

# 韋駄天

第306号  
平成27年8月



紅葉葵  
(もみじあおい)  
花言葉:  
「温和」

## < クラブスケジュール >

8月2日	練習会(9:15~)&バーベキュー	子供の国
8月16日	練習会(7:45~)夏時間	市立陸上競技場(野津田)
9月6日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
9月13日	東日本年令別・皇居レディース駅伝	皇居周回コース
9月20日	練習会(7:45~)夏時間	市立陸上競技場(野津田)
10月4日	練習会(8:45~)冬時間 変更注意	サン町田旭体育館
10月4日	第26回東日本国際駅伝	米軍相模補給廠内
10月18日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
11月1日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
11月15日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
12月20日	平成27年度忘年親睦駅伝大会	皇居周回コース

【定期練習会】夏時間  
 毎月第一日曜日：場所 サン町田旭体育館  
 毎月第三日曜日：場所 市立陸上競技場(野津田)  
 ★集合時間： AM7:45(夏時間)  
 注意：4月から夏時間 AM7:45集合  
 ☆給水は各自で準備すること。

町田いだ天クラブ年会費振込先について  
 会費振込先：ゆうちょのATMで通帳引き落としとして  
 下記の通帳に直接振込下さい。  
 記号 10130 番号 73126171  
 「マチダイダテンクラブ」と表示されます。  
 上記の振込依頼以外は手数料が必要です。  
 ゆうちょ以外の他銀行等で振り込まれる方は銀行  
 用の下記口座番号をご利用下さい。  
 店名 店番 普通預金口座  
 ○ーハ 018 7312617  
 (ゼロイチハチ) 会計：橋本俊彦

いだ天クラブのニュースタイトル変更のお知らせ  
 規約においても町田いだ天クラブとなり、韋駄天という  
 クラブも存在するので異論がなければ、近々のニュースで  
 ニュースの表題を「いだ天」に変更する予定です。  
 クラブ会員皆様の御了解のほど、よろしくお願ひ致します。  
 ニュース担当 数下 正治

8月第一練習会&バーベキューのお知らせ  
 場所：子供の国バーベキュー会場  
 日時 8月 2日 9:30開園のため9:15集合  
 人数 30名  
 バーベキューは13時30分から16時までで予約  
 10:00から練習会を兼ねてハーフのリレー駅伝とします。  
 1周4.2km位のコースを周回します。  
 45周年記念行事とします。  
 参加費は1名2000円です。交通費、入園料個別です。  
 当日参加も歓迎です。  
 担当 長内、高倉、橋本、原田、横山

## マイランニング・・・シリーズ ④⑩



まつだ みずえ  
**松田 瑞江さん**  
 ☆1945年12月生(69歳7ヶ月)  
 ☆入会 1980年5月

【関東マスターズ陸上競技選手権大会に参加して】  
 7月20日(祝)、1年振りにトラックレースを走りました。  
 本来なら1年に5~6本はトラックを走るので、この1年体調不良等により、  
 申し込んだレースはすべてキャンセル、やっと走れました。  
 と、言っても6月末のいだ天合宿、7月始めの東京走友連合の合宿と続けて山  
 を歩いたり、走ったりということで、トラックレースに向けての練習は寸前の2週  
 間。出場をまよいましたが、次回のレースにつなげる為にもと思い走りまし  
 た。気温34度の猛暑でしたが、スパイクをはいてトラックにあがると寸前までのま  
 よいもふっとんで気持ちラストパートをすることが出来、少し自信が戻った気  
 がしました。あと数ヶ月で70才、再び、W70で日本新を出したいと思ひます。  
 思えば、この1年間はいろいろな事がありました。8月に過労でダウン、点滴、9  
 月は目指していたマスターズのアジア大会をフラツキがはじまりキャンセル。そ  
 して7月から始まった我家の大改造もやっと10月始めに終わったかと思つたら、  
 微熱が続く咳が止まらず、咳止めも全くなり、一時は肺ガンの覚悟もしまし  
 た。結局、「非結核性抗酸菌症」という病名で肺に菌が入り込んであはれて  
 いる症状とのことで、3月位まで咳が続きました。今は咳が止まっていますが完  
 治ではないそうです。そして、今度は、膠原病、シェーングレン症候群でドライマ  
 ウス、ドライアイ。口の中が乾いて、長い距離が走れず、ガムをかみ、口の中  
 に唾液を出しながら走っています。  
 いろいろな病気とつき合いながらも、まだ走れることを感謝している今日この頃  
 です。

800mの記録、	1500mの記録	
W50 2' 37" 83	5' 15" 81	(53才)
W55 2' 38" 46(アジア、日本新)	5' 20" 06(アジア、日本新)	(56才)
W60 2' 44" 92( " )	5' 32" 37( " )	(60才)
W65 2' 58" 48	5' 58" 62	(65才)
(日本新は2' 58" 16)		

今回の記録  
 800m 3' 12" 97 (W70の日本新 3' 16" 05)  
 1500m 6' 31" 45 ( " 6' 24" 58)

次回9月号以降のマイランニング投稿お願いします。ニュース担当 数下

記録と感想の連絡は、ニュース担当 数下までお願いします。  
TEL&FAX : 042-799-6933 電子mail : yabushi@sea.plala.or.jp

東日本年令別駅伝(9/13)参加者募集  
 期日：平成27年9月13日(日)  
 場所：皇居周回コース(5km、4区間)  
 一般の部 9:20スタート(15歳以上男女混成可)  
 年令別駅伝 9:30スタート  
 (60歳、50歳、45歳、40歳以上男女)  
 レディース駅伝 9:30スタート(15歳以上女子)  
 参加費 1チーム 8000円(連合所属)  
 締切8月22日(土) いだ天締切8月練習会  
 タスキは各チーム準備 担当：数下まで

