篤司 46	40:37	内藤 克美 42	1:01:03	内野 光子 39	1:17:20	大戸井 隆 40	1:49:47	中村 健二 21	2:14:15	武田 清海 46	2:51:48
		-	-	36	45	33	35	31	31	28	29	48	30

- ★ エントリー148チーム
- ★ 完走145チーム



- 1区 1.0 Km
- 2区 5 Km
- 3区 4 Km
- 4区 8 Km
- 5区 6.045 Km
- 6区 9.15 Km

第十六回
河原駅伝大会
十月三十日(日)
好天に恵まれ「河原駅伝大会」が月例川崎マラソンの会場で開かれました。よこはま月例から参加した三チームは上記の通り、素晴らしい記録でゴールしました。春の横浜、秋の川崎と年に二回開催されます。月例の仲間が集まって、もっとたくさんさんのチームをつくり参加したいものです。



おめでとう!
30回連続達成

第165回の参加者

- 1k ... 75名
 - 3k ... 59名
 - 5k ... 26名
 - 10k ... 53名
 - 20k ... 14名
- 実数 125名
(キッ 5)
初参加... 11名

30回れんぞくしようをうけては、3年生の時からです。父が月例会にいらしたので、ボクもいっしょにいきました。最初は、らくだと思って走ったけれど1kmでもとても大変でした。でも今は、3kmにちょうど、いつも前回よりいいタイムを出したいと思っています。最初は、途中でやめてしまうと思っていましたが10回、20回と続きとうとう30回までいきました。次は、5kmにもちようせんとしたいと思っています。

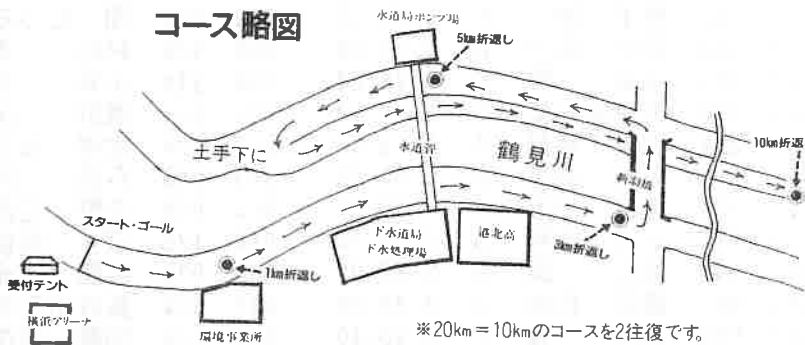
NO. 15 松倉 剛

毎月第3日曜日 午前8時スタート

- 種目 1km 3km 5km 10km 20km
- 受付 現地にて 午前7時から
- スタート 1km/8:00 3km/8:10 20km、10km/8:30 5km/9:20
- 参加費 800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円
- ゼッケン 主催者が用意します。
- 記録表彰 参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。

次回は第167回 1月15日

コース略図



※20km = 10kmのコースを2往復です。



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528



よこはま月例マラソン

第167回
'95年1月15日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

あけまして
おめでとうございませう



今年もよろしくお願ひ致します

みなさま年末、年始はいかがお過ごしでしたか。8日に行われた新春マラソンには、選手として、あるいは役員として、多くの月例関係者のご協力で無事成功することができました。心からお礼を申し上げます。

例年、年末から年始(15日まで)にさまざまなスポーツイベントが行われ、テレビはもちろんです。新聞、雑誌で大きく取り上げられました。サッカー、ラグビー、駅伝、スキー、スケートなどですが、今、そのスポーツ、とりわけJリーグをギャンブルの対象にした「スポーツ振興くじ」(サッカーくじ)をスポーツ議員連盟が今月にも国会に上程しようとしています。

スポーツ振興を口実にしていますが、売り上げの20%だけがスポーツ振興費にあてる予定です。(当選金50%、国庫納付金20%、必要経費10%)現在のスポーツ行政の貧困は、国のスポーツ振興費が二百億円程度と極めて貧困な国のスポーツ予算にあります。(国家予算の0.02%)いまやるべきことは、Jリーグにギャンブルを持ち込むのではなく、正々堂々と国のスポーツ予算をふやせの音が一番大切だと思います。ちいさな声ではあってもサッカーくじ反対の声を上げていきたいと思ひます。

新体連では現在、署名運動をとりこんでいますので、ぜひ協力をお願いします。

ことし一年、月例マラソンをはじめ、ロードレース、駅伝、フルマラソンなどに参加をお願いします。そして、なによりも被爆50年の年、東京、長崎、反核平和マラソンを取り組みます。皆様のご協力とご支援をお願いします。最後に、みなさまと、よこはま月例マラソンにとって今年がよい年でありましように心から願ひます(月例運営委員一同)

原稿募集

- * 月例マラソンの感想や希望
 - * 各地の大会参加の完走記
 - * 私のトレーニング方法 など
- 参加者の皆さんの投稿をお願いします。月末までに新体連事務所あてに送ってください。

1994年12月18日
天気 快晴
風向 北
風速 3.3 m
気温 3.8 °C
湿度 56 %

第166回の参加者

1k...56名
3k...44名
5k...22名
10k...47名
20k...12名

実数 103名
(キッ 3)
初参加...7名

第166回 全コース(19km) 完走合計タイム

188	嶋	六三	1:12:39
250	山上	幸夫	1:18:40
345	三枝	秀明	1:23:49
307	大村	康一	1:26:14
196	井山	満	1:28:52
651	川島	康道	1:29:30
145	大平	芳英	1:38:39

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目 1km 3km 5km 10km 20km
受付 現地にて 午前7時から
スタート 1km/8:00 3km/8:10 20km、10km/8:30 5km/9:20
参加費 800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円
ゼッケン 主催者が用意します。
記録表彰 参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。

次回は第168回 2月19日

No. 330 小沢 恵子
私いつかは10km

よこはま月例マラソンに、4回参加させて頂きました。同じ職場にマラソンをしているという人がいてランシャツとハーフトイツで、決まってる彼女が、1時間かけて、家に走って帰るのを、「すごいねー」と感心したり、あこがれたりして1年半みていました。身近な人の行動は、とても刺激的で私も年令や体重、身体の不調もあり「私もやってみたいな」と、じっと見ていました。

8月になったある日、三井日坊主なら月例マラソンに参加しよう!一人で走るのがつらいなら、いつも顔をあわせる走る仲間ができる...!、というコピーと共に機関紙を渡してくれました。

8月8日の夜から走り始め16日の仕事帰りに、又笑顔でその彼女が「ゆっくり走ればいいのよ、歩く位でいいのよ」と言ってくれて、その夜始めて1.1km走れて嬉しくなりました。

9月から、月例に参加させて頂き、12月で4回になり、なんと10回続けてシャツ

をもらいたいなーと思ひます。今は、1kmを7~8分くらいで、5kmがやっと走れるようになりましました。とても嬉しい気持ちです。いつか10kmが走れる様になりたいです。

月例を運営して下さいる皆さん、ありがとうございます。いつも、誰もいない何百mかをテクテク走ってゴールするのに暖かく待って下さる皆さん、ありがとうございます。

田中千恵さん一家から年賀状をいただきました。ありがとうございました。



マイロード

第168回

'95年2月19日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

連続賞の改正について

先月の運営委員会で、連続、通算の賞について矛盾点が検討され、通算賞は取りやめ、今月より連続賞の表彰を次の様に改正することが決まりました。月例参加の皆様 宜しくお願いします。

	10回	20回	30回	50回	75回	100回
連続賞	ゼッケン入りランニング	パネル写真	クリスタル香	大型パネル写真	ブロンズ	記念品



▲1月 月例のスナップ 富士をバックに力走のランナー

おめでとう!

100回連続達成



連続100回参加達成
おめでとう 浅野 茂さん (58才)
よこはま月例では、もうすっかりおなじみのランナーです。横須賀より参加の浅野さんは、いつもスーツスタイルで、月例の後は美術館めぐりという素敵な趣味をお持ちの方です。根岸の森林公園の時から参加で、8年4ヵ月、仕事の関係で何回かキケンもあ

りましたが連続を続け、昨年12月の例会で見事に100回連続を達成しました。
決して早くはないですが、ペースを守って安定感のある走りです。湘南、川崎の月例にも参加ガンバッテいます。フル100回にも挑戦中とか、どうぞこれからも健康で月例マラソンを続けられる様、期待します。

新タイトル決定

今月からニュースのタイトルが新しくなりました。
よこはま月例にふさわしい愛称がなかなか決まらなかったのですが、よこはま月例のスローガンの中にある*さあ君もマイロードへ飛びだそうより選びました。
みなさん どうでしょうか、これからも湘南の『ひろば』川崎の『河原版』に負けないように楽しいニュースをお届けしたいと思えます。
月例参加のみなさんのご協力を宜しくお願い致します。

マイロード 第168回 '95年2月19日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

阪神大震災に
救援募金の協力をお願いします

★月例ベストタイム ('93.4月からの記録です)

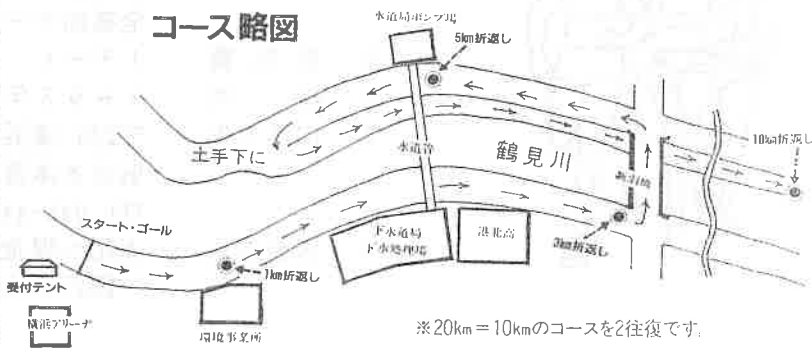
◎ 1km	2:58	NO.591	田中 貴史 (19)	'94.2
◎ 3km	10:13	NO.129	可児 国治 (21)	'93.4
◎ 5km	16:44	NO.129	可児 国治 (21)	'93.9
◎ 10km	34:27	NO.129	可児 国治 (21)	'94.2
◎ 20km	1:16:30	NO.778	高橋 裕夫 (36)	'94.2

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30	5km/9:20	
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第169回 3月19日

コース略図



※20km = 10kmのコースを2往復です。

新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528



マイロード

第169回
'95年3月19日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会



先月の月例より「上は「川」まであと少しがんばれ」「下は「キヨ」折り返し付近です」

横浜駅伝大会

春の「一日を仲間と家族で」

今年も「みどりの日」(四月二十九日)に横浜駅伝が開催されます。昨年は、過去最高の二百三三チームのエントリーがあり、横浜駅伝がランナーに定着し、楽しまれている結果だと思えます。

