

# いだ天

第317号  
平成28年7月



蓮  
(ハス)  
花言葉:  
「清らかな心」  
「神聖」  
「離れゆく愛」  
「雄弁」

## ＜ クラブスケジュール ＞

7月3日	練習会(7:45～)夏時間	サン町田旭体育館
7月3日	東京走友連合同練習	舎人公園
7月17日	練習会(7:45～)夏時間	市立陸上競技場(野津田)
8月7日	練習会(7:45～)夏時間 会場変更	市立陸上競技場(野津田)
8月7日	練習会後バーベキュー(11時～13時)	竹一ガーデン
8月21日	練習会(7:45～)夏時間 会場変更	サン町田旭体育館
9月4日	練習会(7:45～)夏時間	サン町田旭体育館
9月11日	東日本年令別駅伝&レディース駅伝	皇居周回コース
9月18日	練習会(7:45～)夏時間	市立陸上競技場(野津田)
10月2日	第27回東日本国際駅伝	相模補給廠
10月2日	練習会(8:45～)冬時間	サン町田旭体育館
10月16日	練習会(8:45～)冬時間	サン町田旭体育館

【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  
〇ー八 〇18 7312617  
(ゼロイチハチ)  
なお、決算の都合で11月末までに年会費を納入  
下さるようご協力お願い致します。  
会費未納の方が10名弱おられます。  
早めの会費納入にご協力ください。  
会計：橋本俊彦

東京走友連合同練習会のお知らせ  
実施日時 平成28年7月3日(日) 午前9時30分集合 14時終了予定  
場所 都立舎人(とねり)公園  
JR日暮里駅から舎人ライナーで(16分) 舎人公園駅下車  
地下鉄千代田線 西日暮里駅から舎人ライナーで(14分)  
参加費 一人 500円 (お弁当、ビール等連合より補助有り)  
町田いだ天クラブ参加予定  
大塚(一)、岸、鈴木(明)、松田夫妻、藪下  
練習スケジュール 9:30～10:00 新宅氏により準備運動  
10:00～11:30 クラス別練習  
12:00～13:30 懇親会  
13:30～14:00 片づけ、終了  
町田発7:41 西日暮里で乗り換え 舎人公園9:05着で行きます

バーベキュー懇親会のお知らせ(8月7日)  
開始時刻 11時～(野津田の練習会終了後)  
参加費 2500円/1名 飲酒しない方:2000円/1名  
日時：平成25年8月7日(日) AM11:00～  
ジョギングの後、バーベキュー  
場所：竹一ガーデン(042-793-1145) )  
練習会集合場所(市立陸上競技場から馬駅交差点付近  
まで移動、  
練習場所は戦車道路付近の予定  
申込は担当(長内、高倉、橋本)まで  
希望者は出来るだけ早く参加申込して下さい。

28年合宿 会計報告		
H28年 夏季合宿 箱根湯本 伊東園ホテル 平成28年6月25,26日		
	入金	支払
会費	160,000	8000X20人
繰越金	23,515	前回箱根湯本
クラブ補助	10,000	
伊東園ホテル		162,906
2次会費		7,600 自販機
繰越金		23,009
計	193,515	193,515

## マイランニング・・・シリーズ ⑤1



しぶや なおやす  
**渋谷 直泰さん**  
☆1945年12月14日生(70歳)  
☆入会 1985年8月

H28年夏季合宿報告  
渋谷、水沢、嵐田、A班は3人で、新松田駅ー関本(大雄山駅)バス停を降り、  
9:30に出発ー道々尊ー明神ヶ岳まで10km標高差860m、の山登り天気予報  
では、午前中雨、風が強い。途中登山者には、出会いませんでした。少し霧雨  
がありました。新緑の山道を、12:00に、明神が岳1169mに2時間30分で到着。  
山頂は風が強いので、風除け場所を探して昼食、15分の食事時間で出発です。  
今までは山が、風除けでしたが、明神が岳からは尾根走りて台風並みの風、  
下界は雲で視界不良、でしたが、PAと晴れて、大涌谷、少し走って、小田原市  
内、相模湾が、望めました。登山客には、出会いませんが、トレイルランの人が、  
2組私たちを抜いていきました。  
金時山から、だそうです。足元に気をつけてね。去年合宿は、大涌谷の噴  
煙が上がるのがよくみえたな。今年は、  
強風でハプニング起きないかな？  
大変な方が、後々の思い出になるの  
になといういろいろ空想しながら、尾根道  
を楽しく走れました。明神、明星ヶ岳、  
塔ノ峰、箱根湯本駅まで、10kmを  
走り、途中休憩なしですね。15時に  
ホテルに到着夕食は17時半から  
1時間半、バイキングで飲み放題。  
御馳走さまでした。



