

【定期練習会】

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
 ○一八 018 7312617
 (ゼロイチハチ) 会計：橋本俊彦
 2018年会費は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。

< クラブスケジュール >

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6日	靴即売会&新春茶話会(10時~12時)	黒沢公文教室
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	サン町田旭体育館
3月4日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
3月18日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
3月21日	武相駅伝大会	市立陸上競技場(野津田)
4月1日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
4月15日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館

町田走友会会員及び走友の皆さま(1月の練習会) 田中 一生
 1月14日(日)朝8時、サン町田旭体育館に集合 体操後に恩田川サイクリングコースへ出発 鴨居駅往復30km または中山駅往復23.5km のコースを走ります。成瀬の総合体育館は8時30分~40分頃に通過予定です。飲み物、小銭、サングラス等、ご用意下さい。お迎えの必要な方、田中がお迎えします。荷物は田中の車内で預りますが、貴重品の責任は負いかねます。いつものコースですが、集まったメンバーにより、ペースや内容は変わった物になります。距離走の機会を増やす為にも、是非ご参加下さい。それでは、皆さんの参加をお待ちしております。

マイランニング・・・シリーズ ⑥9



おがわ むつお
小川 睦夫さん

☆1948年9月生(69歳)
 ☆入会 2008年12月

『ノロと走った湘南国際マラソン』

2017年12月3日、2015年の北海道マラソンでフルマラソンにデビューしてから生涯5度目のフルマラソン『湘南国際マラソン』に出場した。湘南国際のコースは比較的平坦なこともあり、自己ベストを目指してのエントリーだった。練習では、8、9月がそれぞれ303Km、10月は週末が台風で走れず235Km、11月が270Kmと練習を積んできた。レース前の11月28日、東横線沿線に住む娘夫婦がノロウイルスに感染し、寝込んでいるとの知らせを受けた。11月29日、妻が、娘と乳飲み子の孫を家に連れてきて看病を始めた。トイレ、洗面所、などを娘と区別し食器も熱湯消毒し、全員室内ではマスクをするなどして感染拡大を防ごうとした。そんな中、妻が12月1日、体調を崩し、病院での診察で「ノロに感染」が確認されてしまった。自分だけは感染しないよう願っていたが、12月2日、食欲不振、ひどい下痢の症状が出てしまった。なんとしてもレースには出たかったので、家族には内緒でレース当日を迎えた。朝、歯磨きのとき、吐き気が強くなり、ついに吐いてしまった。起床から家を出るまでに二度トイレに行った。直行バスで7時前に大磯に到着。スタート時間の9時までの間、3度もトイレに行くなど状態は最悪に近かった。Cグループの最後尾付近にならび、6分2秒遅れてスタート。スタート地点には「トレンディエンジェル」の斎藤司や千葉真子などが手を振ってエールを送っていた。「斎藤さん」の顔が朝日を浴びて輝いていた。ランナーが多く、とてもベストタイムを狙える状況ではなかった。それでも最初の10Kmは5分29秒/Kmで走れた。12Km辺りでいだ天の五十嵐さんの後ろ姿が見え、13Km辺りでは五十嵐さんの前に出られた。おなかの調子が良くなく、片瀬江の島の折り返しを過ぎたあたりで最初のトイレ、途中トイレの表示を探しながら走る有様。走っていても、モチベーションを失ってしまい23Km辺りからはとうとう歩き始めてしまった。茅ヶ崎西浜で2度目のトイレ。33Km辺りで五十嵐さんに追い越されていることを確認した。必死で五十嵐さんに追いつき、これ以降は歩かず、五十嵐さんとほぼ並走して最後の給水で止まって給水した。目標とはかけ離れたタイムでようやくゴールできた。全給水所で給水したことで脱水症にならずに済んだ。ゴール後、真っ先に向かったのもトイレだった。完走できた旨を家族に知らせると、「バカもん！何で走ったんだ！」と、こっぴどく叱られた。決して褒められた完走ではなかった。二度と病気を押してのレースはしないと決めた湘南国際マラソンでした。

測定ポイント	スプリット	ラップ	通過時刻
Start	00:06:02		09:06:02
10km	01:00:53	0:54:51	10:00:53
20km	01:56:14	0:55:21	10:56:14
30km	02:58:00	1:01:46	11:58:00
40km	04:10:43	1:12:43	13:10:43
Finish	04:23:38	0:12:55	13:23:38

ネット：4時間17分36秒

次回2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 藪下

アタックスポーツ即売会&お汁粉と茶話会のお知らせ

日時：1月6日(土) 10:00より

アタックスポーツ即売会 & 茶話会

場所：黒沢 公文教室(2F)

アタックスポーツ FAX:03-3894-5695

(峠谷) TEL:03-3894-5534

営業時間：11時~19時

但し、水曜日と第一火曜日は定休日

事前に直接連絡された方は、割引になります。

既製品の事前予約：25%引き

オーダー品の事前予約：20%引き

同時にお茶、お菓子、お汁粉のサービスを有志の方が準備して下さいます。

ご協力できる方はよろしくお願い致します。

事務局 藪下

新年会のお知らせ

来年の新年会、「うおや一丁」30名で予約。

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。委任状もよろしく。

なお、年会費は新年会当日から受け付けます。

今年の年会費受付期間は1月から11月末です。

昨年未納の方は2年分納入よろしくお願い致します。

担当 橋本、藪下

第70回 町田武相駅伝競走大会参加者募集

日時 平成30年3月21日(水・祝) 午前9時30分スタート

場所 町田市陸上競技場

チーム編成 1チーム4名

男子(18~49歳、50歳以上)

