



菊(しろ)  
(きく)  
花言葉:  
「真実」



菊(きいろ)  
(きく)  
花言葉:  
「破れた恋」

菊  
花言葉:  
「高貴」  
「高潔」  
「高尚」

## &lt; クラブスケジュール &gt;

11月5日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
11月19日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
12月3日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
12月3日	H29年役員会(練習会後~13時頃)	黒沢公文教室2F
12月17日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
12月17日	忘年親睦駅伝	皇居周回コース
1月6日	練習会(8:45~)冬時間 新春初走り	サン町田旭体育館
1月21日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
1月21日	総会・新年会(16時~19時)	うおや一丁
2月4日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
2月18日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)

## 2017年度役員会のお知らせ(12月3日)

日時 H29年12月3日(日) 練習会後11時頃~1時頃まで  
場所 黒沢公文教室 昼食弁当準備します  
議題 H29年表彰者選定  
11月第2練習会でいままでの個人記録を記載した  
年報掲載記録用紙を対象者に配布します。  
訂正追加あれば、記入またはメール、FAX等で連絡下さい  
ニュース年報担当 藪下まで

## 日程変更等のお知らせ

1月第1練習会は3連休の為、1月6日(土曜)に変更します。  
日程調整よろしくお願い致します。 事務局 藪下

【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: AM8:45(冬時間)  
注意: 10月から冬時間 AM8:45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で通帳引き落としで  
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に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  
〇一八 018 7312617  
(ゼロイチハチ) 会計: 橋本俊彦  
10月1日現在、会費未納者は下記の通りです。  
1月から11月末までに納入お願い致します。  
11月末会計締切です。ご協力お願い致します。  
大村、鍵谷、河合夫妻、河井(潤)

## マイランニング・・・シリーズ (67)



にしたに こうじ  
西谷 光司さん

☆1948年8月生(69歳)  
☆入会 1990年11月

## 秋田100キロチャレンジマラソンの参加報告

まず最初に、私達の仲間黒澤さんが最高齢チャレンジ賞で表彰されました。凄いことです。しかし大会中のアクシデント48KM近くでハチに刺されて途中リタイヤでした。参加者は100K 1127名 50K 344名。私は今回で4回目です。だんだん遅くなり今回は11時間28分でした。1ヵ月半前に肉離れを起こし1ヶ月走れず2週間のジョグで大会に挑みました。スタートは4時30分まだ暗い中 武家屋敷通りを抜けて少し走ると田園です。だんだん明るくなり朝もやが徐々に田園風景に溶け込み消えていくのが素晴らしく感動しました。レースは2人組みをペースメーカーにいい調子で行っていたものの途中トイレに並んだ為10分ぐらいのロス 20K過ぎで靴が血で紅くなっていたが痛くなく40K付近できつくなるがペースを落とさず半分走ったところで残りフルマラソンをジョグで走ればゴール出来ると気持ちを切り換え多少ペース落ちるも走る。途中ももの後が張ってきた。ふくらはぎに力が入っているようでやはり疲れている。80Kのエイドで所沢走友会の女性に置いていかれる。その後の上り坂を歩幅を狭くし同じペースで走ることを心がけゴールする。ゴール手前鷹巣の商店街で名前がアナウンスされ、日本一の太鼓で迎えられる。その後の筋肉痛は冷水プールで足を冷やしたのが良かったのかあまりなし。帰り内陸線の田んぼアート・黒澤さんとの角館の散策を楽しみました。ウルトラマラソンは黒澤さんの年齢を目標に走りたいと思います。所沢走友会の皆様には大変お世話になりました。