秋の河原駅伝(川崎)、春の横浜駅伝の年に二回開かれます。新体連の駅伝は誰でも参加できる駅伝です。

この駅伝に毎年、月例参加

者でチームをつくり参加してきました。今年も月例チームで参加したいと思えます。

参加出来る方、希望者は受付まで申し出て下さい。速い、遅い、若い、年輩、男女を一切問いません。

みんなで楽しく、お弁当や飲物を持ちより、春の一日を過ごしましょう。(駅伝参加費は月例で負担します。担当者小柳さんです。)

横浜ロードレース大会 の役員募券集束

四月九日(日)に恒例の第十三回横浜ロードレース大会が開催されます。九百五十人のエントリーがありました。

監察、給水、記録などの役員です。ランナーの気持ちがかかる人が一番です。

ぜひ、ご協力をお願いいたします。ご協力をいただける方は本部テントの受付までお願いします。(役員には昼食と交通費を用意いたします。)

第168回の参加者

1k	47名
3k	39名
5k	14名
10k	37名
20k	12名
実数	98名
(キッ)	13名
初参加	9名

第13回 湘南陸上競技大会

6月11日(日) 9:30~
県立体育センター(小田急線・善行)
種目(一般男女) 100M、200M、400M、1500M、5000M、4x100M、スI-デンリ、走り幅跳び、走り高跳び、砲丸投げ、(少年の部) 50M、100M、1500M
料費(一般) 一種目800円、二種目1,000円
(少年) 一種目500円、二種目700円、(ルー) 2,000円

1995年 2月19日
天気/快晴
風向/北
風速/6.7 m
気温/6.7 °C
湿度/36 %

★月例ベストタイム('93.4月からの記録です)

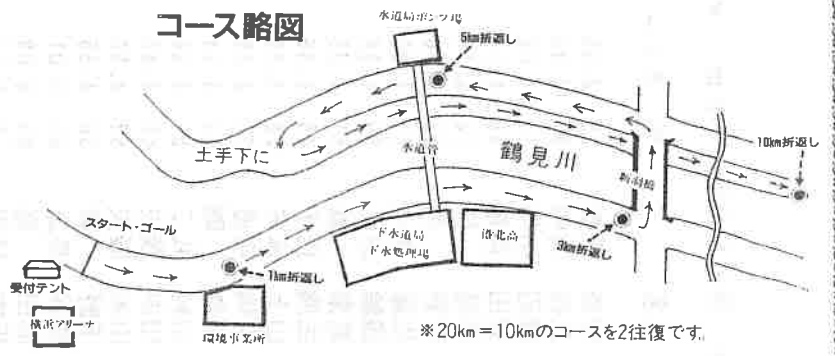
◎ 1km	2:58	NO.591	田中 貴史(19)	'94.2
◎ 3km	10:13	NO.129	可児 国治(21)	'93.4
◎ 5km	16:44	NO.129	可児 国治(21)	'93.9
◎ 10km	34:27	NO.129	可児 国治(21)	'94.2
◎ 20km	1:16:30	NO.778	高橋 裕夫(36)	'94.2

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30	5km/9:20	
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第170回 **4月16日**

コース略図



※20km=10kmのコースを2往復です。



新日本体育連盟 横浜市連盟

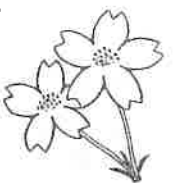
〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

月例連続参加

1000回を達成して

504 浅野 茂さん



この私の写真を見てくださーい！といってもカラーでないのが残念ですが、既報の通り昨年十二月で、月例連続参加1000回を達成し、その記念品としていただいたのが、このうす紫色の名前入ウインドブレーカーです。毎月の例会は、役員はじめ、多くの皆さんに支えられてここまでできました。ありがとうございます。会員の中には、表彰規定が途中でしか無いために、連続参加を止めてしまったご夫妻もおられると聞きました。子供だけでなく、大人にとっても、連続参加賞は励みになります。また、ゼッケン入りランニングシャツは、子供の場合に成長が早く、

身体が大きくなるとシャツが小さくて切れなくなるので、その面からもご一考をお願いいたします。佐藤さんの書いてくださった一月号の記事にもありましたように、私は決して速いランナーではありません。しかし、自分なりに何か一つでもがんばりたいと思いついて連続参加を続けています。今後も連続参加はトップを走り続けるつもりです。県下三つの新体連の月例に参加していますが時間が許す限り参加するつもりです。横浜の1、3、20km、川崎の3、5、10km、湘南の20kmと出来るだけ長距離、多項目に挑戦してゆくつもりです。川崎はもうすぐ連続50回になるつもりです。

います。現在までのフルマラソン完走は45回を数え、今後ピッチを上げて、年12回のペースでフル100回を目指します。また、年に一度は海外フルマラソンに挑戦し、来年の四月に行なわれる第100回ポストンマラソンに申し込みました。この海外マラソンが6回目になる予定です。

役員の早朝からの会場設営、記録の集計、後片づけ。その後の「マイロード」の発行など我々の目にふれないところですが大変なことだと思います。そのことに感謝しつつ、今後も月例に連続参加を続けたいと思っております。よろしくお願いたします。後へ続く皆様もがんばってください。

幸いなことに、私は昨年五月から東京都関係の仕事になり通勤は片道二時間と長くなりましたが、昼休みに20分走れ、その上温水シャワーも使えます。日頃から体調をヘストに自己管理すれば第三日曜の横浜月例マラソンは続けられるのではないかと考えています。



次回五月の例会は

恒例バーベキューです

大人二千円

子供七百円

次回(一七一回)五月の例会は恒例になつていているバーベキュー大会を開催します。家族で、仲間で、誰でも参加できます。できればおにぎりでも持って来れば、初夏の一日を楽しく過ごせると思います。飲物(ビール、お酒、ジュース)と肉は用意します。野菜やおつまみの差し入れは大歓迎です。当日は月例が終了次第始めますが、早めにレースを終了した人は準備にご協力ください。お願いたします。参加費は大人二千円、子供七百円です。(雨天決行ですお肉を前日に買ってしましますそのつもりでご参加ください)

五月の風にのって

三浦半島を走ろう

第3回マラニック

&バーベキュー

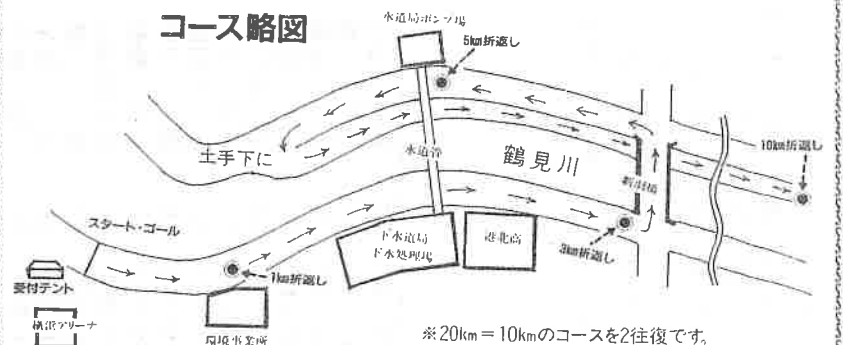
主催は三浦ランニングクラブ
五月28日(日)朝7時に
京急久里浜駅近くの神明公園
集合スタートは7時30分
参加費は三千円(ゴルフ地点
の黒崎海岸でバーベキュー12
時頃)雨天の時は30ちのみ

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30		5km/9:20
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第171回 **5月21日**

コース略図



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528



マイロード

第171回

'95年5月21日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

横浜月例マラソン

4月29日に行われた第七回横浜駅伝で横浜月例から二チームが参加しました。エントリー二九六チーム、横浜月例Aチームが堂々十位に入賞しました。



四月の29日(祭日)に行なわれた「横浜駅伝」に横浜月例から二チームが参加しました。例年雨が心配される駅伝ですが、幸い天気は恵まれ「駅伝日和」のなか二九四チームが参加(エントリーは二九六チーム)しました。

月例Aチームが2時間30分36秒で十位に入賞しました。メンバーは1区から楠さん、山田さん、高比良さん、真下さん、安齋さん、下野さん、若松さんの七名の方々でした。Bチームは2時間49分27秒で56位に入りました。メンバーは1区から黒川さん、小柳さん、嶋田さん、川嶋さん、内野さん、大野さん、小森さんの七名でした。参加されたランナーのみなさん、大変お疲れさまでした。今年のコースは土手の上を使用せず、下の舗装された所をコースとしました。記録を正確に取るために、中継力所を一ヶ所(一方通行)にして、折り返しが各区间とも違うコース設定になりました。約三百チームがエントリーすると言う日本のフルマラソンの駅伝大会です。記録の取り方、決勝、

整理と大変なことがたくさん有り、参加者に迷惑をかけたことがたくさんあったと思いますが、気がついた事や、感じた事が有りましたら一言お願いします。来年に向けてよりすばらしい大会になるように努力したいと思います。また、今年の秋に川崎で行われる、「河原駅伝」にも月例でチームをつくり参加しますので、ぜひ参加してください。(康)

駐車禁止にご協力を

月例会場周辺一帯は全て駐車禁止となっております。先月も警察が注意に来ました。とりわけ受付の前にあたる道路は、ビルの駐車場があり、駐車には十分に注意して下さい。近くに有料駐車場がありますのでそこに止めて下さい。アリーナで大きな企画がある場合はとりわけ注意が必要です。(前の道路、ビルと運送屋さんの間の道路はなるべく止めないようにお願いします。)



例会終了後

バーベキュー大会

参加費 大人二千円 子供七百円

本例会終了後バーベキューを行います。急ぎの用事のない方はぜひ参加して下さい。雨天決行です。飲物はビール、酒、焼酎、ジュース、ポカリ、ウーロン茶と水です。お肉、野菜、焼鳥、タン、レバー、やきそば、ウインナーなどたくさんあります。(準備を手伝える人はご協力をお願いします)

お願い

20km用のゼッケンは使い捨てでは有りません。一枚百円します。大事に使って下さい。

20km よこはま月例

1995年 4月16日
 天気/ くもり
 風向/ 東北東
 風速/ 2.0 m
 気温/ 13.2℃
 湿度/ 72 %

★月例ベストタイム ('93.4月からの記録です)

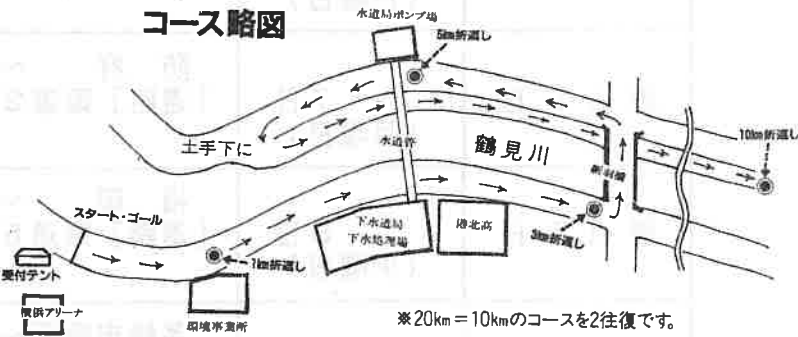
◎ 1km 2:58 NO.591 田中 貴史 (19) '94.2
 ◎ 3km 10:13 NO.129 可児 国治 (21) '93.4
 ◎ 5km 16:44 NO.129 可児 国治 (21) '93.9
 ◎ 10km 34:27 NO.129 可児 国治 (21) '94.2
 ◎ 20km 1:16:30 NO.778 高橋 裕夫 (36) '94.2

