

【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:
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

< クラブスケジュール >

Table with 3 columns: Date, Event Name, Location. Includes dates from 3月1日 to 7月19日 with various club activities.

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
下記通帳に直接振込下さい。 会計:橋本俊彦
記号 10130 番号 73126171
「マチダイダテンクラブ」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4000円、夫婦会員2人8000円、40歳未満2000円)
店名 店番 普通預金口座
〇ー八 〇18 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み手数料無料です。
2026年から会計を年度に変更します。
2026年年会費納入は原則4月~6月末を予定とする。
よろしくお願致します。
新規入会者は年会費を納入後に、正式入会です。
今年度の納入受付は1月納入でも4月受付扱とします。
ご承知お下さい。

町田走友会 3月の練習会(3月8日・15日・22日(日)のいずれか)
コース 朝8時に旭町の体育館に集合。体操をして、恩田川へ距離走。
または、函師スポーツ広場集合・尾根緑道
あるいは、15日、22日は野津田競技場でトラック練習。
成瀬の体育館は、8時30分頃に到着予定です。

田中一生

いだ天

第433号
令和8年3月



河津桜? (かわずざくら)
花言葉 【純潔】 【淡白】 【初恋】



寒芍薬 待雪草 (クリスマスローズ)
花言葉 【懨め】 【中傷】 【追憶】

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

期日 令和8年5月17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20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
竹前、西谷、曾根、千葉、
岡崎、加藤、大山、小嶋(勇)、
女子 岸、松田(裕)、押元、小嶋(淳)
以上3チーム参加でした。
ご協力お願致します。 事務局 藪下正治

2月入会者のお知らせ

氏名: 鶴岡 茂 (59歳)
住所: 東京都町田市高ヶ坂
コメント
町田いだ天に憧れて入会しました。
ラン歴は6年で初心者域を脱しません
が皆さまに温かく見守っていただけると嬉しいです。
・5キロ 0:23:40 シニア健康スポーツフェス(2025/11)
・ハーフ 1:55:13 旭しおさいマラソン(2025/2)
・フル 4:26:19 全国勝田マラソン(2026/1)
・ウルトラ 15:55:07 赤城山100ウルトラ(2025/9)



HP: https://machida-idaten.sakura.ne.jp/

Mail: idaten.club@yahoo.co.jp

参加に関するご質問等お気軽にお問い合わせ下さい。
連絡先: 事務局 藪下 ☎090-8019-4332



マイランニング... シリーズ 166



そね まさみ
曾根 正美さん

☆1966年1月生(59歳)
☆入会 2018年3月

全国勝田マラソンに参加して

1月25日、全国勝田マラソンに参加しました。昨年末の皇居駅伝では体調不良で貧血を起こしてレース前に倒れてしまい、皆さんにご迷惑とご心配をおかけしてしまいました。年明けから体調が戻ってきたため、思い切ったエントリーしていた勝田マラソンに挑戦することにしました。完走を目指し、20km、30km、40kmと距離を伸ばしながら練習を重ね、なんとか走り切れる手応えをつかんで当日を迎えました。当日は快晴のマラソン日和でしたが、強風が気がかりでした。勝田マラソンは昭和28年から続く歴史ある大会で、初参加の私にとって会場の雰囲気や沿道の応援は心地よいものでした。スタート直後は混雑で走り出すまでに5分以上かかり、5km地点を過ぎた頃からは猛烈な横風が吹きつけ、故郷・静岡の風景を思い出しました。前半は周囲の雰囲気や押されてキロ6分のペースで走りましたが、自分には速すぎると感じつつも抑えきれず、その影響が20km以降に出てペースはキロ7分、8分へと落ちていきました。練習でも後半に失速する傾向があったため、今後はスタミナをつけてイーブンペースを目指したいと痛感しました。30kmを過ぎると苦しさが増しましたが、これまでの練習やীদের皆さんを思い浮かべて踏ん張り、35km地点では「これがマラソンだ！」と自分に言い聞かせながら(笑)前へ進みました。残り3kmで交通規制が解除され、歩道へ誘導されたり赤信号で止まったりと予想外の展開もありましたが、青信号で再び集団で走り出す場面はマラソン大会では普通ないためむしろ面白く、終盤の良い刺激になりました。ラスト2kmは余力がほとんど残っていませんでしたが、最後の力を振り絞ってスパートし、無事にフィニッシュ。ネットタイムでは5時間を切ることができ、達成感のあるレースとなりました。とても疲れましたが、応援してくれたীদের皆さんのおかげで元気に完走できました。これからも練習を重ね、さらに成長していきたいと思ひます。

