

東京走友連合 だより 玉



63号

発行

東京走友連合

〒154-0024

東京都世田谷区三軒
茶屋 1-32-18-301

松村隆 03-3422-2605

題字 元文部大臣
小杉 隆

2025.4.1

人類が「健康な心と体」を享受できるよう貢献しよう！

東京走友連合会長 小杉 隆

世界の政治リーダーが替わった。アメリカのトランプ大統領は世界に緊張感を与えている。日本でも石破茂が総理となった。日米首脳会談では石破茂総理も頑張った。時代は激しく動いている。何が起こるか分からない。世の中は確実に変化し、進化している。

スポーツの世界でも、東京では世界陸上が開催され、野球もMLBの開幕戦が日本で始まる。その他各種競技も含めて日本選手の活躍が期待される。

特に、世界陸上では新しい選手の台頭でいずれの競技でも激戦が予想される。マラソン・中長距離・短距離のリレー・やり投げなどの日本選手の活躍が楽しみだ。

世界的に通用する野球・マラソン・駅伝などは、競技人口の裾野が広いことと、試合の場が多いことで力を蓄えて来た。野球は子供の時から親しんでいる。高校野球は全国の高校が参加している。大学野球も地域ごとにリーグ戦を行っている。これが大谷翔平選手のような選手を輩出し世界野球で優勝する背景である。

マラソン・駅伝でも中学・高校・大学で鎬を削っている。東京・大阪・九州のマラソンは人気を集めている。箱根駅伝は正月の風物詩となりテレビの実況中継も高視聴率だ。実業団対抗駅伝・高校駅伝・都道府県対抗駅伝も同様だ。

歩く・走るは全ての人間活動の基礎である。

長い間走り続けた恩恵を実感している。数年前階段から転落し、手術してリハビリを継続している中で感ずることが沢山ある。小さい時から遊び回り、中学高校では新聞配達牛乳配達、社会人になってもランニングを続けて来た、そのお陰で、転落後も車椅子生活になったが、半身不随にもならず両手両足も麻痺は残ったが日常生活も何とか送れているの



も長年の蓄積のお陰だ。咄嗟の判断で柔道の受け身で致命傷にならずに済んだ。リハビリ中の今も手足や膝腰の屈伸を繰り返し行っている。そのお陰で脳の働きも活発になり認知症予防にもなっている。生涯駆け抜けて来た貯金が今の私を支えている。皇居駅伝で懸命に走っている走友連合の皆さまは現在と将来の健康生活のための貯金をしていると考えるべきだと思う。

私は日常生活の中で「危ない！」と思うことが度々ある。安全のために視覚・聴覚・触覚などの五感を鋭く働かせて。3 S (SLOW. SAFE. SURE) ゆっくり安全に確実に、モットーにしている。或る意味では、健常の時よりも安全や食生活に気を配り、健康な毎日を過ごしている。

連日の立ち上がりや両手両足の屈伸運動、歩行器を使っの歩行訓練、仕事で虎ノ門事務所に通えるのも全て走り続けた成果だと思う。

東京走友連合の皆さん！走り続けて下さい。きっと皆さまの健康な日常生活の原動力となり老後の健康生活を保障することに繋がります。

東京走友連合は、世界一美しい皇居での周回駅伝の場を提供し、多くの人が健康な人生を送れるようお手伝いをさせて頂いて来ました。

皆さんと一緒に世界中の人が「健康な心と体」で実りある人生を送れることを目指して世の中に貢献して参りましょう。

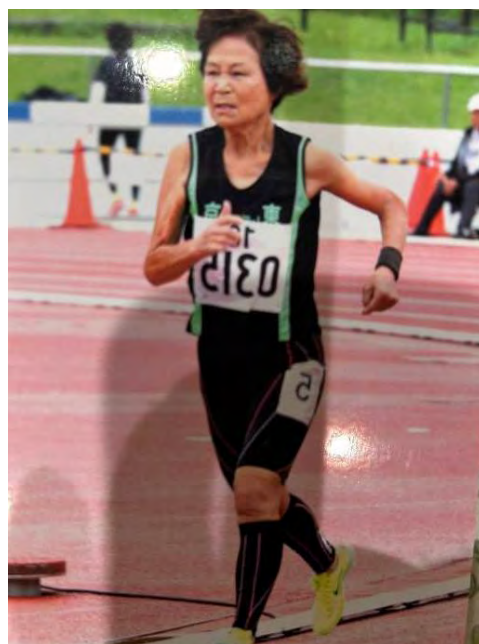
35周年を迎えて

東京走友連合副会長 松田 瑞江

東京走友連合は創立35年になります。

発足からのメンバーは、私一人になってしまいました。月日の経つのは本当に早いものです。当時最年少だった私が今年傘寿、80才になります。あっという間の35年間でした。