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目 1km 3km 5km 10km 20km
 受付 現地にて 午前7時から
 スタート 1km/8:00 3km/8:10 20km、10km/8:30 5km/9:20
 参加費 800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円
 ゼッケン 主催者が用意します。
 記録表彰 参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。

次回は第172回 6月18日

コース略図



※20km=10kmのコースを2往復です。



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
 TEL 045(441)2528



マイロード

第172回
'95年6月18日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

8月例会 イベント

今年の夏の予定はもう決まっていますか。8月第3日曜日はよこはま月例を計画に入れて下さい。全国ランニングセンターの事務局長が鳥井さんから大阪ランニング協会の北出祥夫さんに変わりました。かつて鳥井さんが8月に来ていただき「ランニング教室」を開きましたが、今年は新しい事務局長の北出祥夫さんをお願いして、「ランニング・ウォーキング教室」を開催します。大阪と横浜の交流を兼ねて、講習と交流を行ないます。そして、ビールを片手にマラソンの楽しさを交流しましょう。



北出 祥夫
(きたで よしお)

◆1957年7月大阪生まれ◆国士舘大学体育学部卒業◆大阪民医連「耳原風病院」に医療トレーナーとして勤務◆1994年6月全国ランニングセンター事務局長に就任◆1980年6月より6年連続別府大分毎日マラソンに出場◆フルベストタイム 2'38'03"・ハーフベスト 1'12'00"◆妻と男子2人・大阪在住

1995年5月21日 /くもり
風向/南南西・風速/5.8 m
気温/19.6℃・湿度/70%



先月(五月)の例会終了後、恒例になったバーベキュー。四十人(役員を含む)を超える人が参加しました。天気が心配でしたが、曇り空の下、約二時間に渡りバーベキューを楽しみました。「走った後のビールは最高です!」70本の缶ビールはあっという間になくなりました。肉と焼鳥、ワインナー、焼きそば、焼けるのが待ちどおしい。肉も野菜も炭火のコンロでなかなか上手に焼けている。特に焼鳥がいい売れ行き、差し入れのビール、ナッツ、サンドイッチ、漬物も大好評。缶ビール片手にランナーの話がはずみです。海外や国内の各レースの体験、故障で苦しんだ話など、あちこちに輪ができました。もう一本、もう一杯という所でタイミングよくお開きに。にぎやかな楽しい一日を過ごすことができました。

走った後のビールは最高!

第171回の参加者

1k...71名
3k...47名
5k...20名
10k...67名
20k...8名

実数 126名
(キッ 5名)
初参加...10名



5月例会1回のスタート風景

第171回 全コース(19km) 完走合計タイム

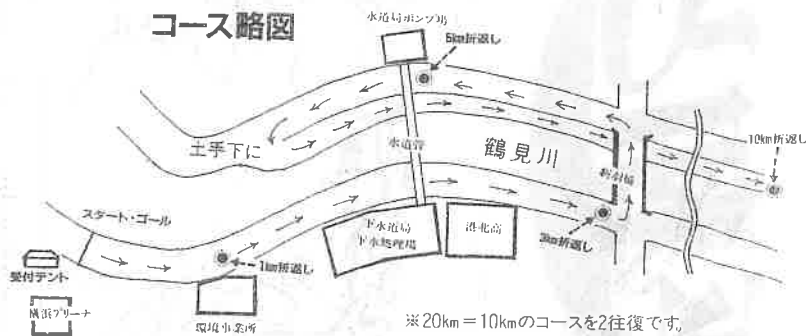
307	大村 康一	1:26:38
318	矢野 安彦	1:27:22
377	山口 勉	1:29:06
871	塩川 正夫	1:29:46
651	川島 康道	1:29:49
827	武田 清海	1:40:19
936	坂本 盛治	1:57:18

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目 1km 3km 5km 10km 20km
受付 現地にて 午前7時から
スタート 1km/8:00 3km/8:10 20km、10km/8:30 5km/9:20
参加費 800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円
ゼッケン 主催者が用意します。
記録表彰 参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。

次回は第173回 **7月16日**

コース略図



※20km = 10kmのコースを2往復です。



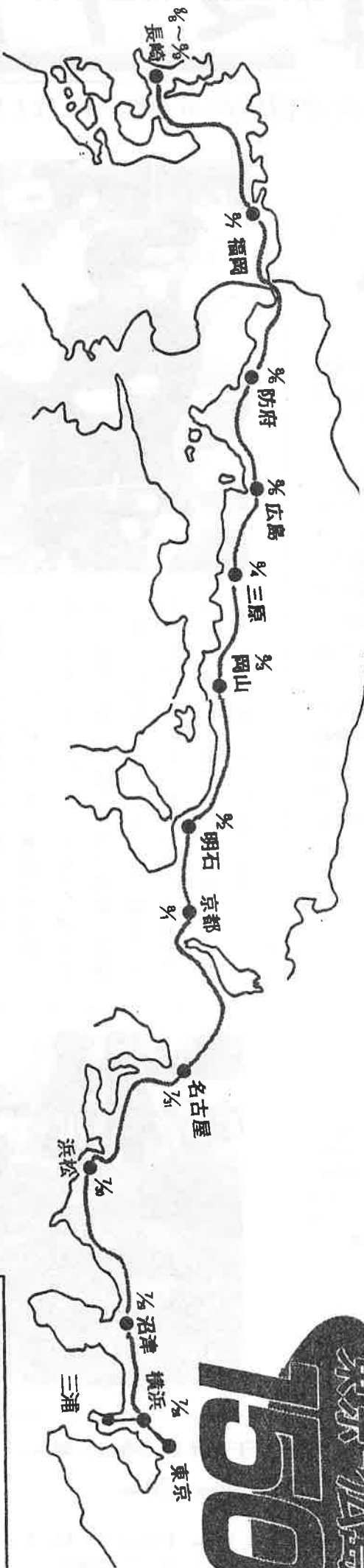
新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528

平和とともに歩きます……95夏

東京→広島→長崎

1500キロ



参加申込書

被爆50年反核平和マラソン(東京～広島～長崎) 1500キロ

(参加希望日) 7月28日、29日、30日、31日、8月1日、2日、
 ○で囲む 8月3日、4日、5日、6日、7日、8日

氏名		年齢	
住所		電話	
職場・団体		電話	

<連絡事項> 5キロの平均タイム(分)

*区間参加を希望される方は事務局まで連絡してください。

<宿泊> 次の該当する事項に○を付けてください。

- | | | | |
|-------------|------------|------------|------------|
| ① 宿泊なし | ② 28日(横浜泊) | ③ 29日(沼津泊) | ④ 30日(浜松泊) |
| ⑤ 31日(名古屋泊) | ⑥ 1日(京都泊) | ⑦ 2日(明石泊) | ⑧ 3日(岡山泊) |
| ⑨ 4日(三原泊) | ⑩ 5日(広島泊) | ⑪ 6日(防府泊) | ⑫ 7日(福岡泊) |
| ⑬ 8日(長崎泊) | | | |

神奈川は横浜市役所と三浦市役所の二ヶ所からスタート
 29日は沼津、30日は浜松まで走ります。
 キロ6分で走れば広島・長崎まで参加できます。
 被爆50年、戦後50年の節目に、核兵器廃絶をめざす
 反核平和マラソンにあなたも!!

資料の書き方をぜひどうぞ



マイロード

第173回

'95年7月16日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

'95夏
被爆50年
平和とともに走ります
7月28日～8月9日

反核平和マラソン

いいだしっぱは神奈川

暑い夏がやってきました。体に十分注意して、事故ないように走りましょう。さて、今年是被爆50年、戦後50年の節目にあたる年です。私たちは毎年、川崎～箱根間(95キロ)を神奈川県縦断反核平和駅伝を湘南の「藤沢～茅ヶ崎～平塚～湘南反核駅伝」に連帯し取り組んで来ました。川崎～箱根間の反核駅伝を始めた時から、「沼津が焼津まで走ろうか」「やがては広島まで走りたいね」と話していました。

昨年の6月に全国ランニングセンターの総会で、よこはま月例から米長会長神奈川ランニングセンター事務局長の今野さん、新体連県連盟の事務局次長の吉成さんの三人が参加し「来年は被爆50年、戦後50年にあたることから東京・夢の島から広島まで反核平和マラソンとして走りたい」と全国に呼びかけました。

福岡が応えて東京～長崎がつながる。この呼びかけに呼ばれてくれたのが、広島～長崎反核平和マラソンを10年以上も続けてきた、福岡市職労をはじめ、長崎や広島、山口の自治体労働者です。福岡市職労の横多さんが「三つか四つのブロックに分けて取り組めば必ず成功する」と昨年の暮れに東京を訪れたのが「東京～広島～長崎1500キロ反核平和マラソン」の始まりです。全国実行委員会ができたのが4月26日です。

この実行委員会には、全労連をはじめ、自治労連、国公労連、全教、新体連が参加しました。この間2回の下見を行ない、試走会も実施しました。下見には横浜市大衆走会の大野さんと月例の米長さん、藤本さんの協力を得ました。

5月31日に新体連事務所まで神奈川実行委員会を結成しました。この実行委員会には、労働組合から神奈川労連、横浜市従、神奈川国公共闘の全法務、全労働がスポーツ団体からランニングセンター、よこはま月例、横浜市大衆走会、三浦ランニングクラブ、そして新体連の9団体15名が参加して結成されました。

いよいよ28日から長崎に向けスタート準備万端とは行きませんが各府県が成功に向けた準備をすすめ、長崎まで実行委員会が結成され、参加者組織に全力を上げて取り組んでいます。神奈川は29日土曜日、そして翌日が静岡。ぜひ反核平和の運動にあなたも参加して下さい。

29日は横浜市役所へ。横浜市役所へ集合しましょう。京急黄金町駅までみんなで核兵器廃絶と原水禁世大会の成功、平和な日本のために。29日の参加目標は百名です。あなたも目指そう、目標は広島・長崎まで。

1500キロ反核平和マラソン

今度の反核平和マラソンは大変多くのお金がかかります。労働組合をはじめ参加団体が分担金を出し合って取り組んでいます。ランナーへの給水をはじめ要員の宿泊費、食事代などの不足分をTシャツ販売で補う予算になっています。ぜひ、この運動に参加することとTシャツを買っていただくことで参加することにもなります。ぜひご協力をお願いいたします。

