

いだ天

第421号
令和7年3月



白梅
紅梅
(うめ)
花言葉
【気品】
【清らかさ】



河津桜
(かわづざくら)
花言葉
【初恋】
【純潔】



クリスマスローズ
(寒芍薬)
花言葉
【追憶】
【平和】

< クラブスケジュール >

3月2日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
3月16日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
4月6日	練習会(7:45~)夏時間 お花見(11時~)	サン町田旭体育館
4月20日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
5月4日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
5月18日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
5月18日	年齢別皇居駅伝(桜田門8時集合)	皇居周回道路
6月1日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
6月15日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
6月28日	夏季合宿(6/28-6/29予定)	神奈川大学保養所予定
7月6日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
7月20日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館

町田走友会3月の練習会のお知らせ(2月16日)
16日か30日の日曜日の、どちらかに決めたいと思います。コースは朝8時に旭町の体育館に集合して恩田川を走りに行くか、他のコースもご要望がありましたら検討致します。3月2日(日)の夜に決めますので、それまでにご連絡をお願い致します。中山往復、23.5km 鴨居駅往復、約30km 田奈橋~環状4号線周回16日の場合は、野津田の陸上競技場が個人利用日となっております。トラックでの練習会をご希望の方は、おられますでしょうか？

田中一生

【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 サン町田旭体育館
 ★集合時間: AM 8:45(冬時間)
 注意: 4月~9月は夏時間 AM 7:45集合
 10月~3月は冬時間 AM 8:45集合

町田いだ天クラブ年会費振込先について
 年会費振込先: ゆうちょATMで通帳引き落としとして
 下記通帳に直接振込下さい。 会計:橋本俊彦
 記号 10130 番号 73126171

「マテダイダテンクラブ」と表示されます。
 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。

(会費は3000円です)

店名 店番 普通預金口座
 ○ー八 018 7312617

口座番号の最後の1を取って7桁にします。
 インターネット振込のみ手数料無料です。
 2025年年会費納入は原則新年会、以後は
 2025年1月から6月末を予定しています。
 よろしく願致します。

寄付金お礼

中村前会長の奥様より、寸志を頂きました。クラブ会計
 に組込み会員の補助等に利用させていただきます。
 有難う御座います。

会計 橋本俊彦 事務局 数下正治

マイランニング・・・シリーズ 155



おかざき としき
岡崎 利紀さん

☆1962年5月生(62歳)
 ☆入会 2019年4月

「別府大分毎日マラソン」を走ってみて

今回で3度目となるの別大マラソン、この大会は何度走ってもしびれます。別府駅近郊より指定時間乗車のシャトルバスで会場の「うみたまご」に到着すると、会場は既に自衛隊の音楽隊の生演奏で盛り上がり、上空では、空撮用のヘリコプターが、バリバリ気合を入れて飛び回る、この演出には 否が応でも闘争本能に火が付きまします。全国から約4000人のランナーが集い、大会のテーマでもある「自分史上最高の走り」を演出する大会はひと味違います。軽いアップの後、スタート直前に指定のスタート位置並び、独特の緊張感に包まれながらスタートしました。今回は3年間出来てなかった3時間20分切りを目指します。昨年5分差も付けられた 山中先生との再戦も楽しみのひとつでした。ハーフを1:38:34で折り返し、30kmまでは、目標ペースで走れましたが30km以降は毎度の失速が始まりましたが、タイミング良く40km地点で山中先生の背中が見えたのはラッキーでした。「山中先生、がんばれー！」の沿道の声援をエネルギーに替えてラスト2kmを走り抜けました。ゴール後、山中先生とは握手を交わし健闘を讃え合えたことは、良い思い出となることでしょう。結果グロスで3:20:04、ネットで3:19:08でフィニッシュです。スタジアムに入ってから追い込みましたが、グロスで4秒足りませんでした。マラソンの始まる30km以降になかなか脚が残せない、マラソン攻略の永遠のテーマになりそうです。2年前に3:30で走り、1年前は3:25、今年は3:20でした。走る度に5分縮まるので来年は3:15で走り50代で出したPBを更新したいと思えます(笑)。ただ、別大マラソンは参加ランナーの力を最大限に引き出してくれる最高の大会です。走りに全集中出来、ストレスフリーで走らせて頂ける「別府大分毎日マラソン」には感謝の気持ちで一杯です。更に、ゴールのジェイリースタジアムにて、走り終えた多くのランナーが足を止めて、走り終えようとするランナーを仲間を応援するかのように大声援を送っているその姿は、大会全体の一体感を感じる、テレビには映る事のない別大マラソンの素晴らしい光景でした。