また、平成17年に2代目の会長に元文部科学大臣だった小杉先生をお迎えしてから、20年が経ちます。スポーツ万能な会長は、合同練習会の時は一緒に走り、駅伝にも参加されました。湯河原で実施した合宿では、白雲の滝までの険しい山道を若い人たちと一緒に登られるほどの健脚振りでした。そんなお元気な会長が5年前、連合30周年の年に頸椎損傷骨折の大怪我をされ、懸命なリハビリ生活を送られました。一刻も早く社会復帰し、連合に貢献したいと話



していらっしゃいました。連合の会合にも車いすです必ず出席され、本当にありがたいことだと感謝の気持ちでいっぱいです。

昨年7月の総会前の会話で「私も来年は90歳、そろそろ代わろうと思っている」と話されたので、「会長がお辞めになられるときは連合が解散するときですよ。私たちも一生懸命会長を支えて一緒に頑張りますので、お辞めになるのは待って下さい」と、そんな会話を交わしました。その日の総会の後、大変暑い日だったので居酒屋でみんなで乾杯しました。会計の菊地さんが気を利かして冷たいノンアルコールのビールを注文してくれ、皆と一緒に5年ぶりにビールを飲まれました。「あっ、おいしい」「これ本当にノンアル？」と嬉しそうでした。



私は70歳手前に膠原病と診断されました。口の中が乾燥して乾いてしまうため、走るときも常に飴やガムを噛んでいます。疲労が激しかったりと症状が出ます。又、昨年には脊柱管狭窄症と診断され、思うように走れない日々が続いています。手術をするか迷い、決断しかねています。それでも毎朝、今年84歳になる夫と、「この歳でも走れるんだから、幸せだね」と会話しながらゆっくり走っています。今年もマスタース陸上を走りたいと思います。

私も微力ながら、会長と一緒に、皆さんと一緒に東京走友連合を支えていきたい思います。

いい汗かいて生涯スポーツ

東京走友連合理事長 丹野 一彦

人はなぜ走るのか。「健康」「ダイエット」「運動不足解消」「自己記録更新」またはうまいビールを飲むため等、人それぞれにいろんな理由で走っている。ただ、動機はあれども、続けるのは容易ではない。

現在、ランナー人口は500万人～600万人とも、週末には全国各地で大小合わせて500種目の大会が開催（ランナース調）されているようだ。ランニング熱は一向に衰えを見せない。2007年から始まった東京マラソンが火種の一つには間違いない。だが、もっと先に始まった駅伝大会がある。連合主催年2回開催の「皇居駅伝」、東京のど真ん中、皇居外苑、市民ランナーにとっては人気のスポットだ。あの忌まわしいコロナ渦以前の大会では200チーム以上が参加。そのためか外苑事務所から制約を課された。当連合としては、それを守ることは当然のことであるが、厚生労働省が盛んに健康維持に推奨された運動の目安をまとめたガイドラインを作成したなかで参加人員を制限されたことはいささか疑問に残り時代に逆行するような気がしてならない。

今や人生100年時代、健康志向が高まり、走る女性が増え高齢化が進んだ社会変化も見逃せない。だからこそ多くの人意識して体を動かし大いにランニングを楽しみたいものである。そして御大渡辺弥太郎先生の「オイ皆元気かァ～そうか良かったァ～無理すんなよォ～連合を頼むぞォ～あと宜しくなァ～」と威厳のある天の声が聞こえてくる。

伊豆大島合宿 (2024.10.4～5 (金・土))