湘南反核駅伝

8月6日正午藤沢市役所スタート

神奈川で最初に反核平和マラソンを取り組んだ湘南月例マラソン、新体連湘南地区連盟が毎年行なっている「湘南反核平和駅伝」今年も8月6日月例マラソン終了後、正午に藤沢市役所を出発します。東京～長崎の反核マラソンと日程的には重なりますが、神奈川の運動として重要な取り組みです。東京～長崎のマラソンはちよつと広島を走っていますが神奈川と連帯してぜひ成功させましょう。

第172回の参加者

1k...79名
3k...61名
5k...15名
10k...66名
20k...名

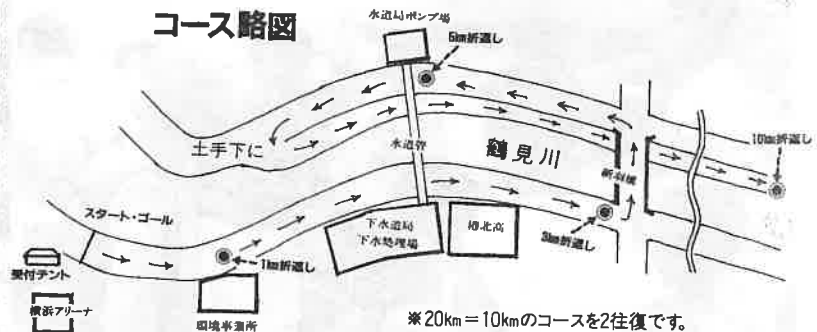
実数 119名
(キツ 5名)
初参加...9名

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目 1km 3km 5km 10km 20km
受付 現地にて 午前7時から
スタート 1km/8:00 3km/8:10 20km、10km/8:30 5km/9:20
参加費 800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円
ゼッケン 主催者が用意します。
記録表彰 参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。

次回は第174回 **8月20日**

コース略図



*20km=10kmのコースを2往復です。



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528

第173回
92年7月18日

暑い夏はビールと音楽

北出祥夫のランニング教室

8月20日 10:30~11:30

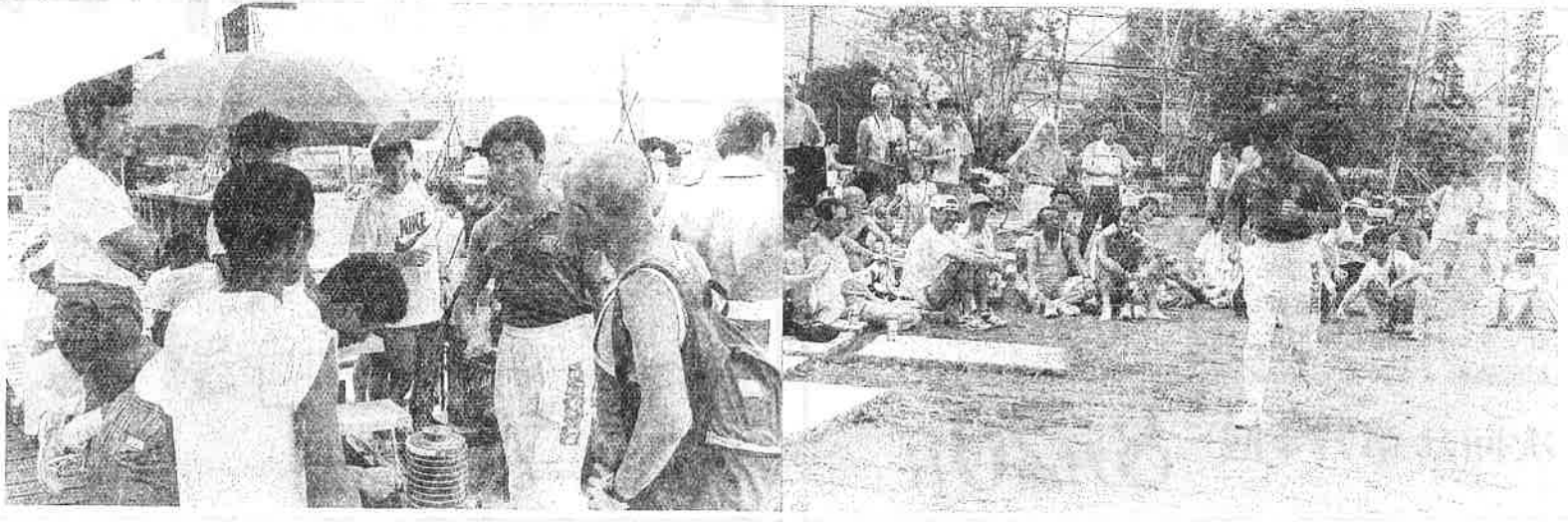
—昨年に行なったランニング教室をまた開きます。暑い暑い8月ですがシーズンに向けたトレーニングや故障の克服など大切な時期が夏の今です。正しい歩き方からランニングまでの幅広い内容を短時間ではありますが月例終了後教室を開催します。

講師には全国ランニングセンターの事務局長「北出祥夫」さんをお呼びしています。すでに7月のニュースでお知らせのように北出さんは84年に新体連泉北ランニングクラブ会長、93年大阪ランニングセンターの事務局長、94年6月に全国ランニングセンターの事務局長に就任されました。

また、大阪ランニングセンター会長の藤川さんもごいっしょに来られますので、教室終了後に大阪のランニング活動を学び、交流を行ないたいと思います。みなさんの参加をお待ちしています。

※参加費は必要ありません。ただし、ビール代はいただきます。おつまみ持参歓迎します。

—昨年の鳥井健次さんのランニング教室のスナップ



大阪府内河内郡 025
0421(TEL) 240 227

豊野市 豊野会館4F





マイロード

第174回
'95年8月20日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会



被爆50年戦後50年の節目の今年、東京・広島・長崎の1500キロ「反核平和マラソン」が実現しました。
7月28日(金)の東京・夢の島で行なわれた出発式には約五百人が参加しました。あいさつにたつた実行委員長の前田さんは「核兵器はスポーツと絶対に相容れない。スポーツは平和とともに」をスローガンに東京から広島、長崎の1500キロを核兵器廃絶、被爆者援護、原水禁世大会成功を訴え走り抜きます」と訴え、激励に駆けつけた高石ともやさんは歌で私たちに励ましてくれました。

基地県神奈川のおびかけ 反核平和をつないだ 東京・夢の島・広島 長崎へ1500キロ



この反核平和マラソンには、月例の米長さん、一般参加者から竹田さんが長崎まで参加しました。また、写真でおなじみの伊藤さんが長崎までの全日程に参加されました。伊藤さんは記録を残す上で貴重な存在で、毎日写真を取り続けました。よこはま月例からは、藤本さん、佐藤さん、大野さんが広島までの十日間参加しました。他にも多くの方々が浜松や京都、あるいは京都から、広島からと月例関係者を中心に、神奈川から参加した多くのランナーが今度の反核平和マラソンを成功させる上で、大きな役割を果たしました。とりわけ、関西から広島にかけて神奈川の参加者の果たした役割は全体を通して大きな評価を受けました。

嵐を乗り越えて

私は山口の防府から長崎までの3日間を給水を担当しながら参加しました。なぜか、東京を出発してか一日も雨が降りません。九州の夏も大変暑い毎日が続きました。山口県は山と田圃、そして瀬戸内海が見え隠れして、暑さも感じませんでした。関門海峡を渡って北九州に入るとなぜか暑く感じました。でも、門司や東八幡では感動的な歓迎を受け、暑さも吹き飛びました。福岡市内は東京、横浜と変わりがないほど大都会でした。佐賀県に入るとどこまでも佐賀平野がつづき、風も少なく暑さも強烈に感じました。長崎が近づき、最後の峠「間の瀬」は通称「魔の瀬」という位急な坂でした。この峠を越えると川平小学校に着き、長崎の平和公園まで残り5キロの所まで来ました。十二日におよんだ1500キロの反核平和マラソンもいよいよゴールです。平和公園の銅像を前に到着集会は非常に感動的でした。
無事に1500キロを走り切れたことに心から感謝。ご協力いただいた、ランナー、役員、各地の関係者のご協力に改めてお礼を申し上げます。ありがとうございました。(康)

角田重夫さん安らかに

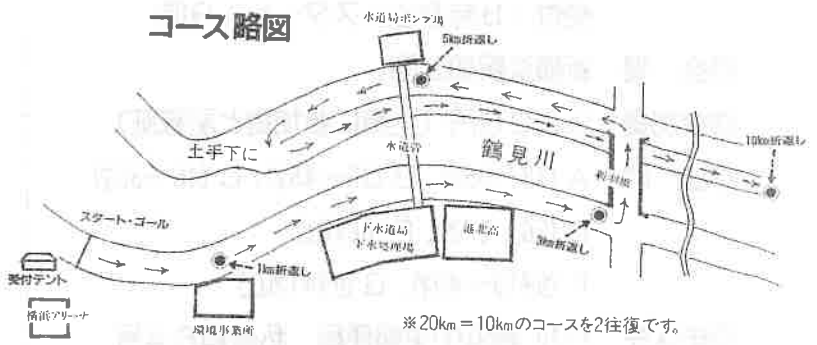
月例湘南マラソン運営委員長
去る8月2日に月例湘南マラソンの角田重夫さんが死去されました。山での事故死という、突然の訃報で、いまだに信じがたい思いでいっぱいです。いつも笑顔で、大会の役員の先頭にたって活躍されたことが忘れられません。心からご冥福をお祈りいたします。

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30	5km/9:20	
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第175回 **9月17日**

コース略図



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528

暑い夏はビールと爽流

北出祥夫のランニング教室

本日の月例終了後すぐです

本日例会終了後、ランニング教室を開催いたします。暑い暑い8月ですがシーズンに向けたトレーニングや故障の克服など大切な時期が夏の今です。正しい歩き方からランニングまでの幅広い内容を短時間ではありますが、月例終了後教室を開催します。

講師には全国ランニングセンターの事務局長「北出祥夫」さんをお呼びしています。先月から、告知してありますように、北出さんは84年に新体連泉北ランニングクラブ会長、93年大阪ランニングセンターの事務局長、94年6月に全国ランニングセンターの事務局長に就任されました。

教室終了後には相談、質問に具体的に答えていただきます。また、大阪のランニング活動を学び、交流を行ないたいと思います。みなさんの参加をお待ちしています。

※参加費は必要ありません。ただし、ビール代はいただきます。おつまみ持参歓迎します。

ランニングスケジュール

横浜フルマラソン

- ◎日時 1995年11月23日(木・際)
受付：8時から スタート：9時
- ◎会場 新横浜駅前公園
- ◎参加費 3000円(全員に参加賞と記録証)
- ◎部門 A(18~35才)、B(36~45才)、C(46~55才)
D(56~65才)、E(66才以上)
F(女子18~40才)、G(女子41才以上)
- ◎申込先 〒220 横浜中央郵便局 私書箱64号
新日本体育連盟・横浜フルマラソン係
TEL045-441-2528 FAX045-441-2529
- ◎締切り 11月6日(月)当日消印有効