順位	氏名	finish			
2418	岡崎 利紀	3:20:04			
	5km	10km	15km	20km	half
	0:24:25	0:47:31	1:10:31	1:33:38	1:38:37
	25km	30km	35km	40km	finish
	1:56:47	2:20:25	2:44:32	3:09:27	3:20:04

次月号以降のマイランニング投稿よろしく願致します。ニュース担当 数下

東日本年齢別駅伝大会・皇居レディース駅伝大会 参加者募集のお知らせ

開催要項
 期日 令和7年5月18日(日)
 種目

- 1部 一般の部
15歳以上男女混成可
 - 2部 年齢別の部 男女混成可
1走 60歳以上 2走 50歳以上
3走 45歳以上 4走 40歳以上
 - 3部 レディースの部 15歳以上女子
- スタート 午前9時30分 1-3部一斉スタート

距離: 約5km 4区間
 会場: 皇居周回コース
 (桜田門スタート、ゴール)
 申込み締め切り 5月1日(木)必着
 町田いだ天クラブ申込み締め切り
 令和6年4月21日(月)
 出来るだけ早めに申し込み下さい。
 複数チームエントリーするので出来るだけ
 他の行事より優先してください。
 昨年出場者
 石井、岡崎、大山、小嶋、
 西谷、鈴木、菅根、及川、
 肥後橋、数下、山下、加藤
 女子 藤野、村岡、甲斐、岸
 以上4チーム参加でした。(岡崎は欠場予定)
 ご協力願致します。 事務局 数下正治

町田いだ天クラブHPの紹介

町田いだ天クラブのホームページは下記の通りです。
 町田いだ天クラブ-トップページ
 (machida-idaten.sakura.ne.jp)
 上記HPから(最新月報)をクリックすると最新のニュースを参照できます。
 PCではHP最新月報を参照できますが、携帯では、HPまでは参照できる
 が、最新月報までは参照できない場合も有ります。
 会員の方は、最新月報参照の可否を欄外の事務局
 数下までメールSMSなどでご連絡下さい。
 なお、自宅電話は留守番電話の為、注意 事務局 数下正治