城北クラブ 安部 武良



竹芝桟橋
7:40集合
8:30出発
ジェット船

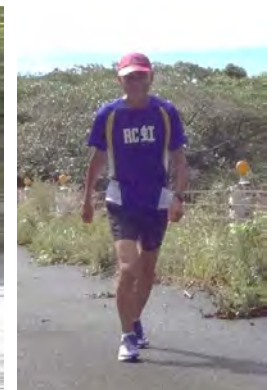
皆さん わくわく です
伊豆大島岡田港へ10:15着



伊豆大島
岡田港に到着
車、バスにて
元町港の旅館
【富士や】へ集合



旅館【富士や】前を11時過ぎに出発、三原山 山頂口を目指す



山頂口まで全員完走、
完歩、健脚の3人は
御鉢をめぐり。
御鉢はかなりの強風
が吹き荒れていたと
のこと
天候が曇で霧があり、
景色が見えなく残念
でした



懇親会 昼間の疲れも忘れて食べて飲んで大騒ぎでした



各クラブの紹介などあり、
お酒が進むと親睦も一層、
深まりました
最後は城北クラブの部屋で
二次会を開催、多いに盛り
上がりました



朝練習（自由行動）サンセットパームラインをウォーキング



帰りも岡田港より大型客船で東京へ出発



横浜港で約半分の会員が下船し、家路に向かいました



2024年度を振り返って

RC虹 成塚 数剛

RC虹の1年間の活動を振り返ってみたいと思います。

- 7/14、15日 小布施見にマラソン 2名参加。
- 8/3日 太平山（栃木県）ハイキング 7名参加。
- 10/4、5日 東京走友連合、大島合宿 3名参加。
- 11/1～11/3日 鬼怒沼ハイキング 6名参加。
メインの2日、朝から1日雨模様。遭難、ケガの危険性もあるのでハイキングを中止、朝から加仁湯の7湯で温泉三昧。久しぶりにのんびりしました。
- 11/10 流山マラソン10k 4名参加、4名応援。南流山で一杯。
- 11/23～11/25日 ヨロンマラソン 6名参加。与論献奉（祝い酒）で大いに盛り上がったようです。
- 12/15日 皇居忘年親睦駅伝 Iチーム参加。
大会終了後、神田で忘年会。11名参加。
- 2025
- 1/13日 足立区民駅伝（舎人陸上競技場） 1チーム参加。
- 3/9日 草加松原太鼓橋ロードレース大会 3名参加予定。

RC虹の仲間も大分高齢になってきましたが毎週日曜日の舎人公園練習会を基本とし、これからも会員なかよく、各大会参加、合宿、ハイキングを企画していきたいと思います。



東京走友連合35周年記念

葛飾マイペースクラブ 会長 大野 雄一

東京走友連合35周年おめでとうございます。早いものでもう35年になるのですね。

思えば、駒場先生たちが熱い気持ちをもって東京走友連合を立ち上げまして各県に走友連合を作る先駆けとして創られました。35年にもなると当時の重鎮の人たちが多くいなくなり寂しさを覚えます。

私たちの「葛飾マイペースクラブ」も前会長の杉山さんが亡くなって10年近くになりますが、私共のクラブも60歳以上のクラブ員が多くなって朝の練習会でも10キロを走るより歩く方が多くなる場合があります。ナイタージョキングカーニバも今年からは開催を見送ります。立ちあげるときはクラブ員が一丸となって行いましたが、温暖化の影響と高齢のために大きなトラブルが出ないうちに止めることにしました。いままで連合の協力を頂きありがとうございます。

走友連合も同じように駅伝等の参加クラブも少なくなりさみしい感じがします。可能であれば以前のように駅伝終了後懇親会を含めた表彰式を行えば新規のクラブが増えて来そうな感じがします。また、去年の伊豆大島合宿をしたとき私のクラブ員は知らない人と話しながら走って楽しかったと言っています。今後も楽しくするためには多くの人と話し合える場所を確保して共通の話題を持てるようにしたら良い方向に向かうと思っています。改めて35周年お祝いとともに今後とも宜しくお願いします。

夫婦そろって念願の WMM 制覇 !!

石川眼科 石川 克也

毎年、世界中で800レース以上のマラソン大会が開催されており、そのうち東京、ボストン、ロンドン、シカゴ、ベルリン、ニューヨークシティの6大会のみがワールドマラソンメジャーズ（WMM）の称号を得ています。そして、6大会すべてを制限時間内に完走したランナー（Six Star Finisher）にはその功績を称え、Six Star Finisherメダルと各大会での記録タイムと名前入りのSix Star完走証が授与されるのです（2023年4月時点でSix Star Finisherは世界で1万2212人、うち日本人は346人）。