河原駅伝大会

- ◎日時 1995年10月29日(日)
受付：11時から スタート：11時30分
- ◎会場 川崎古市場陸上競技場(多摩川世クリンコース)
- ◎表彰 男子1位~10位、女子1位~3位
区間賞、特別賞、参加チームに後日記録集
- ◎参加費 15000円
- ◎申込先 〒220 横浜中央郵便局 私書箱64号
新日本体育連盟・河原駅伝大会係
TEL045-441-2528 FAX045-441-2529
- ◎締切り 9月29日(月)当日消印有効
詳しくは実施要項による



マイロード

第175回
'95年9月17日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会



先月(8月)の月例で新体連ランニングセンター事務局長の北出祥夫さんを大阪から来ていただき、ランニング教室を開きました。暑いあつーい夏の炎天下で2回目のランニング教室を

ビールと交流

暑い夏は



ランニング教室

北出祥夫さんの

開きました。8月20日は8時30分で30度を超え炎天下では35度を超えていました。10キロは中止、5キロを2回行ないました。

暑中見舞いを月例参加者に教室の開催のお知らせと合わせ、400通郵送しました。その成果が月例当日には約百五十名が参加しました。講習会には50名を超える参加者が北出さんのランニング教室に参加しました。

前半はストレッチを中心に、体を十分にほぐし、レースが終了したら行なうべきメニューを実際に体験しました。ランニング教室では、コースに出るランニング講習会を行ないました。

約一時間の講習会の後、ビール、ポカリで喉を潤しながら、質問に答える形式で参加者と交流を行ないました。質問には「フルマラソンに参加する二日前、前日の夕食は何を食べるか」、「練習はどのくらい行なっているのか」など具体的なものが多く、実践的な話がされていました。

北出さんも自宅のそばで月例マラソンを大阪の堺で主宰しているそうです。月例の運営の大変さや、クラブ運営が競技志向になったり、実際の活動ではなかなか大変だそうです。

大阪と横浜の交流が十分とはいきませんが、暑い時期に多くのランナーに参加していただき、学習と交流ができた



たものと思います。

今後時期や記念の行事として行なう予定です。今年は反核平和マラソンが東京から長崎まで走り、各地の新体連、ランニングセンター、ランニングクラブとつながりが広がりましたので今後の活動に役立てたいと思います。

月例マラソンが行なわれていた頃とも交流を広めるうえで貴重な取り組みであったと思います。

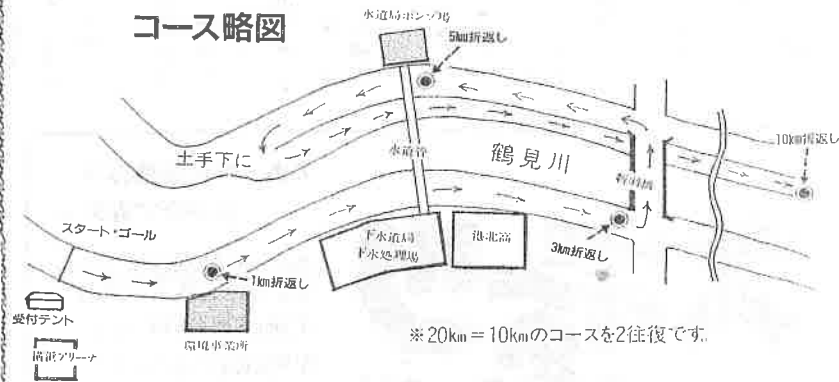
大阪は反核平和マラソンを一九八二年七月に、全国に先がけて大阪城公園から京都の二条城までの平和マラソンを実施したのがスタートです。この取り組みは滋賀、京都、和歌山などを含む関西反核平和ランニングへと発展し定着してきました。今度の反核平和マラソンを支えた力になりました。

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目 1km 3km 5km 10km 20km
 受付 現地にて 午前7時から
 スタート 1km/8:00 3km/8:10 20km、10km/8:30 5km/9:20
 参加費 800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円
 ゼッケン 主催者が用意します。
 記録表彰 参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。

次回は第176回 10月15日

コース略図



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528

反核平和マラソンマイル

セツケン・159 米長政明さん

7月28日午後1時30分、東京・夢の島の第五福竜丸前をフオークシンガーの高石ともやさんを先頭にスタート。このマラソンは記録や順位を争うのではなく、反核平和を訴え、東京と広島と長崎1500キロを12日間で走り抜きます。「反核平和マラソン」は1区間約5キロをタスキでつなぐリレーマラソンである。したがって参加者は「一区間だけ走る人」、「京都まで」、「広島まで」とさまざまである。

私と竹田氏は東京から長崎までの通しランナーです。通過する都府県、市の対応もさまざまだが、非核都市宣言の役所では到着セレモニーがあったり、予定時刻より遅れたりして、場所によってはランナーにかなりのスピードが要求されたりした。



↑高石さん

↑米長さん

反核平和をアピールして、一人でも多くの人に、反核平和の意識を高めてもらおうというところにあると思う。

ポポロAC会長の斎藤弘氏と楽走会の大野光治氏が「反核平和マラソンマイル」を決め、「おはようございます」「今日は、反核平和マラソンです」「東京から走ってききました」「広島・長崎まで走っていきます」と笑顔で手を振って沿道の人々に呼びかける。すると「がんばって」とか「暑いさかい、気をつけてーや」などたくさん声援が返ってくる。ドライバーはクラクションを鳴らし、手を振ってくれる。まさにランナーと沿道の人と一体となった反核平和運動だ。お二人の素晴らしいさに改めて感動した。東京、神奈川組で私と竹田氏のほかは広島までのマラソンになったが「反核平和マラソンスマイル」は長崎の平和公園までつづけた。

8月9日、原水禁世界大会の壇上で、東京と広島と長崎1500キロ完走を和食昭夫全国実行委員長が報告すると満場割れんばかりの拍手があった。「ああ、やっとここまで来た」と胸に込み上げてくるものがあった。

(新横浜走友会会長)



↑第5日 滋賀県庁前で挨拶する山田敬蔵氏

反核平和マラソンに参加して

セツケン・331 佐藤伊亮さん

今年には戦後50年、広島・長崎の被爆50年の節目の年です。核兵器のない平和な世界の実現を願う「被爆50年反核平和マラソン・東京・焼津・広島・長崎1500キロ」が実施されました。

私もよこはま月例の仲間と共に参加しました。新体連のスローガン……「スポーツは平和と共に」に賛同し、ランナーは走ることを通じて反核平和をアピールしようという事です。好きなランニングで役立つ事ができれば自分にとっても節目の年、広島まで走ってみようという新たな挑戦です。

7年前からよこはま月例マラソンでは、この時期に川崎から箱根・芦ノ湖まで反核平和駅伝として取り組んで来ました。そして真夏の炎天下を走るトレーニングも積んできました。

7月28日午後、東京・夢の島から、グストランナーの高石ともやさんも参加、にぎやかに広島、長崎に向けてスタートしました。東京から長崎までの全コースは米長さん、竹田さん、広島までは私も含め5名です。通過する各都府県のランナーは合計で千名を越すという、大きな広がりを見せました。

山田敬蔵さん、鈴木紀子さんも賛同し、一緒に走りました。平均5キロごとの区間を無理のないスピードで、十分に給水を取りながら、反核平和のセツケンを付け、タスキをリレーして走りました。

連日30度を越す猛暑の中を各地の大勢のランナーと共に、汗を流しました。沿道の市民やマイカー、トラックからも盛んな声援を受け、気持ちよく走れました。市街地はかなり暑いですが、田園地区や川沿いの道は風がふき抜け汗の顔に心地よい気分です。焼津にある久保山愛吉さんのお墓にも御参りしてきました。

印象に残るコースはいくつかありますが、特に大震災の西宮・神戸地区はまだ、歩道に亀裂が残り、走りにくい所が多かった。高速道路が切断され、ねじれた状態を見ると地震のものすごさが実感できます。そんな中で、地元民商のお母さん達は、冷たいおしぼり、冷えたトマトの差し入れで給水に協力して下さいました。ランナーはみんな感激です。本当においしいトマトでした。

全般的には、各地区の実行委員会がコースやタイムの設定や運営、給水をしっかりやって下さり、我々ランナーは大した事故もなく無事に完走できました。どうもありがとうございます。新聞やテレビで報道されている様に核兵器をめぐる世界の動きは、中国が核実験を行ない、フランスもムルロア環礁での核実験の再開を強行するなど核軍縮に逆行する状況も出てきています。唯一の被爆国として地球上から核兵器をなくせという『核兵器廃絶』の声をさらに大きく上げよう。

(よこはま月例マラソン運営委員)



FSGT国際平和マラソン大会

への新体連代表派遣募金のお願い

このたび新体連は、フランス労働者体育連盟(FSGT)が主催する国際平和マラソン大会に代表派遣をすることとなりました。代表団は、被爆50年の反核平和マラソンの取り組みに重要な役割を果たした福岡実行委員会のメンバー4人で構成、派遣することとなりました。国際平和マラソンへの派遣は、中国、フランスの核実験をこれ以上繰り返させないためにも積極的な意義があります。派遣費用のほとんどが本人負担となります。募金にご協力をお願いします

スポーツする世界が 広がるマガジン

スポーツの びろば

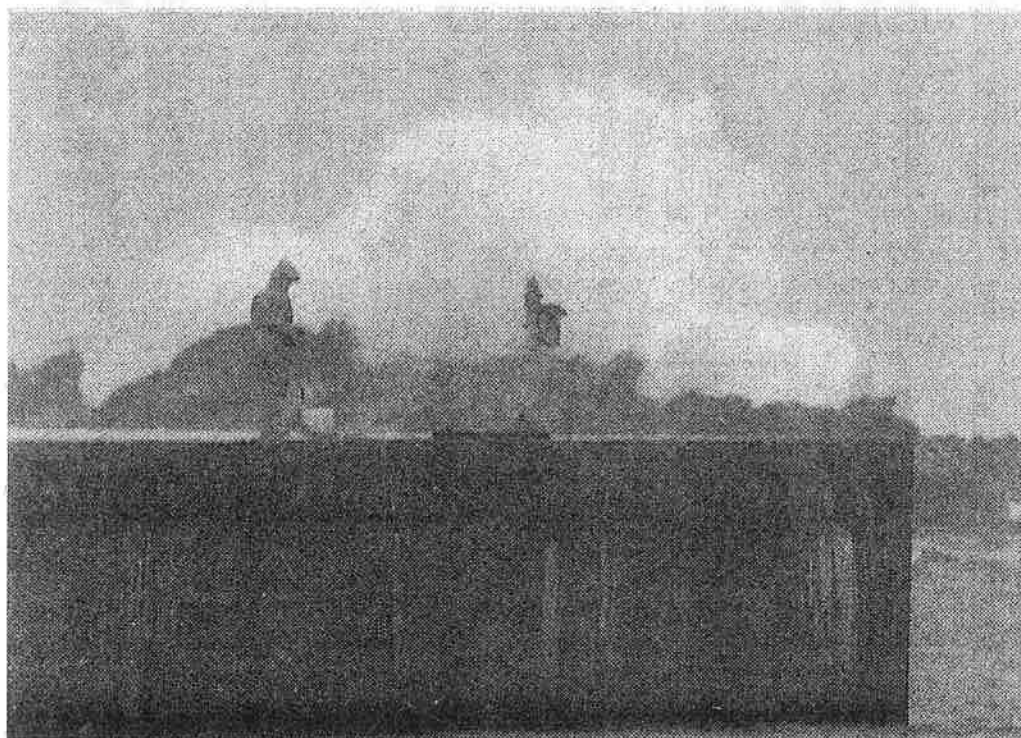
好評発売中
定価500円送料76円
年間購読料6,900円
(郵送料を含みます)
発行 新日本体育連盟
申し込みは受付が
新体連事務所へ
TEL 045-441-2528へ