内陸線の田んぼアート

次回11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

## 平成29年度忘年親睦駅伝大会参加者募集

日時 平成29年12月17日(日)  
スタート 1部 9時20分 2,3部 9時30分  
会場: 皇居周回コース  
表彰式 12時30分頃 日比谷公園内健康広場(予定)  
編成 1チーム 4名  
1部 一般の部 15才以上(男女混成可)  
2部 壮年の部 50才以上(同年令男女可)  
3部 女子の部 15才以上女子  
参加費 1チーム 連合所属 8000円(一人/2000円)  
一般 9000円  
申込 平成29年12月2日(土) 当日必着有効  
申込先  
〒173-0005 東京都板橋区仲宿53-9 (有)サンユ一内  
忘年親睦駅伝大会事務局 昼間 TEL 03-3964-8774  
参加費振込は郵便振替 東京走友連合 00150-0-161665  
町田いだ天クラブ 申し込み期限 平成28年11月19日頃  
タスキは各チームで準備  
表彰は各部1位~6位まで、その他ラッキー賞あり  
クラブ補助は500円予定 担当 藪下、中村、伏見、橋本

2018年の武相駅伝はサッカーの日程優先のため、3月中旬以降開催の予定です。エントリー予定の方は、日程調整お願い致します。

## 新年会のお知らせ

来年の新年会、「うおや一丁」30名で予約しました。  
日時: 1月21日(日)  
総会 16時~17時  
新年会 17時~19時  
場所 うおや一丁 町田店(☎042-729-7712)  
新年会費 5000円/人  
ノンアルコール・女性 4000円/人  
日程調整の程よろしくお願い致します。  
なお、年会費は新年会当日は受け付けませんが、行き違い防止のため12月には振り込まないようにお願い致します。今年の年会費受付は11月末で締め切ります。未納の方はよろしくお願い致します。

担当 橋本、藪下

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2017/09/02 東京マスタース陸上競技選手権大会(夢の島陸上競技場)			
3000m	松田 吉雄	M75 7位	17' 13" 44
800m	松田 瑞江	W70 1位	3' 22" 39
1500m	松田 瑞江	W70 1位	6' 53" 97
2017/09/24 秋田100Kマラソン			
100km	西谷 光司		11° 28' 00"
100km	黒沢 和子	48kmで蜂に刺されリタイヤ	
2017/09/24 赤羽月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	壮年 8位	45' 56"
2017/09/25-28 第20回アジアマスタース陸上競技選手権大会(中国大会・ルガオ)			
2017/09/25 (第1日目)			
5000m	松田 吉雄	M75 10位	30' 32" 31
10000m	松田 吉雄	M75 10位	1° 03' 57" 9
800m	松田 瑞江	W70 1位	3' 21" 58
2017/09/26 (第2日目)			
400m	松田 瑞江	W70 1位	1' 29" 38
1500m	松田 瑞江	W70 1位	6' 50" 96
2017/09/28 (第4日目)			
5000m	松田 瑞江	W70 1位	26' 19" 27
4×100R	松田 瑞江	W60 チーム4位(3走)	1' 24" 16
4×400R	松田 瑞江	W60 チーム4位(1走)	8' 36" 78
コメントは別途記事参照			
2017/10/01 第1回東日本ハーフマラソン			
ハーフ	薮下 正治	60歳以上男子28位/330	1° 47' 14"
ハーフ	西谷 光司	60歳以上男子35位/330	1° 49' 55"
ハーフ	飯岡 宏三	60歳以上男子96位/330	2° 00' 18"
ハーフ	渋谷 直泰	60歳以上男子 236位/330	2° 24' 14"
2017/10/08 第398回多摩川月例ロードレース大会			
5km	村野 嘉孝	壮年 18位	46' 07"
2017/10/15 第440回よこはま月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	198位	45' 28"
2017/10/15 四尾連稜線トレイルラン(山梨県市川市)			
35km	大山 昇一郎	60歳以上男子3位 男子総合51位	5° 12' 01"
しとしと降る雨の山道は泥々でした。			
3位入賞し、副賞のワインが嬉しかったです！			
2017/10/22 よこてシティハーフマラソン大会			
ハーフ	渋谷 直泰	60歳以上男子 16位	1° 51' 33"
2017/10/27 国際・第38回全日本マスタース陸上競技選手権大会(和歌山県紀三井寺陸上競技場)			
800m	薮下 正治	M70 3位	2' 59" 42
3000m	薮下 正治	M70 7位	12' 49" 74
立五段跳	薮下 正治	M70 4位	9m72
800m	松田 瑞江	W70 2位	3' 22" 44
2017/10/28 国際・第38回全日本マスタース陸上競技選手権大会(第2日目)			
400m	松田 瑞江	W70 1位	1' 35" 14
2017/10/29 国際・第38回全日本マスタース陸上競技選手権大会(第3日目)			
1500m	松田 瑞江	台風の為、競技中止	
2週間前右足小指骨折。やっと走れるようになった。			
2週間振りのスピード。きつかった。(松田 瑞江)			
2017/10/29 第9回しまだ大井川マラソン			
フル	飯岡 宏三	男子70歳以上 13位 男子総合 2135位	4° 26' 43"
フル	長内 一	男子60歳代 138位 男子総合 2416位	4° 36' 39"
フル	薮下 正治	男子70歳以上 22位 男子総合 2515位	4° 41' 06"
フル	橋本 俊彦	棄権	