女子(18~39歳、40歳以上)

参加費1チーム 10,000円(2500円/人) 昨年同額予定

クラブより補助有り、参加費は2000円/人集金します。

大会申込締切：2月予定 いだ天締切(2月第2練習会まで予定)

担当：渋谷、中村、松田(瑞)まで

H29年12月退会者のお知らせ

氏名 井草 正夫

コメント：町田いだ天の皆様、いろいろお世話になりました。

この度、私はクラブを退会させていただきます。

皆様のご活躍をお祈りしております。

氏名 大村 俊一

コメント：諸事情により、いだ天クラブを退会致します。

今までお世話になりました。

いだ天

第335号

平成30年1月



成年
(戌戌)
(つちのえぼ)



ダイヤモンド富士



初日の出
(町田)

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2017/12/3 はだの丹沢水無川マラソン大会			
5km	松田 瑞江	70歳以上女子 1位 大会新	24' 54"
2017/12/3 第12回湘南国際マラソン			
フル	小川 睦夫	499位	4° 23' 38"
フル	五十嵐 寿光		4° 22' 41"
レースの2日前からノロに感染し、調子が出ませんでした。(小川)			
2017/12/10 第400回多摩川月例ロードレース大会			
5km	村野 嘉孝	壮年 21位	45' 17"
2017/12/16 東日本マスターズロードレース			
10km	松田 瑞江	W70 1位	53' 37"
2017/12/24 第492回赤羽月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	壮年 6位	45' 41"
2017/12/24 第502回月例川崎マラソン			
3km	西谷 光司		12' 26"
5km	西谷 光司		21' 09"
10km	西谷 光司		43' 12"
2017/1/8 ハイテクハーフマラソン			
ハーフ	岸 詔夫	45歳以上男子 2692/3246位	2° 11' 27"
2017/11/12 埼玉国際マラソン			
フル	岸 詔夫	一般男子 6619/14278位	4° 50' 08"

平成29年忘年親睦駅伝大会参加感想

町田いだ天A

1区走者: 西谷 光司

久々の駅伝、みんなの足を引っ張りました。天気も良く、風が強いものの気持ち良く走る事ができました。タイムももう少し頑張り20分切りに努めたい。

2区走者: 鈴木 諭

やや風邪気味だったとはいえ、情けない走りでした。でも、皇居を走ることができうれしかったです。もっと練習を積んで次回も頑張りしたいと思います。ありがとうございます。

第3走者: 嵐田 浩

急に走ることになり、最近、走れていないとはいえ、情けない走りでした。来年にはフルも控えていますので頑張りしたいと思います。

第4走者: 河合 正行

久しぶりの皇居で楽しく走ることが出来ました。記録的には物足りませんが、いい練習になりました。来年も元気で走ればと思っています。

町田いだ天B

1区走者: 山下 哲也 感想なし

2区走者: 長内 一

いつもの事であるが、年々のタイムの悪さにシヨンボリです。やはり練習は嘘はつかないと感じています。明日から頑張るぞ!!

3区走者: 板井 一広

強風と寒さでまったく体が動きませんでした。目標とするタイムで走れませんでした。10年ぶりに忘年駅伝を走ることが出来ました。ありがとうございました。

4区走者: 飯岡 宏三

風に負けないように走りました。タイムがだんだん遅くなり、参加するののみとなりました。ケガから回復して走れるのが楽しくなりました。年齢が増した分、ストレッチで筋肉を動かして十分な準備運動が必要になってきました。

監督: 藪下 正治

私も走りたかったが、体調がすぐれず、不出場でした。皆さん、皇居駅伝への思い入れがあり、物足りなかったようですが、これを来年の糧として頑張ってください。

年齢による衰えを感じている方もいるようですが、まだまだ精神力で走れると思います。毎年、走れる体を維持できるように精進していただきたい。

平成29年度忘年親睦駅伝大会記録(5km×4区間) 2017年12月17日(日)

	1区	2区	3区	4区	順位/記録
町田いだ天A(1部)	西谷 光司	鈴木 諭	嵐田 浩	河井 正行	一般の部 18位
一般の部	20' 43"	20' 01"	22' 30"	20' 11"	1° 23' 25"
町田いだ天B(2部)	山下 哲也	長内 一	板井 一広	飯岡 宏三	壮年の部 18位
壮年の部	24' 26"	23' 16"	23' 57"	25' 41"	1° 37' 20"
町田いだ天C(2部)	渋谷 直泰	鈴木 三平	岸 淳子	野中 渉	壮年の部 15位
壮年の部	25' 10"	22' 25"	22' 38"	20' 40"	1° 30' 53"

記録・応援者: 中村、村野、小川、原田、伏見、横山



A1区中継(西谷→鈴木諭)



A2区中継(鈴木諭→嵐田)



A3区中継(嵐田→河合正行)



Aゴール(河合正行)



B1区中継(山下→長内)



B2区中継(長内→板井)



B3区中継(板井→飯岡)



Bゴール(飯岡)



C1区中継(渋谷→鈴木三平)



C2区中継(鈴木三平→岸淳子)



C3区中継(岸淳子→野中)



Cゴール(野中)