マイロード

第176回
'95年10月15日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・よこはま月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会



大型台風接近で大波が打ち寄せる三浦海岸（16日午後4時すぎ）

戦後最大級の台風接近 台風12号で9月例会中止

関東地方に接近した台風としては、戦後最大級の大型で、強い台風12号は未明から強い風と雨をとめない、月例の当日は家を出るのも恐いくらいでした。前日に中止を決めるわけにもいかず、当日の朝に現地判断としました。数人の役員と参加者が集合しました。8時の時点でこれからさらに台風が接近することが分かっていましたので、安全を考えて9月の例会を中止としました。昨年、8月の集中豪雨に続いての中止となりました。連続、通算はそのまま継続されます。

関東地方にとって「戦後最大級」という台風12号の接近で、首都圏を中心に東日本の各地は16日、時間がたつにつれて緊張感が高まった。三連休のさ中というのに、繁華街や行楽地は、客足がはたまりと止まり、あちこちで、暴風雨対策に追われる姿が見られた。ふだんの土曜日なら、買い物客などでごった返す東京・豊島区のJR池袋駅周辺でも、徐々に風が強くなってきた午後には、潮が引くように人波が減った。

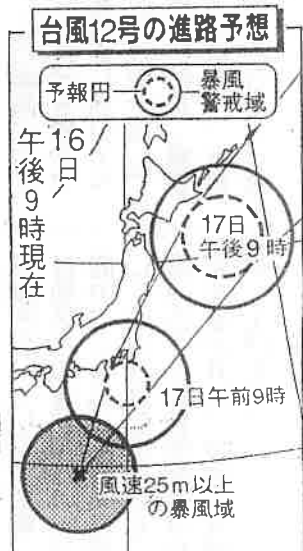
同駅西口の東武百貨店池袋本店では、「風が強くなる前」と、約二十五人が垂れ幕六本を巻き上げ、午後からは屋上の遊具場も閉鎖した。通帯は閉店まで混雑する店内も、「今日はお客さんの引きがいつもより早い」という事態。練馬区の遊園地「豊島園」では、雨で「サイクロン」などコースターの運転を停止した。入園者も約千人と

閑散、きょう十七日は臨時休園することに決めた。一方、東京消防庁は十六日午前九時に水災警防本部を設置。その後、台風の接近にもなつて順次警戒体制を強化し、午後九時には、各消防署に対し、勤務時間外の職員の半数を招集する「第三非常配備態勢」を発令、計一万二千七百五十二人で警戒にあたった。第三非常配備態勢は、一九五八年九月二十六日の「狩野川台風」（静岡県を中心に死者八百八十八人、行方不明者八百八十一人）以来、三十七年ぶり。

昨年七月の大雨で床下浸水の被害が出た中野区の野方消防署では、折り畳み式の二艇のボートを組み立て、倉庫からスコップや土のう用の袋四百袋を搬出。中野区役所など近くへの河川の状況などの情報交換に入った。また、千葉県の房総半島南岸部の漁港では、巻き網漁船を強風から守るため、岸壁から離してロープで固

37年ぶり「非常態勢」 消防庁

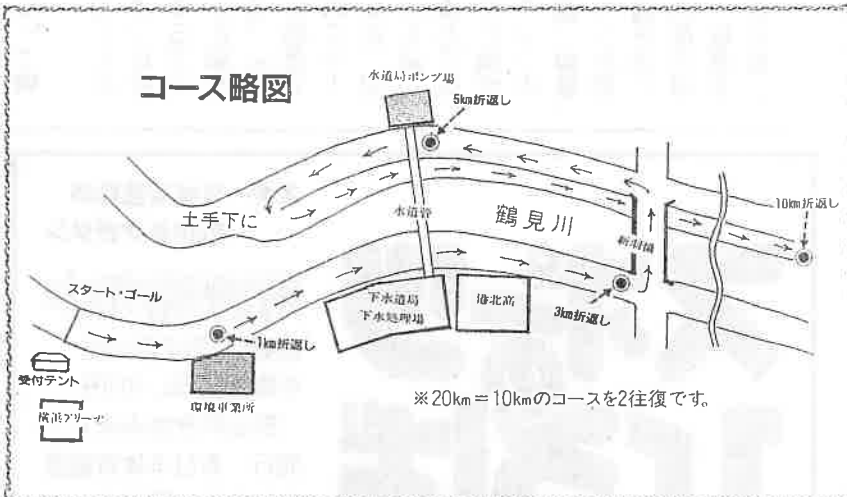
「戦後最大級」にピリピリ



毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて 午前7時から				
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30		5km/9:20
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30、50回連続賞。				

次回は第177回 **11月19日**



夢の島から長崎まで

神奈川から参加した竹田昭彦さん

感謝祭の十一・二〇日開催

七月二十八日午後一時半、反核ランナーは第五福竜丸（東京夢の島）前を出発した。

私と共に長崎まで行く米長政明さん、広島まで行く人達、フォーク歌手の高石ともやさん等、百余名のランナー達と走り出す。炎天下が続くであろう毎日、最後まで行けるだろうか、不安と決意が交差していました。

三十日午後、岡部町（静岡）で本隊のコースから分かれ、十余名の入道と米国のビキニ環礁の核実験により被爆死した第五福竜丸通信士の久保山愛吉さんの眠る焼津（アキコ）へ行きまし。久保山さんの墓前に反核平和のタスキとフランスの核実験反対のハチマキを捧げ、核兵器廃絶の誓いをしました。八月五日、広島市の平和公園まであと5キロに迫ると、父が戦死し、ひもじかった幼年期の戦争体験と原爆犠牲者の悲愴さが重なり、広島まで来たんだなあと、感情がこらえきれず、そこまでみせなかつた涙が止めどもなく流れ出てきました。

七日の昼、関門トンネルを通って九州に入ると、家々から人が出て来られ私たちに手を振り、声援された事には驚きました。こちらのランナー達が、広島と長崎間の反核平和マラソンを十年も続けてきた賜です。

八日午後4時過ぎ、急な上りがあり口も続く「間の瀬」峠を走り越えると、間もなく長崎市内に入りました。すると歩行者から、ドライバーから、盛んに手が振られ、蓄積した疲労も一気にフツ飛ぶ感激でした。

九日の朝、平和公園から市役所まで走り、市職員原爆犠牲者慰霊祭に参列

し、慰霊碑に千羽鶴を捧げ、献花し、犠牲者の冥福を祈りました。

その後、原水爆禁止世界大会が開催されている市民会館へ走り、その壇上で全員が紹介され、新しい分野に広がった反核ランナーの役割が称賛される栄誉を受けました。

反核ランナーの

広がりを見て願って

東京と広島間の反核平和マラソン計画案を初めて知ったのは、89年元旦の湘南月例マラソン（神奈川）の時でした。

実現したら、との思いから投稿した

「神奈川県縦断反核駅伝を走って」が本誌の90年十一月号に掲載されました。

この中で、「この計画は大変遠大で、困難きわまりないようでもあるが、平和とスポーツを愛する人達は、きつと実現し、日本の反核平和勢力の形成に大きく貢献するに違いない」と書きまし

た。それが実現し、千二百名を越えるランナー達と、これを支える数え切れない人達の手でタスキは受け継がれ、

1500キロの旅が無事に成功したものです。今回の総括と今後の取り組みについては、実行委員会の判断により

ますが、ぜひ運動の輪を広げ、核兵器廃絶まで続けていきたいと思ひます。

1500キロを支えて下さった人達の大変な苦労、地方自治体の方々の歓迎とメッセージ、ランナー達の喜びと

不満、マスコミの関心と取材、等々つぶさに知りました。

ランナーの走りたい要望と反核平和マラソンの趣旨を統一した安全な走行の遵守、スポーツ愛好者や各地域での

賛同が大きく広まること、運動の広まりと共に費用の充ちも出来る

だろう事など、今回の教訓は汲めども尽きない宝だと思ひました。（スポーツのひろば10月号より転載）



95年夏 私の戦後五十年

セツケン651

川嶋 康道さん

じりじりと照りつける真夏の炎天下を仲間と共に反核平和マラソン「核兵器廃絶」、「東京と広島と長崎」のゼッケンを胸と背につけ、受け持ち区間をタスキリレーして行く。上り坂が続くとさすがに苦しい。汗がしたたり落ちる。やっと給水ポイント、水のうまいこと。頭から水をかぶり、また、走る。松並木の下、蝉しぐれの中を走る時は一服の涼しさを味あう。箱根越えの下り坂では、今までの暑さとは打って変わり、ひんやりとした霧雨の中を「ひぐらし」の澄み切った声を聞きながら快調に走る。中継地点に着いてタスキを渡すと全身から汗が吹き出してくる。宣伝カーが先導し、時折「原爆許すまじ」の音楽が流しながら、反核平和をアピールし、後続のランナー達

が広島、長崎を目指して走っていることを伝える。すると、通行人からも、沿道の家からも顔を覗かせた人々からも、声援を送ってくれる。疲れも吹っ飛んでしまふ瞬間だ。こちらからも道行くや、走行中の車の人にも声を掛け、手を振り、アピールして進んで行く。そして一日の最後の区間は、ランナーのほぼ全員が参加して、女性陣を先頭にゆつくりペースで集団となり、反核平和をアピールして、その日のゴールにたどり着いた。私は横浜市役所から名古屋市役所までの330キロ区間（7/29-31）の反核平和マラソンに参加した。

戦後50年の節目の年、未だに世界中で紛争が絶えないが、一日も早く世界平和が実現することを願ひ、ランナーとして体現でき、走ることを通して反核平和を訴えることが出来たと思う。汗まみれにはなつたが、充実した三日間を終え、快い疲労感と爽快感にひたりながら、名古屋駅から「ひかり」で帰路についた。