10/22 よこてシティハーフマラソン大会 1:51:33 16位  
(秋田県横手市)

渋谷 直泰 記

よこてシティハーフマラソン大会

衆議院選挙投票日でしたが。前日の投票を済ませて。大会に出場しました！

高校生ボランティア活動や、町ぐるみの応援で、気持ちよく走った。頑張れました。2週間前の東日本大会より約33分も速く走れた。東日本大会では、皆さんに負けました。いだけんメンバーの最下位です。

{負けてムラムラ000やる気たつ}今回はりっぱに、立ちましたね。9時スタート、わが家の前が5kmエイドですからね。

、周りは、稲刈り後の、田んぼ道、ジジババが頑張ってくださいと応援。ありがとう、後半も頑張りました。ゴール後、豚汁🐷🍷🍷食べて、4kの道を、ストレッチしながら、りんごの丘を越えて、故郷のわが家に、12時頃帰宅。なぜか元気ありました。やり残した仕事があり、山仕事をする。次の日に町田に帰る  
11月5日練習会は休み 大会です。大月桃太郎マラソンです。

四尾連稜線トレイルランの大会参加報告 大山 昇一郎

2017.10.15 第5回市川三郷四尾連稜線トレイルランの大会記録報告です！

35km(タイム)5:12'01" 男子60歳以上の部 3位 男子総合 51位  
しとしと降る雨の山道は泥々でした。

また昨年までとコースが変わり後半の新たに追加された山の登りがかなり辛く

35kmを5時間かかってしまいました。

60歳以上の部3位。

副賞のワインが嬉しかったです！



第20回アジアマスタース参加報告

松田吉雄

天候不順な中で大会で5000mはドシャブリの雨の中で周回板も前の人も良く見えない状況でトラックには水がたまりくるぶしまで水がたまった所もあり、次のレースからは退会が中止になった。

10000mは好天候で気温が高くランパン、ランシャツからは汗がしたたり、途中2人が脱水で倒れる程でしたが、最後まで走れて満足。

松田 瑞江

座骨神経痛がひどく、記録はあらかじめしていたが4レースとも金メダルをとれて満足。

5000mは全く練習していなかったので暑さのせいもあり、一時はキロ5分30秒まで落ちたが、ラスト1キロ5分を切り、大会新を出すことができた。

松田 瑞江さん  
4種目 金メダル  
獲得



第1回東日本ハーフマラソン参加者  
(西谷、飯岡、薮下)



第38回全日本マスタース  
(薮下 800m 3位入賞)



第38回全日本マスタース  
(松田 瑞江 800m 2位入賞)