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2025/2/2 第73回別府大分毎日マラソン			
フル	岡崎 利紀	総合2418/3269	3° 19' 08"
2025/2/15 ムサコ丸子橋リバーサイドマラソン			
10km	岡崎 利紀	総合9/41 男子8/28	43' 56"
2025/2/16 第57回青梅マラソン			
10km	松田 瑞江	女60歳以上91位 総509位	1° 03' 42"
10km	飯岡 宏三	男70歳以上140位 総1251位	1° 04' 02"
10km	藪下 正治	男70歳以上25位 総467位	52' 00"
2025/2/16 第528回よこはま月例マラソン			
1km	岡崎 利紀	総111位/459 60歳代8位/71	4' 15"
3km	岡崎 利紀	総70位/517 60歳代 5位/78	12' 40"
5km	岡崎 利紀	総82位/450 60歳代5位/72	21' 52"
10km	岡崎 利紀	総96位/448 60歳代7位/66	46' 22"
総(19km)	岡崎 利紀	総34位/197 60歳代4位/29	1° 25' 09"
1km	大山 昇一郎	総109位/男459 70歳代1位/23	4' 14"
3km	大山 昇一郎	総125位/男517 70歳代2位/24	13' 40"
5km	大山 昇一郎	総139位/男450 70歳代2位/21	23' 25"
10km	大山 昇一郎	総183位/男448 70歳代3位/15	50' 15"
総(19km)	大山 昇一郎	総72位/男197 70歳代2位/7	1° 31' 34"
1km	柴田 忠治	総277位/459 70才代8位/23	5' 14"
3km	柴田 忠治	総327位/517 70歳代6位/24	16' 20"
5km	柴田 忠治	総363位/450 70歳代9位/21	28' 52"
10km	柴田 忠治	総409位/448 70歳代11位/15	1° 04' 04"
総(19km)	柴田 忠治	総179位/197 70歳代5位/7	1° 54' 30"
2025/2/22 第83回スポーツメイトラン新横浜鶴見川マラソン			
フル	岡崎 利紀	総合19/49 男子19/44	3° 57' 02"
2025/2/23 第588回月例川崎マラソン			
1km	柴田 忠治	総 220位/285 70才代11位/23	5' 40"
3km	柴田 忠治	総249位/321 70歳代12位/19	17' 53"
5km	柴田 忠治	総224位/265 70歳代8位/16	30' 47"
10km	柴田 忠治	総227位/250 70歳代7位/11	1° 06' 21"
総(19km)	柴田 忠治	総117位/128 70歳代4位/5	2° 00' 41"
2025/2/24 大阪マラソン2025記録速報			
フル	藪下 正治		5° 51' 37"
気温が低く、粉雪混じりで寒く、15km以降失速しました。			

2月2日(日)練習会参加者
(サン町田旭体育館裏)2月16日(日)練習会参加者
(サン町田旭体育館裏)

夏季合宿のお知らせ

期日 6月28日(土)ー29日

場所 箱根仙石原 神奈川大学箱根保養所

神奈川大学箱根保養所を長内さんが予約

4月29日頃に予約予定。20名くらいの見込み。

参加費用:1万円 (これ以上はクラブで補助)

懇親の為、出来るだけ都合をつけてご参加下さい。

5月下旬下見予定

鈴木、橋本、藪下の3名で合宿の下見にいきます。

・金時山ハイキングコース登山口

・仙石原

・早朝ランコース(ゴルフ場脇の湖尻までの間道)

6月1日に参加者を最終確認します。

希望者は早めに連絡願います。

参加者集合時間予定

6月28日予定 町田駅ホーム8時半集合

町田駅発急行8:52-小田原着9:48

小田原バス乗車10:10-仙石バス停着10:50

会計 橋本、事務局 藪下

第57回青梅マラソン参加報告(2月16日) 藪下正治
毎年、恒例の青梅マラソン10kmに参加しました。
好天に恵まれ、参加者の皆さん好記録を更新しています。
私は前半抑え目に走って後半に期待しましたが、1km5分は切れなかったです。
松田瑞江 女子60歳以上 91位 1時間03分42秒
飯岡宏三 男子70歳以上 140位 1時間04分02秒
藪下正治 男子70歳以上 28位 52分00秒



左から 飯岡宏三、藪下正治、松田瑞江の参加選手

ニュースのHP掲載時期について

会長より、ニュースの掲載時期について早めに掲載

すべきと提案がありました。

一人でチェックしているので、配布と同時に掲載は、

転送時期と西谷さんの都合により、困難と考えていま

す。

数日後なら、掲載可能と思います。

掲載希望時期について広報担当の曾根さん、

小嶋さんに希望時期の調査をお願いしたいと思いま

す。

クラブ会員の皆さんご協力お願い致します。

事務局 藪下

月報(ニュース)配布方法のお知らせ

臨時役員会で毎月のニュース配布方法について

下記事項を申し合わせしました。(来年度から実施予定)

ニュースは練習会で配布を原則とする。

練習会に来られない方の配布は複数月分をまとめて

配布する場合もある。町田いだ天クラブHP参照できる方

は、本人了解の場合、配布を省略することも有ります。

事務局 藪下、会計 橋本