

# いだ天

第329号

平成29年7月



向日葵  
(ひまわり)  
花言葉:  
「私の目は  
あなただけを見つめる」



鬼百合  
(おにゆり)  
花言葉:  
【賢者】

## < クラブスケジュール >

7月2日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
7月8日	東京走友連合 夏季合宿	湯河原 ホテル四季彩
7月9日	東京走友連合 夏季合宿	湯河原 ホテル四季彩
7月16日	練習会(7:45~)夏時間	市立陸上競技場(野津田)
8月6日	練習会(7:45~)夏時間 集合場所変更	竹ーガーデン
8月6日	練習会後バーベキュー 約10:30頃~	竹ーガーデン
8月20日	練習会(7:45~)夏時間 集合場所変更	サン町田旭体育館
9月3日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
9月17日	練習会(7:45~)夏時間	市立陸上競技場(野津田)
10月1日	練習会(8:45~)冬時間 時間切替注意	サン町田旭体育館
10月15日	練習会(8:45~)冬時間 時間切替注意	市立陸上競技場(野津田)

【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 018 7312617  
(ゼロイチハチ) 会計: 橋本俊彦

### 町田いだ天クラブ夏季合宿(熱海)収支報告(H29年6月24-5日)

収入		支出	
会費(10000円×17名)	¥170,000	伊東園宿泊代	¥151,998
前回繰越金	¥11,009	酒代(部屋分)	¥1,872
		その他	¥1,935
		今回繰越金	¥25,204
収入合計	¥181,009	支出合計	¥181,009
		残高	¥0

#### 町田走友会7月の練習会(7/9)のお知らせ

1. 日時 7月9日(日) AM8:30集合
2. 集合場所 野津田公園陸上競技場玄関前
3. ウォーミングアップ 集合時間前に各自で実施  
(体操、ミーティング、準備)
4. トラック練習 9時~10時 占有使用  
ご希望の練習メニューあればご連絡下さい  
給水は各自で準備ください
5. 入場料 300円 車の場合、駐車場も有料
6. お迎え 駅までお迎え必要な方は田中に連絡

#### バーベキュー懇親会(8/6)のお知らせ

1. 日時 8月6日10時30分頃~13時頃
2. 場所 竹ーガーデン
3. 会費 2500円/一人
4. 練習会場所は竹ーガーデン集合に変更しました。  
7:45 練習会集合 竹ーガーデン  
準備体操後、尾根緑道でジョギング  
ジョギング終了後、バーベキュー  
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し込みしてください。

#### 東京走友連合夏季合宿のご案内

1. 実施日 平成29年7月8日~9日 1泊2日
  2. 宿泊場所 湯河原温泉 ホテル四季彩
  3. 集合 7月8日(土)12時(昼食を済ませて集合)  
JR東海道本線 湯河原駅
  4. 参加費 10,000円(1泊2食付、夕食は飲み放題)
  5. 持物 着替え、給水(給水ボトル入)、洗面道具、保健証
  6. 合宿内容 ホテル周辺をラン&ウォーク
  7. 参加クラブ・人数 10クラブ・44名(男35・女9)
- 参考(交通) いだ天4名参加(西谷、小川、橋本、薮下)  
①東京駅発 1時間48分 ¥1,660円  
(普通)熱海行(10番線)10時02分発→湯河原着11時50分  
②新宿発 2時間05分 ¥1,200円 小田原乗換  
急行小田原行9時31分新宿発→11時10分着・11時20分発  
→湯河原11時50分着  
登戸発9時51分、町田発10時11分に乗車  
当日連絡先 松田 090-3471-7299  
安部 090-2483-8331  
出浦 090-3213-0084



天照山・池峯ハイキングコース

## マイランニング・・・シリーズ (63)



やまかわ かずお  
**山川 和夫さん**

☆1944年8月生(72歳)  
☆入会 1989年1月  
写真は2007年7月

### 近況報告

長年住み慣れた東京を離れ、田舎暮らしを夢見て生活して6年まだまだ暮らしが身につかず、ただただ、忙しい毎日を送っています。今の季節、小さい我が家の庭にも花がいろいろ咲いて心を少し和ませてくれます。もっと広い庭があればと思います。

仕事も東京よりも、おかげさまでより忙しく、引退はまだまだ先の話になりそうです。時間をみつけては、カラオケ教室に行ったり、ストレッチクラブに行ってお楽しんでいます。

いだ天クラブに昭和64年1月2日に入会させていただき、あこがれの松田さんに会って楽しく走ることが出来た23~4年でした。いろいろな思い出が昨日のように浮かんできます。松田さんはじめ、皆様方には深く感謝いたします。ありがとうございました。

また、町田いだ天の旗について、まだ使っていただきありがとうございます。書体については山本さんに書いていただき、素材、色や大きさなどは松田さんといろいろ話をして試行錯誤して作ったことが思い出されます。写真をみるたび、何かまだ自分の心の中では参加してるみたいです。

これからも皆様方の元気な姿を見て、私も頑張りたいです。  
新潟県三条市井栗1-36-5 山川和夫

追伸、電話できいたのですが山川さんをご家族の紹介で中国からも注文がたくさんきて、お忙しいようです。(薮下)