WMMとの出会いは東京マラソンでした。私はNPO法人日本医師ジョギーズ連盟（JMJ A）に所属しており、「走るお医者さん」として何度も東京マラソンで医療支援走をしているうちに海外メジャーマラソンも走ってみたいとなったのです。一緒に走り始めた妻はその才能を開花させ、大阪国際女子マラソンに出場するほどの走力を身に付けていました。そこで、妻と相談し、WMM制覇の旅を開始することにしました。

海外でのWMM初挑戦は2018年11月のニューヨークシティマラソンにしました。2人とも参加基準タイムを軽くクリアしており、秋のマラソンシーズンなので好記録が期待できたからです。2019年2月の東京マラソンはチャリティランナーで出走。4月のロンドンマラソンは公認ツアー枠で参加。9月のシカゴマラソンは基準タイム枠で出場。WMM挑戦により私の気力、走力もアップし、同年11月のぐんまマラソンで2時間56分41秒と、58歳で自己ベストを更新することができました。

この勢いで2020年4月のボストンマラソン、9月のベルリンマラソンを駆け抜ける予定でしたが、新型コロナウイルスのパンデミックで延期となり、2022年4月のボストンマラソンも第6波のピークを迎え、断念しました。WMM制覇を半ば諦めかけていた時、



某旅行会社のホームページで偶然、「ベルリンマラソンツアー募集」を発見。「もう行くしかない！」と早速申し込んで参加しました。レースでは、沿道からの途切れることのない大声援に背中を押してもらい、ゴール手前のブランデンブルク門をくぐり抜けた瞬間、2年6か月ぶりにWMMを走ることができた喜びで涙があふれ出しました。

そして、2023年4月のボストンマラソンがSix Star Finisherメダル獲得がかかったレースとなりました。当日の天候は氷雨に加えて向かい風という最悪のコンディションでしたが、もう完走するしかありません。極寒にもかかわらず、沿道に集結した人垣はフィニッシュ地点まで続き、その熱い応援のおかげで私たちは全く寒さを感じることなく走りきることができました。2人して完走メダルとSix Star Finisherメダルを首に掛けて街を歩けば、すれ違うボストン市民やランナーたちから「Congratulations!」と祝福され、WMM制覇の実感が湧いてきました。世界最古のマラソン大会であるボストンマラソンがWMM制覇の最終レースであったことは、非常に感慨深いものでした。

現在、当院の待合には、6大会の完走メダルとSix Star Finisherメダル、ボストンマラソンのプレートを飾っています。おかげで、診察中に患者さまとマラソン談義が盛り上がる事が多くなり、休診のお知らせを見た患者さまには「先生、次はどこへ走りに行くの？」と逆に聞かれてしまいます。



屈辱の5キロ

城北クラブ 植松 靖博

東京走友連合便りの原稿の依頼をクラブ員にお願いしたところ、誰も書いてくれなかった。私の方で何とか書けるものが無いかとテーマを探っていたが「心に残る思い出のマラソン・駅伝・・・」が唯一書けるかなと思い、「心に残る思い出の」ではなく「忘れ去りたい過去の」になるが、昨年の忘年駅伝で断トツぶっちぎりの区間最下位となってしまった駅伝について触れることにした。区間最下位の言い訳をクラブ員には何度も話したが、東京走友連合の皆様にはこの機会を利用して・・・

私は2019年の日本平桜マラソンを最後に走ることが出来なくなっていた。変形性膝関節症による膝の痛み、腰椎椎間板ヘルニア、変形性腰椎症による間欠性跛行での坐骨神経痛などで、走る事は勿論、長く歩くことにも支障が出て、現在は毎日エアロバイクで肥満対策をしている。ただ一年前頃から歩いても痛みが出ないようになり、忘年駅伝も「私が走れば4チーム組める」ということで久し振りに参加することとした。

最低でも完走はしたいのでジョギングを週に1回くらいの頻度で再開し、3キロ、4キロ、少しずつ距離を延ばしていった最後は6キロを38分で走ることが出来た。これで完走は確実、あとは本番でどのくらいのペースで走れるか？

クラブの練習会の日、皆が来る前にトラックをキロ5分くらいで走り出すが、そこで右脛脛に軽い違和感を感じ即中止した。肉離れでないことを祈り、その日からは走らずに当日を迎えた。