次回8月号以降のマイランニング投稿をお願いします。ニュース担当 藪下

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

第20回東日本年令別駅伝・第26回皇居レディース駅伝(9月11日)  
参加者決定  
1. 大会名 第20回東日本年令別駅伝・第26回皇居レディース駅伝  
2. 場所 皇居周回  
3. 大会日 平成25年9月11日(日)  
4. 参加費 8,000円(1人@2000円) クラブ補助あり一人1500円  
・年齢別駅伝(1区60歳以上、2区50代、3区45歳代、4区40歳代)  
Aチーム：佐野、西谷、田中、西山  
Bチーム：河合、小川、鈴木(諭)、大山  
・レディース駅伝(15歳以上女子)  
女子参加希望の岸淳子さんは東京レディースからの参加で編成中  
5. 締切日 8月7日(第1日曜日練習会まで) 連合締切は8/22  
6. 担当 伏見・横山・藪下・橋本

第27回東日本国際駅伝参加者募集  
開催日時 2013年10月2日(日)  
会場 相模原市 米陸軍相模補給廠  
種目  
①一般男子(25km) 高校生以上(10km×1、5km×3)  
②壮年男子(20km) 40歳以上(5km×4)  
③一般女子(16km) 高校性以上(5km×2、3km×2)  
④壮年女子(16km) 40歳以上(5km×2、3km×2)  
⑤男女混成(16km) 高校性以上(5km×2、3km×2)  
参加費：  
一般男子、壮年男子 1チーム13000円(3250円/人)  
一般女子、壮年女子、男女混成 1チーム12000円(3000円/人)  
スタート(壮年男子、一般女子、壮年女子) 10:00  
スタート(一般男子) 10:10  
スタート(男女混成) 13:00  
大会申込締切：8月25日(木)  
町田いだ天クラブ締切 7月17日または、8月7日第一練習会  
担当 横山、伏見、西谷、五十嵐

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2016/5/22 第473回月例赤羽マラソン			
5km	村野 嘉孝	壮年男子 6位	42' 54"
2016/6/4 第18回関東マスターズロード選手権大会			
5km	村野 嘉孝	M80 5位	42' 50"
2016/6/5 第23回奥武蔵ウルトラマラソン			
78km	西谷 光司	60歳以上12位	8° 21' 22"
久しぶりの奥武蔵ウルトラマラソン アップダウンの多い過酷なコース 故障上がりで練習不足で心配しましたが 小雨で走りやすく 所沢走友会・町田走友会中山さんなどの応援で完走することができました。楽しかったです。			
2016/6/5 2016横田駅伝			
5km×4	町田の丘学園B	男子45歳以上の部 63位/216	1° 34' 06"
1区	大山 昇一郎	男子45歳以上 40位	20' 36"
4区	大山 昇一郎	男子45歳以上 34位	20' 50"
一人欠場したため1区と4区を走りました。 朝からの雨もスタートまでには止み曇空で走りやすかったです。			
2016/6/12 第384回多摩川月例ロードレース大会			
5km	村野 嘉孝	壮年男子 25位	44' 02"
2016/6/12 第7回 秩父の名峰武甲山トレイルラン			
27km	渋谷 直泰	60才以上 27位/51	5° 27' 23"

第7回 秩父の名峰武甲山トレイルラン 6月12日 渋谷 直泰  
27km 5:27'23 27位/51 60歳以上  
コメント: 羊山公園を9時30分スタート～琴平ハイキング道～橋立堂前～武甲山～小持山～大持山～妻坂峠～横瀬駅前～羊山公園に、我慢の、走りて無事にGOALできました 勝つことでは、ありませんね。無事に走り続けることですね。75~80歳で、フルマラソン完走頑張りたいです  
**都知事の舛添さん**。せこいね。人生、山あり谷あり、落とし穴ありですよ……  
**不幸な人は**、いくら物を持って、もっと欲しがり、満足しない人です。世界で一番幸せな国、ブータン国の大統領が、言っていましたね。山を走り、森林浴、ゴルフして、武甲温泉入浴。お酒を1杯?で満足しましたよ。頑張りましたよ。