今回は、ランナーとして走ることに専念できたが、裏で支えて下さった受持ち地区の各役員、サポートする方々のご協力があつて初めて実現した事を思つ時、感謝の念で一杯である。心からお礼を申し上げたい。特に主唱者である米長さんは東京・夢の島のスタートから長崎の平和公園のゴール迄、完走された。最後は体重が何キロも減っていたと聞く。並の精神力、体力ではない。同じく最後まで記録作りに執念を燃やして取り組まれたカメラマンの伊藤さん。そして、企画、立案、募集各市区との連絡調整からマラソンの期間中ゴール迄、終日事務局の責任者として尽力された市川さん、その他の役員の方々に御苦労をねぎらい、敬意を表すると共に、今回の大成功をお祝い申し上げたい。

今月より

20km再開します

スタート時間は8時30分予定

スポーツする世界が
広がるマガジン

スポーツ ひろば

好評発売中

定価500円送料76円

年間購読料6,900円

（郵送料を含みます）

発行 新日本体育連盟

申し込みは受付か

新体連事務所へ

TEL 045-441-2528へ



マイロード

第177回
'95年11月19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/後援 横浜市教育委員会



はぜひあなたも参加を。次
のも楽しいものです。参加者
でチームを造り参加する
りませんが、月例参加者
た。クラブチームではあ
り、毎年参加してきまし
秋の河原駅伝に有志を募
り、毎年参加してきまし
た。クラブチームではあ
りませんが、月例参加者
でチームを造り参加する
りませんが、月例参加者
た。クラブチームではあ
り、毎年参加してきまし
秋の河原駅伝に有志を募
り、毎年参加してきまし
た。クラブチームではあ
りませんが、月例参加者
でチームを造り参加する

柏木清宏、5区山形勲、
6区川嶋康道のみなさん
でした。横浜月例マラソ
ンでは、春の横浜駅伝と
秋の河原駅伝に有志を募
り、毎年参加してきまし
た。クラブチームではあ
りませんが、月例参加者
でチームを造り参加する
りませんが、月例参加者
た。クラブチームではあ
り、毎年参加してきまし
秋の河原駅伝に有志を募
り、毎年参加してきまし
た。クラブチームではあ
りませんが、月例参加者
でチームを造り参加する

河原駅伝大会は10月29日(最終日曜
日)月例川崎マラソンの終了後、同じ
会場で開催されました。よこはま月例
マラソンから参加した女子チームが堂
々の2位に入賞しました。タイムは3
時間6分22秒でした。(ちなみに優勝
チームは「はなみずき」で2時間57分
4秒でした)参加したランナーは1区

河原駅伝大会 月例女子チームが2位に入賞

10月29日・142チームが参加

松橋幸子、2区重田利恵、3区伊規似
、4区内野光子、5区鈴木利子、6区
石川美恵子の6名の方でした。総監督
の小柳洋一さんは「最初から優勝をね
らい、予想どおりの2位入賞でした。
次回は出来れば優勝したいです。でも
今回は月例川崎から、佃さんと鈴木さ
んの力をかりました。また、男子はA
チームが惜しくも11位、
Bチームは32位。みなさ
んがんばってくださいました」
男子はAチームがタイム
2時間39分38秒で11位。
ランナーは1区真下守之
2区斎藤浩司3区天野剛
4区黒川栄三5区山田正
作、6区高比良美穂Bチ
ームがタイム2時間56分
46秒で32位。ランナーは
1区大戸井隆2区武田清
海、3区小柳洋一、4区
柏木清宏、5区山形勲、
6区川嶋康道のみなさん
でした。横浜月例マラソ
ンでは、春の横浜駅伝と
秋の河原駅伝に有志を募
り、毎年参加してきまし
た。クラブチームではあ
りませんが、月例参加者
でチームを造り参加する
りませんが、月例参加者
た。クラブチームではあ
り、毎年参加してきまし
秋の河原駅伝に有志を募
り、毎年参加してきまし
た。クラブチームではあ
りませんが、月例参加者
でチームを造り参加する

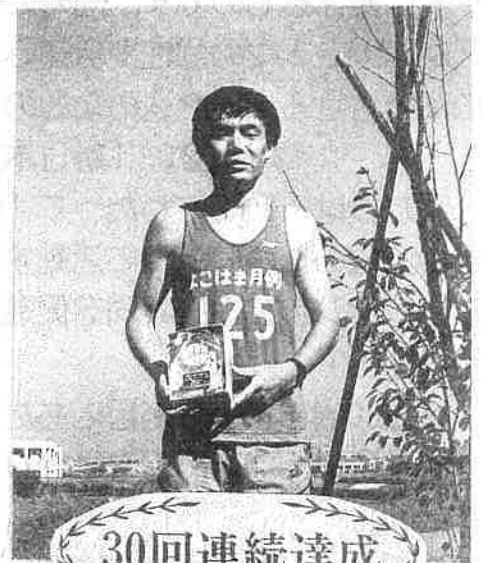
第176回 全コース(19km)
完走合計タイム

453	柏木	清宏	1:19:10
763	菅野	寛雄	1:25:10
389	松本	清彦	1:25:40
448	浅輪	忠士	1:26:47
196	井山	満	1:28:08
949	泉山	信義	1:28:52
489	宗沢	一美	1:29:21
827	武田	清海	1:29:59
318	矢野	安彦	1:30:36
651	川島	康道	1:30:53
422	小島	裕	1:33:56
383	金子	正生	1:36:45
12	津嘉山	和加子	1:39:35

私が横浜月例マラソンを知ったのは横浜ロードレ
ーの記録集として送られた「スポーツのひろば
」でした。自宅の近所との事で参加する様になり、
気が付くと連続30回、今まで縁のない「表彰」を受
けたため、写真の表情は少々硬くなっていると思
います。私の参加の後、息子(あと2回で連続30回
です)、そして娘二人も走る様になり、親子で月
例を楽しんでいます。また月例参加がきっかけとな
り近郊のレースへ参加する事が多く、横浜そして
先日の河原駅伝には会社のグループで参加しまし
た。レース後はビール、温泉などを楽しみ、心身のリフ
レッシュを図っています。今後も親子で月例に参加
し、楽しく走っていききたいと思っていますので宜し
くお願い致します。

30回連続表彰を受けて

ゼッケン125 一元木 英二

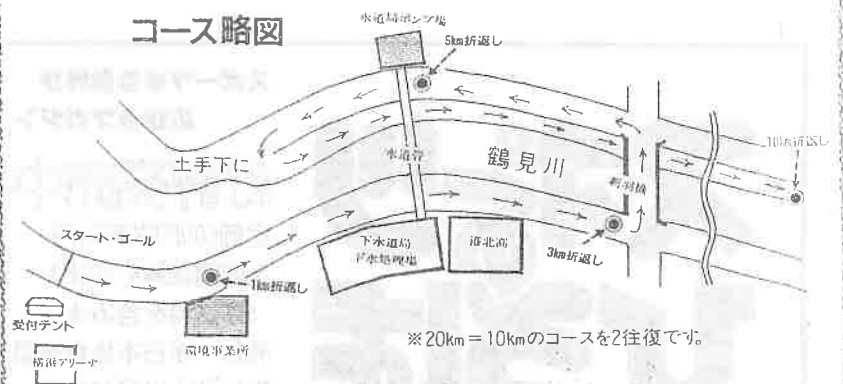


毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km	20km
受付	現地にて	午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	20km、10km/8:30		5km/9:20
参加費	800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円				
ゼッケン	主催者が用意します。				
記録表彰	参加者全員に記録証。				
連続賞	10、20、30、50、75、100回。				

次回は第178回 12月17日

コース略図



新日本スポーツ連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528

「新日本体育連盟」から

「新日本スポーツ連盟」

へ名称変更

月例参加者の皆さんには、日頃より「よこはま月例」にご参加いただき、心からお礼を申し上げます。

さて、私たち「よこはま月例マラソン」が所属する、新日本体育連盟が10月8日、東京・オリンピック青少年センターにおいて、第21回臨時全国総会を行ない、創立以来かかげてきた「新日本体育連盟」という団体名称を「新日本スポーツ連盟」と改称することを決定いたしました。そして、11月12日の新体連創立30周年記念をもって、新名称で新たな出発をすることとなりました。次に名称変更の経過及び要旨をお知らせします。

1、「スポーツ」を前面にした名称へかわります

今日、多くの国民がスポーツに親しむようになり、スポーツは豊かな生活を過ごすうえで、なくてはならないものになってきました。今度の名称改正は、こうした国民のスポーツに対する意識と社会的な役割のおおきな変化に対応して、よりふさわしい名称にすることに主眼があります。具体的には「体育」から「スポーツ」に変えるものです。同時に今日のわが国のスポーツは、商業主義や政治の介入によるゆがみを許さず、スポーツを人々の個性や自律心、フェアプレー精神を育む文化として発展させる世論と運動をこれまで以上に前進させる決意を込めたものです。

2、「新日本」を引き続き表記します

私たちは、30年にわたって「体育・スポーツは万人の権利」という創立の理念を掲げ、国民のスポーツ要求の実現のために誠実に活動するとともに、人権と民主主義・平和の立場に立つスポーツの発展を願い、スポーツマンの協力・共同を促進するために活動してまいりました。「新日本」を引き続き発展させる意志を示すものです。

創立30周年という節目にあたって、新しい名称の確定を契機に、これまで以上に旺盛なスポーツ活動をすすめる、連盟組織の発展をはかり、スポーツの民主主義的、文化的な発展を推進するためにさらに奮闘する所存です。

今後とも、新日本体育連盟＝新体連の名称の時代にもまして、皆様のご指導、ご協力、ご援助を賜りますようお願いいたします。

スポーツのひろば

スポーツする世界が
広がるマガジン

好評発売中

定価500円送料76円

年間購読料6,900円

(郵送料を含みます)

発行 新日本体育連盟

申し込みは受付か

新体連事務所へ

TEL 045-441-2528へ

第23回新春マラソン

と き□1996年1月15日(月) 締切り□12月5日(当日消印有効)

ところ□多摩川サクリングコース

申込先□〒220-91横浜中央郵便局

参加費□30km3000円・10km2500円

私書箱64号

(高校生 2000円)

新日本スポーツ連盟新春マラソン係宛

TEL045-441-2528/FAX045-441-2529

種 目□

【30km】
①一般男子
②40才代男子
③50才代男子
④60才以上男子

⑤一般女子
⑥40才代女子
⑦50才代女子
⑧60才以上女子

【10km】
⑨一般男子
⑩40才代男子
⑪50才代男子

⑫60才代男子
⑬70才以上男子
⑭一般女子
⑮40才代女子

⑯50才代女子
⑰60才以上女子
⑱高校男子
⑲高校女子



マイロード

第178回
'95年12月17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/後援 横浜市教育委員会

来年がみなさまにとって

良い年でありますように

今年はどうな一年でしたか。私たち新日本スポーツ連盟にとって記念すべき95年となりました。忘れることのないこの一つは、「被爆50年、東京・広島・長崎・反核平和マラソン・1500キロ」を成功させたことでもあります。月例の役員をはじめ、参加された一人ひとりに感謝いたします。