5年振りに履くレース用のランパンが妙に緩くなっているのが気になったが、エアロバイクで痩せたのかな？と良い方向に捉え1区のランナーを待った。久し振りの駅伝で自然に気合も入るが、襷を受けて走り出した直後とんでもないことが起きた。緩くなっていたランパンが走った勢いでズルっと落ちた。さらに緩くなっていたのは腰のゴムだけでなく股のゴムも緩くなっていてそちらもズルっと落ちた・・・「ヤバイ！」両手で瞬時に隠す。それと同時にビリッと右脛脛に痛みがきてしまった。まだ皇居の桜田門の広場を出る前の出来事だった。いきなり歩くのも恥ずかしいがやはり痛くて走れず、周回コースに出る直前で歩き出した。「これから5キロどうしよう・・・」油断をするとランパンがズレ落ちるので左手で押さえ、右手は股の部分が見えないように手のひらで包み込むように押さえ、だからといってゆっくり歩くと3区のランナーに悪いので肉離れで痛い右足を引きずりながらも速足で歩き、そこから長〜い屈辱の5キロとなった。恥ずかしいので基本的には下を向きながらの歩きだったが、最低でも交番のお巡りさんに公然わいせつ罪の現行犯で捕まらないようにと、そこには一番注意を払った・・・

ラスト1キロになり数分後に迫った中継について考えた。まず歩いての襷渡しは皆に注目されそう、注目される中で隠すのに使っていた右手で襷を渡したら股が見えてしまう、どうしよう・・・？名案が浮かんだ。左手でTシャツを下にずり下げつつ、そのTシャツで股の部分を覆い隠し、かつランパンがズレ落ちないように押さえ、右手で襷を渡そう・・・皆に注目されたかは不明だが、少なくともあそこは見られなかったと信じている・・・

そして何とか屈辱の5キロは終わった。これで43分45秒はある意味で凄いと思う。
自分で自分を褒めてあげたい・・・と同時に、忘れたい・・・

個人の努力が支えてきた35年間

東京ウォーキング協会会長 松村 隆

無から有を創設した初代会長、理事長とそのメンバー。会を力強く継続し未来への道を切り拓く2代目会長、人望篤き歴代副会長見守る中、35年の時が過ぎた。初～3代までの理事長は時代に合った統率力を発揮し、その時々課題に対処し、会を運営してきた。令和5年の総会で出席者の総意で、新理事長と新副理事長が選出された。お二人には連合の進むべき道を迷う事なく導いてほしいと思う。それは、会員の願いでもあろう。

連合には6委員会2部局という組織がある。その第1は総務委員会、役員会や理事会では議長として、会議を進行させている。初代の委員長さんは会議で意見百出もてきばきと議事をさばき連合の土台を築いた。第2の広報委員会、この原稿が載るであろう「連合だより」の企画、編集、発行を担当している。粘り強く献身的な方々が代々支えてきた。第3の競技委員会、2つの皇居駅伝大会の運営を担当している。大会会場の確保、大会要項の作成、当日の大会運営全般について、また寄せられる様々なご意見にも耳を傾け対応している。第4の審判委員会、2つの皇居駅伝の競技役員とボランティアの編成をし、大会ごとに良かったこと変えていくべきことなどを反省し評価してきた。大会当日まで何かと気を使うことが多い役職である。第5の指導委員会、合同の合宿や練習会を企画し開催してきた。合宿であれば、宿泊や練習等の会場を下見し、会終了後には決算を報告し、「連合だより」にも貢献している。第6の普及委員会、本来は走や歩、スポーツ活動等の普及目的の委員会だが、指導委員会と連携して活動することもある。この委員会には今後の発展を期待したい。

2部局の1、財務会計部、会費や大会参加費等をしっかりと預かり、無駄な支出等が無いように堅実に経理を進めている。通帳を預かり、金融機関とも連絡を取りながら連合という団体の存在を社会的にアピールしている。

2部局の2、事務局、組織と会員のつなぎ役で、外部との交渉には欠かせない。

過去の事務局長の存在は大きく傍目には連合の全てを体現しているといった感じか。

36年前の設立総会では、会長、理事長、走と歩の代表がそれぞれ挨拶をした。4人のうち2人は、今、どこで何をしているのだろうか。時を経て、この場にいる人たちは有難い。いない人たち、彼ら彼女らも、かつては仲間であった。忘れてはいけない。36年目、組織の中で出来る事に取り組むしかないだろう。「余計なことはするな。」お互いに足を引っ張らないことが肝要か。