山川さんの自宅玄関付近



山川宅の庭の花

次回8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 薮下

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2017/05/28 第485回 赤羽月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	壮年 11位	45' 55"
2017/06/04 第19回 関東マスターズロード選手権大会(昭和記念公園)			
5km	松田 瑞江	W70 1位	26' 10"
アップダウンのコースにリズムが取れずワースト			
10km	松田 吉雄	M75 5位	1° 03' 46"
アップダウンの厳しいコースでゴール後、両足がつりました			
5km	村野 嘉孝	M80 5位	45' 07"
2017/06/04 第33回横田ストライダーズ駅伝			
5km	大山 昇一郎	4区 69位/408	21' 09"
20km	町田の丘A	30~44歳男子 338位/408	1° 50' 31"
2017/06/11 第395回 多摩川月例ロードレース大会			
5km	村野 嘉孝	壮年 16位	44' 43"
2017/06/11 第8回武甲山トレイルラン			
27km	渋谷 直泰	60歳以上の部 22位 総合315位	4° 50' 29"
2017/06/18 第436回 よこはま月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	壮年 16位	44' 02"
2017/06/25 富里スイカロードレース			
10km	小川 睦夫	男子40歳以上 361位/2903 総808/8507	48' 11"
当日は雨に加えて蒸し暑かったです。ウォーミングアップ無しでのスタートになりました。			
スイカは抜群に美味しかったです。ネットタイム 47' 46"			

第8回武甲山トレイルラン 6月11日  
27km 4:50:29 60歳以上の部 22位 総合315位  
感想

練習不足で、心配でしたが、完走できました。良くやった。スタート、から6k地点より登山道に、途中登山者とすれ違いがあり、渋滞発生。12.4k地点で武甲山(1304m)、急な下り、登りで、小持山~大持山~妻坂峠を越えて、舗装道走り、羊蹄山に無事ゴール。武甲の山上り渋滞が良かったかな?後半も走れたから。

フルマラソンより長い時間を走ったね。  
秋のマラソン頑張るぞ、これから練習しようね、頑張ろうね。  
渋谷 直泰



横田ストライダーズ駅伝に参加  
(大山昇一郎さんとランメイト)

開成町あじさいまつりジョギングと朝日ビール工場見学(6/3)  
6月3日に開成町あじさい祭り毎年恒例の朝日ビールまでのジョギングに16名で参加しました。良く晴れて午前中は富士山もよく見えました。  
参加者:飯岡、大塚、小川、長内、渋谷、中島、中村、西谷、野中、橋本、広田、伏見、水沢、村野、藪下、横山  
工場見学後に中村夫人も参加されました。  
天候に恵まれ、和気あいあいと楽しい時間を過ごしました。



あじさい公園からのあじさいと富士山



朝日ビールの芝生で記念撮影

東京走友連合夏季合宿下見(6/17)  
松田夫妻、安部、藪下の4名で7/8-9の東京走友連合合宿のコース下見に行ってきました。  
天照山コース(片道6kmコース)ともみじの郷コース(片道約4km)の両方のコースを下見しました。  
天照山の方は広河原分岐点から滝までの山道がかなりの坂道になりますがトータル2時間くらいあれば登れます。  
もみじの郷コースは池峯橋まで2.6km行くともみじの郷の入り口があります。  
降りるときは別荘地入り口から階段を下り、桜山入り口の(バス停)まで来て舗装道路を経由してホテル四季彩まで戻ります。



もみじの郷の石碑



紅葉山入り口の道標



池峯橋から見た上流の川の流れ



天照山コースの白雲の滝



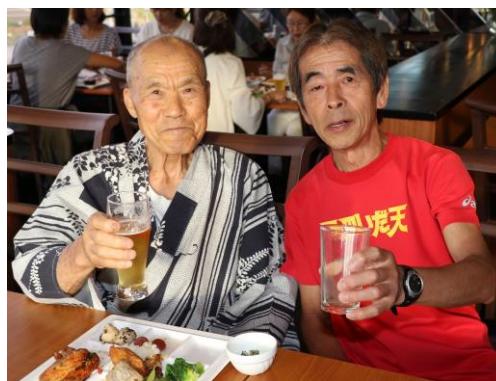
『第7回スポーツアワードまちだ』の表彰式(3/4)で松田瑞江さんがベストインパクト賞を受賞しました。

H29年いだ天夏季合宿報告(熱海)

期日: H29年6月24日(土)~6月25日(日)  
ホテル: 伊東園 ウオミサキホテル  
熱海駅まで電車利用  
参加人数 17名  
1日目は姫の沢公園トレイルコース 1周5キロ。  
十国峠では晴れて富士山が見えました。  
2日目は雨でしたが、伊豆山の長い階段を登りました。  
担当 渋谷、西谷 会計 橋本、事務局 藪下



十国峠にて記念撮影  
大塚さんはバスで来てケーブルカー下で引き返された



徐々に元会員の佐藤喜一さんが参加して西谷さんと乾杯