【横浜フルマラソンより】
家族の応援を受けてゴールする佐藤さん

毎年行なってきた川崎・箱根間の神奈川反核駅伝の経験が多いに發揮され、東京から長崎を結び力になったと確信しています。これまで、この運動を支えてくれた方々に心からお礼を申し上げます。

さらに、昨年から今年にかけて「リーグに「サッカーくじ」を導入しようとする動きに対し、全力を上げて反対運動を取り組み、四度の国会上程を阻止したことです。学校関係者やPTA、労働組合とスポーツ団体が共同して反対の声を上げ、運動を広げました。

私たち「新体連」は今年の11月に創立30周年を迎え、名称も現在の活動にふさわしく、体育からスポーツへの「新日本スポーツ連盟」と改めました。21世紀の向け、スポーツの普及と発展に一層努力する決意です。

横浜月例マラソンも新横浜に会場が移ってから来年は9年目を迎えます。今年の夏に全国ランニングセンターの北出祥夫さんを大阪から招き、「ランニング教室」を開催し、百五十人が参

加しました。毎月の参加者が百人を超えるようになりました。ランナーの要求になるべく応えるよう努力を惜しまず運営にあたりたいと思います。

95年は神戸の地震に始まり、地下鉄サリン事件、地方選挙、参議院選挙、そして反核平和マラソンが8月に行なわれました。また、11月には横浜フルマラソンを月例会場で三百人を超えるエントリーで開催できました。

わたしたちは社会の政治・文化の動きとまったく関係なくスポーツの活動や月例マラソンも存在しません。社会の様々な動きにたいして機敏に対応できる見方と考え方を身に付けることが大切だと考えます。

96年の新年が参加者一人ひとりにとってすばらしい年になることを心から祈念し、年末のごあいさつと致します。来年もよろしくお願ひ申し上げます。
(運営委員会一同)

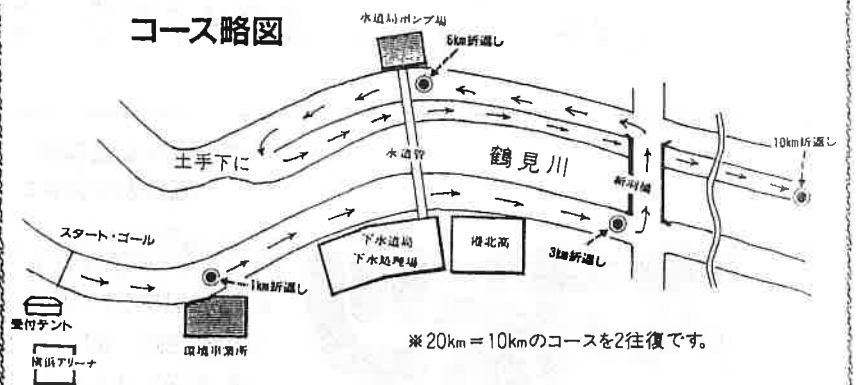
第177回	全コース(19km)	完走合計タイム
508	上原 茂	1:14:13
490	高橋 秀臣	1:22:37
389	松本 清彦	1:24:59
307	大村 康一	1:27:26
383	金子 正生	1:32:39
123	瀬戸 忠雄	1:34:26
582	田中 千晶	1:36:57
659	小野寺和一	1:45:14
936	坂本 盛治	1:48:41

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目 1km 3km 5km 10km 20km
 受付 現地にて 午前7時から
 スタート 1km/8:00 3km/8:10 20km、10km/8:30 5km/9:20
 参加費 800円(初参加は1300円) 小、中学生は500円
 ゼッケン 主催者が用意します。
 記録表彰 参加者全員に記録証。
 連続賞 10、20、30、50、75、100回。

次回は第179回 1月21日

コース略図



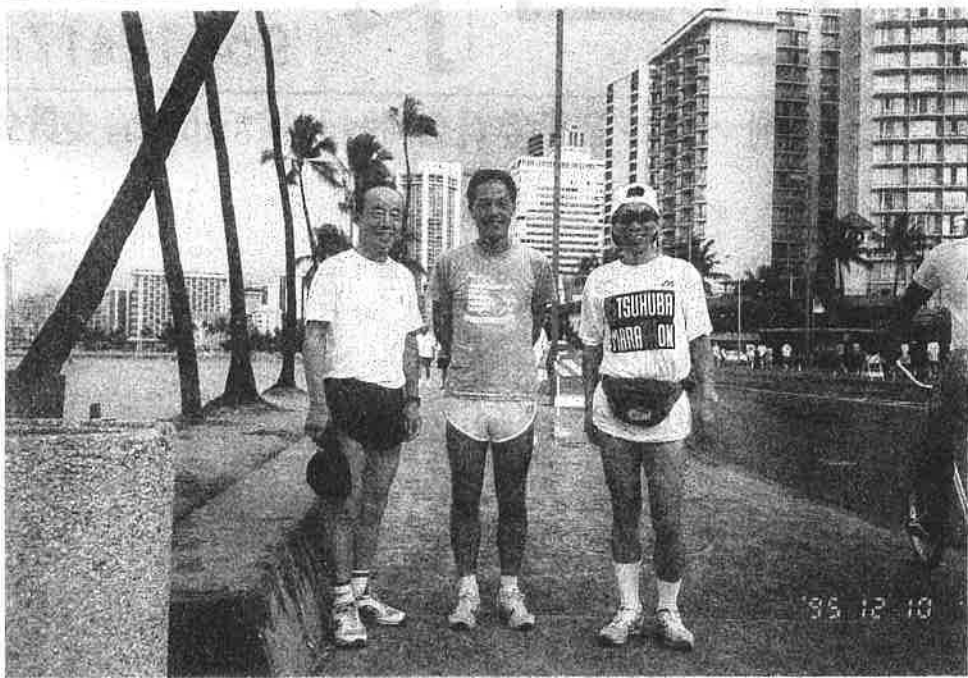
新日本スポーツ連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528

憧れのホノルルマラソンに参加して

ゼッケン331 佐藤 伊亮

以前から是非一度は参加したいと思っていた憧れのホノルルを走ってきた。定年退職の記念に会社のランニングの仲間8名で12月7日の夜成田を発ちました。5時間40分で初冬の日本から常夏のホノルルへ。空港に降りると以外に蒸し暑い、みんな汗びっしょりです。ホノルルマラソン参加者のランナーが目につきます。ホテルに着きTシャツに着替えて昼食後、車で市内見学も兼ねてコースの下見です。写真やテレビで見る通り道路は広く、緑あ



【左から佐藤さん、江口さん、大野さん】

ふれるきれいな街という印象です。アラモアナ公園をスタートして、有名なワイキキビーチ、ダイヤモンドヘッドを経て、カピオラニ公園にゴールという壮大なシーサイドコースです。この景色の素晴らしい所を走れるかと思うとわくわくして眠い目がバッチリしてきます。夕食後、日本人ランナーであふれる街へ出る。シヨッピングの途中で偶然にもよこはま月例マラソンの江口さんと大野さんに出会い、ホノルル初参加の私にいろいろなアドバイスを受ける。お互いに完走を目指して頑張ろうと励ましました。さて、レースの当日、5時半スタートに合わせ

、2時半頃に起こされ、朝食を食べる。おにぎり、みそ汁、果実等をしつかり食べる。体調はいい、不安は故障の足だけ。タクシーでスタートのアラモアナ公園へ。ニューヨークマラソンを抜いて3万4千名も参加申し込みで、世界最大のマラソンになったことを放送しています。その内の2/3は日本人ということ国内の大会がそのままホノルルに移った感じ。5時半打ち上げ花火のスタート。足の故障もあり十分な走り込みもしていな状態ですから、出来るだけゆっくり走ろうと7分ペースで走りだします。

早朝にもかかわらず沿道の声援がにぎやかです。ライトアップされたクリスマスの飾り付け大変きれいです。12時を過ぎたあたりで故障の足が少し痛むので、スピードをゆるめ、調子を見る。時間は問題でない。なんと完走したいといゆ気持ちです。5分くらいで痛みが消える。ハイウェイに入り、25分地点で3時間ジャスト。気温も相当地に上がり、汗がしたたり落ちる。反核マラソンを思い出す。声援にもスマイルで答える。住宅街の閑静なところでも家族がそろって応援してくれる。疲れたところで元気を取り戻す。35分過ぎの給水所で両膝が痛み出す。立ち止まりマツサージをして少し歩く。ストレッチをしてはまた走る。練習不足でスタミナ切れを感じる。このあたりまで来ると歩き出すランナーが相当多くなる。1も位がまんをしてゆっくり行くと膝の痛みも治った。ホースで頭から水を掛けてもらうと気持ちがいい給水のたびにボランティアの若者から熱い声援でまた走り出す。40分過ぎ左側に海が見える地点は最高に景色が素晴らしい。しばし休憩する。

カピオラニ公園に入るとラスト... 笑顔でゴール。完走できた！タイム5時間16分24秒。一緒にいった仲間も全員苦しんだが完走しました。4年ぶりのフルマラソンに気持ちいい疲れを感じ、完走ビールは喉にしみました。仕上げはワイキキの海でひと泳ぎ、気分転換で夏を満喫する。ゆつくり走った事で、足もそれほど痛まなかったのが何よりでした。すばらしい思い出がまた一つできました。アローハー！

This is to certify that on December 10, 1995
Yoshisuke Sato
5:16:24
Placed 939th of 26986 Overall
168th of 436 Males aged 60 to 64 and 7580th of 17121 Males



HONOLULU MARATHON 1995 FINISHER



【ホノルルマラソンの記録証です】

▲今回は佐藤さんが職場を退職され、送別にホノルルマラソンに職場の人たちと参加した感想分を寄せていただきました。ほかの方でもいろいろなマラソン大会に参加されていることと思います。このマイロード(月例機関誌)に皆様のマラソン記を載せたいと思いますので、どんな感想分をお寄せ下さい。▲先月の月例で町田市から参加されている田中さんご夫妻が見事連続参加百回！を達成致しました。

8年と4カ月に渡る大記録です。田中さんはかつては、家族全員で参加されていきました。私たちも田中さん一家には大いに励まされました。月例ではいつも二人の顔があり、他の大会にも積極的の参加されています。長い間でありがとうございます。これからも体に気をつけて参加され続けることを期待いたします。記念品はお揃いのウィンドブレーカーです(市川)

スポーツする世界が
広がるマガジン

**スポーツ
ひろば**

好評発売中
定価500円送料76円
年間購読料6,900円
(郵送料を含みます)
発行 新日本体育連盟
申し込みは受付か
神奈川スポーツ連盟へ
TEL 045-441-2528へ

第23回新春マラソン

ランナーに声援をめぐります

と き 1996年1月15日
ところ 多摩川サイクリングコース(古市場陸上競技場)
新日本スポーツ連盟新春マラソン実行委員会
〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL-045-441-2528/FAX045-441-252