Table with personal record details: 氏名: 曾根 正美, ナンバー: 11471, 種目: 男子マラソン60歳代の部, 出場種目: 男子マラソン60歳代の部, 距離: 42.195 km, タイム(グロス): 5:02:50, タイム(ネット): 4:53:40, 種目別順位: 880/1065, 総合順位: 9156/10515

次月号以降のマイランニング投稿よろしくお願致します。ニュース担当 藪下

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2026/1/11 第10回東日本マスターズロードレース大会			
5km	松田 吉雄	M80 3位	45' 01"
コースを間違えた為、1km多く走った。			
5km	橋本 俊彦	M75 3位 手術後5年振りレース	33' 30"
5km	松田 瑞江	W80	28' 52"
アップダウンのコースだったが全くイブペースで走れた。			
2026/01/11 東京ニューイヤーハーフマソン2026			
ハーフ	岡崎 利紀	総5418/5440 60歳代675/680	2° 38' 11"
2026/01/17 マソンフェスティバルin国営昭和記念公園2026			
30km	岡崎 利紀	189/250	3° 35' 44"
2026/01/25 第89回赤羽トライアル			
10km	岡崎 利紀	総合13/23 男子13/19	50' 27"
2026/02/01 第74回別府大分毎日マソン			
フル	岡崎 利紀	男子3433/3499 総合3439/3505	3° 29' 59"
2026/02/15 第58回 青梅マソン			
10km	数下 正治	総合759位 男70以上53位 net	57' 09"
10km	飯岡 宏三	総合1416位 男70以上154位 net	1° 04' 02"
10km	松田 瑞江	総合269位 女60以上41位 net	57' 57"
2026/2/15 第540回よこはま月例マソン			
1km	岡崎 利紀	男60代 36位/69 総248位/410	5' 17"
3km	岡崎 利紀	男60代 10位/80 総131位/465	13' 53"
5km	岡崎 利紀	男60代 10位/83 総119位/438	22' 47"
10km	岡崎 利紀	男60代 21位/77 総164位/410	50' 01"
総(19km)	岡崎 利紀	男60代 9位/38 総71位/179	1° 31' 58"
1km	大山 昇一郎	70歳代 2位/27 総90位/410	04' 15"
3km	大山 昇一郎	70歳代 4位/31 総132位/465	13' 53"
5km	大山 昇一郎	70歳代 2位/24 総121位/438	22' 48"
10km	大山 昇一郎	70歳代 1位/15 総165位/410	50' 02"
総(19km)	大山 昇一郎	70歳代 1位/7 総69位/179	1° 30' 58"
1km	西谷 光司	男70歳以上 4位 / 27 総168 / 410	04' 43"
3km	西谷 光司	男70歳以上 5位 / 31 総148 / 465	14' 04"
5km	西谷 光司	男70歳以上 4位 / 24 総184 / 438	24' 20"
10km	西谷 光司	男70歳以上 4位 / 15 総235 / 410	54' 07"
総(19km)	西谷 光司	男70歳以上 4位 / 7 総99/ 179	1° 37' 14"
2026/02/22 大阪マソン2026			
フル	岡崎 利紀	9765位	4° 45' 09"
2026/2/22 第600回月例川崎マソン			
1km	西谷 光司	男70歳以上 1位/21 総91位/309	04' 27"
3km	西谷 光司	男70歳以上 2位/17 総109位/316	14' 20"
5km	西谷 光司	男70歳以上 2位/11 総117位/268	24' 43"
10km	西谷 光司	男70歳以上 2位/12 総122位/218	54' 07"
総(19km)	西谷 光司	男70歳以上 2位/5 総74位/121	1° 37' 37"
今回600回記念大会でした。			

2月1日(日)練習会参加者
(サン町田旭体育館裏)2月15日(日)練習会参加者
(サン町田旭体育館裏)

2月15日(日)青梅マソン参加報告
毎年恒例の青梅マソン10kmに参加しました。
好天で好記録が期待されましたが、数下は転倒の後遺症からか、昨年より5分も遅い記録でした。
松田瑞江 女子60歳以上 41位 57分57秒
飯岡宏三 男子70歳以上 154位 1時間04分02秒
数下正治 男子70歳以上 57分09秒



健康体操参加報告(町トレ)

2026年2月20日 9:30~11:00

場所 本町田集会所

約15名の参加者の町トレの健康体操に参加出来ました。

待ちトレは毎週金曜日に100円の参加料で参加できます。

町田いだ天倶楽部では新年度の4月から始めます。

健康体操は外部の方もご参加出来るように検討してまいります。

4月12日の健康体操、役員会の会場になります。

ご協力よろしくお願い致します。

会計 橋本 事務局 数下



夏季合宿のお知らせ

期日 6月27日(土)~28日(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28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(?なしかも)

鈴木、橋本、数下の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27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 数下