東日本国際駅伝(10/4)参加者募集  
 期日 平成27年10月4日(日)  
 受付：7時45分~9:30  
 場所：米軍相模補給廠  
 入門時は身分証(運転免許証またはパスポート)  
 申込締切：8月14日  
 参加料：男子13,000円/チーム、女子12,000円/チーム  
 種目：壮年男子(40歳以上)、壮年女子(40歳以上)  
 スタート：壮年男子、壮年女子：10時スタート  
 いだ天申込締切：8月2日まで(身分証の記入は不要)  
 担当：横山、伏見

小金井公園5時間走フルマラソン大会(9月12日)のお知らせ  
 受付 5:40~6:40 当日受付可  
 申込期間 H27年6月22日~7月21日)ランテス済の為当日参加  
 (参加料 1500円、当日2000円)各自申込  
 スタート時間 フルマラソン 7:15  
 5時間走 7:15  
 コース 小金井公園周回コース(1周約6km)  
 主催：小金井公園走友会  
 連絡先  
 小金井公園走友会大会事務局  
 080-4441-9300(受付時間：15:00~20:00)  
 Email: [info@koganeipark-rc.net](mailto:info@koganeipark-rc.net)  
<http://koganeipark-rc.net/>

忘年駅伝(12/20)参加者募集  
 期日 平成27年12月20日(日)  
 場所：皇居桜田門(皇居周回コース)  
 受付：8時~9時  
 スタート：9時20分(一般)、9時30分(壮年、女子)  
 種目：壮年1部(45歳以上)、壮年2部(60才以上)  
 女子(15歳以上)  
 参加料：連合所属 8000円/1チーム  
 申込締切：11月下旬予定  
 いだ天申込締切：11月15日まで  
 担当：橋本、中村、数下まで

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2015/6/7 第31回横田駅伝			
1区と4区2回走りました			
5km×4	町田の丘RC	男子30～44歳の部 303位/419チーム	1' 47" 41"
5km	大山 昇一郎	1区 101位/419人	21' 43"
5km	大山 昇一郎	4区 95位/419人	21' 20"
2015/7/12 第376回多摩川月例ロードレース			
5km	村野 嘉孝	壮年21位	43' 16"
2015/7/20 第24回関東マスターズ陸上競技選手権大会(江戸川区陸上競技場)			
800m	松田 瑞江	W65 1位	3' 12" 97
1500m	松田 瑞江	W65 1位	6' 31" 45
1500m	藪下 正治	M65 4位	6' 11" 12
3000m	藪下 正治	M65 3位	12' 58" 13
今年初めてのトラックレースで1500mは暑さもあり、スパイクレスで走り、低調な記録でした。			
3000mは何とか気力を振り絞って頑張り入賞出来ました。 藪下記			

**東京走友連合夏季合宿(7月4、5日)の参加報告**

実施日 平成27年7月4日(土)～5日(日)泊2日  
 場所 伊勢原市丹沢大山国定公園とその周辺  
 宿泊 伊勢原温泉 ニュー天野屋  
 集合 7月4日(土) 9時  
 小田急伊勢原駅前改札前  
 合宿内容 ①自然ふれあい歩道～運動公園～温泉  
 ②大山ラン・ウォーク  
 (ケーブルカーは利用不可)  
 帰りの下りは林道コースを設定。  
 ③2日目は日向薬師まで往復

いだ天参加者: 村野、西谷、渋谷、松田(吉)、松田(瑞)  
 鈴木(三)、小川、藪下の8名で参加

東京走友連合の合同合宿に参加しました。  
 小田急線伊勢原駅に集合し、駅前の大鳥居で記念撮影してから荷物を担当者に預け、伊勢原市総合運動公園までジョギングして、軽く昼食を取り、宿舎の温泉旅館「ニュー天野屋」までジョギングしました。

温泉旅館で少し休憩後、大山登山競走のコースに向かい下社まで走力レベル別にウォーキング、トレッキングしました。

下社から林道コースで下り、旅館には3時頃に到着。

温泉で疲れを癒し、夕食会に参加しました。  
 前日は雨でしたが、この日は暑くてゆっくりのトレッキングになりました。林道は丁度良い日影になり、気持ち良く走って下れました。山を降りた登山口付近の茶店でアイスクリームをおいしく頂きました。

翌日は、日向薬師までを往復し、昼食のカレーを食べて旅館のバスで伊勢原駅まで行き、散会しました。

皆さん、和気あいあいと楽しんで合宿を終えました。

いだ天事務局 藪下記



伊勢原駅構内に集合



伊勢原駅前にて記念写真



総合運動公園見晴らし台



大山国定公園入口

**関東マスターズ参加報告(7月20日(祝))**  
 (江戸川区陸上競技場)

関東マスターズに松田さんと参加しました。  
 当日は34度の猛暑になり、記録は望めませんでした。松田(瑞江)さんは、800m、1500mのW65で一位、藪下は1500mでは気合いが入らず4位でしたが、3000mで少し頑張り、3位に入賞出来ました。今年のトラックレースは始めてで記録は低調ですが、何とか完走出来ました。

藪下正治



総合運動公園見晴らし台



ゴールの大山神社(下社)



競技開始前(松田(瑞)、藪下)



総合運動公園にて会長挨拶



夕食後の中締め



1500m一位の松田(瑞)会員



1500mの藪下会員

関東マスターズ陸上競技選手権大会(7月20日)の写真

東京走友連合夏季合宿(7月4日～5日)写真集