アジサイまつり&アサヒビール工場見学の見学報告  
期日: 6月11日(土)  
8時半頃、開成町親水公園に集合し、3kmほどジョギングしアジサイ祭りを見学しながら、弁当を仕入れ、徒歩でアサヒビールに向かいました。アジサイ、花アオイは見ごろで大勢の人で賑わっていました。  
10時30分から16名で工場見学し新ビールなど味わいました。工場見学後、ビール園横の芝生で昼食。  
帰りはバス組、徒歩組に分かれ現地解散しました。暑かったけれど、楽しかったですね。  
参加者  
嵐田、飯岡、大塚(一)、小川、長内、岸、坂田(2名)  
渋谷、中島、中村、西谷、橋本、広田、村野、藪下、中村夫人  
藪下 記



開成町親水公園横の休憩売店前に集合



アジサイ会場風景



ビール園横の芝生で記念写真

夏季合宿(伊東園ホテル)の参加報告

場所: 伊東園ホテル箱根湯本(0460-85-7461)  
日時: 6月25日(土)~26日(日) 20名参加  
小田急線町田駅ホーム8時集合 9:28湯本着  
1日目  
1. 小田急新松田～バス最乗寺～明神ヶ岳～明星ヶ岳～箱根湯本(渋谷・水沢・嵐田)  
2. 箱根湯本～バスで湖尻～元箱根～旧東海道經由箱根湯本湖尻～元箱根までコースタイム2時間40分  
元箱根でジョギングと徒歩組に分かれて行動しました。徒歩組は芦ノ湖を徒歩後、元箱根～箱根湯本までバスでホテル直行しました。  
ジョギンググループは芦ノ湖を半周後、元箱根から旧東海道の石畳を経由して、畑宿まで下り、そこから箱根湯本まで県道を5kmほど下り降りました。  
夕食後は故障のマイク片手にカラオケを楽しみました。  
2日目  
有志で早朝ラン後、7時半から朝食バイキング  
9:00から畑宿まで往復ジョギング、徒歩に分かれて行動。  
温泉で疲れを癒し、11時半頃チェックアウトして帰途に付きまして。幹事の西谷さん、渋谷さんご苦労さまでした。  
藪下 記



芦ノ湖畔の湖尻にて



旧会員佐藤喜一さんも参加



夕食会場にて

町田走友会練習会のお知らせ

7月18日(月)  
御殿場にて、富士登山駅伝の現地試走会を行います。朝6時30分、成瀬駅北口集合。車でいきますので、参加希望の方は事前に連絡をお願いします。一日がかりで大変ですが、ご都合のつく方、興味のある方、是非ご参加をお待ちしております。  
案内が遅くなりましたが、東日本国際駅伝の募集も始まっております。  
10月2日(日)  
場所: 相模原米軍補給しよう  
種目: 一般男子の部、壮年男子の部、一般女子の部、壮年女子の部(以上午前中スタート)  
男女混成の部(午後1時スタート)  
参加費: 1チーム辺り、4名で男子13000円  
女子と混成12000円  
※切: 8月25日なので、チーム内では一次締切を7月末、最終締切を8月14日(日)でお願い致します。  
町田走友会 田中 一生



箱根湯本の伊東園ホテル前の階段にて

第32回ナイタージョギングカーニバルのお知らせ  
日時: 平成28年7月30日(土) 16:00開始 14:30～受付開始  
会場: 葛飾区総合スポーツセンター陸上競技場  
種目: ペア800m(親子・兄弟または夫婦・ペア)  
中学1500m、女子3000m(39歳以下、40歳以上)、  
男子5000m(29歳以下、30歳代、40歳代、50歳代、60才以上)  
参加費: 1種目2000円 申し込み 6月1日～7月11日  
主催: 葛飾マイペースクラブ 後援: 東京走友連合