2022年10月2日（日）国立競技場「みんなでつなごうリレーフェスティバル2022」
4×108m競歩に出場した「おなかの会」（書道クラブ）メンバーです。

この日は書道の筆をバトンに持ちかえ果敢に世界のトップに挑みました。

私はスタートを受け持ち、東洋大学OBチーム池田向希（オリンピック、世界陸上銀メダリスト）選手と新旧（私は1981年全日本30km競歩2位）の直接対決をしました。



マラソンの扉

町田いだ天クラブ 岡崎 利紀

名物の激坂にノックアウトされた榛名湖マラソン、あれから1年、リベンジに戻って参りました難攻榛名湖。今年も歯が立たず、しっぽを巻いて帰るのか、それともこの難コースに一矢を報いる事が出来るのか。届いたビブスナンバーは奇しくも前年と同じ6018、ゲームはまだ終わっていない！続きをやろうぜ！とビブスからのエールが聞こえてきそう

だ。
目標は前回果たせなかった年代別8位入賞、例年の実績から60歳代のボーダーラインは、3時間40分前後とみて、3時間40分切りを目指す。それには前年のタイムを21分縮めなければならない。果たしてゴールを切ったその先にどんな景色が待っているのか、天候は雨、気温14度、低体温症に注意のアナウンスの流れる悪条件の中、スタートの号砲が鳴った。

レースは淡々と進んで行く、榛名湖周辺約8kmの周回コースで、最大の難所は2kmに及ぶ長い坂で、後半は激坂に変わってくる。これを5回も繰り返すと徐々に脚は削られ、周回毎にダメージが溜まってくる。前半のオーバーペースで作った貯金は後半に借金に替わり、その取り立てが始まってくる。しかし、ここからが勝負と粘れるだけ粘った。そして、いよいよ最後の周回もあと少し、目標タイムの3時間40分が迫る中、ラスト100mを力を絞り出し走り抜けた。なんと3時間39分59秒でゴール！1秒を削り出し目標通り21分縮め3時間40分切りに成功した。あとは順位だ、この時点ではまだ判らない、発表を待つのみだ。そして1位、2位と発表されていくが、6位まできたが呼ばれない、今回もだめか、と思った次の瞬間、遂に呼ばれました！待望の7位入賞！リベンジ達成！最高です。ただ、結果だけに満足して終わらないよう、次に繋げていきたい。記録に残る大会は意外に記憶には残らないものだから。

一方、猛暑の北海道マラソンを一緒に走ったKさんのゴールシーンが忘れられない。

サブエガランナーで、そのストイックな取り組みで常に2時間50分前後で走り続けるKさんが、4時間後にゴールに帰って来たのです。

その顔は苦痛で歪み、その険しい表情は、まるで別人です。サブエガランナーがよれよれになりながら必死にゴールだけを目指して歩いているのです。ロス五輪のアンデルセン選手を彷彿させる様なその姿に衝撃と感動を覚えました。40km地点で倒れ、30分間も介護されていたのです。それはタイム狙いのKさんにとって最悪のレースだったことでしょう。しかし、同時に、倒れても不屈の闘志で立ち上がりゴールを目指した最高のレースだったのではないのでしょうか。マラソンはそういうものだと思います。わたしもシカゴで同じ様な体験をしましたが、その時は感動のあまりゴールゲートが涙で歪んで見えました。上手くいっても上手くいかなくても頑張って耐えた者には何かしら素晴らしい景色を見せてくれる、マラソンは万人に平等な素晴らしいスポーツだと思います。

15年前に初めて走ったマラソンで、骨折しながら完走した時の圧倒的な感動が忘れられません。それ以来、試練と感動の待つマラソンの扉を開け続け、様々な景色を見せてもらいましたが、まだまだ沢山の開けていない扉が有ることに気付かされます。その扉の向こうにどんな景色が広がっているのか、そこにはどんな自分がいるのか、自分探しの旅はまだまだ続きます。

泣いたり笑ったり素晴らしい出会いがあったり、マラソンを走れば走るほど、人生が豊かになって行くように思えます。走っている最中は、苦しく辛い事ばかりなのに、走り終わると、なんて幸せな気持ちになるのでしょうか。走る力が失われていくに連れ、ランニングの謎が解けていく、力任せに走っていた若い頃には解らなかった事が、年老いてから解ってくる。

マラソンは実に不思議で魅惑的で、そしてドラマティックです。

こんな素晴らしい世界に誘って頂いた「町田いだ天クラブ」の中村会長、また日頃より指導を頂いている諸先輩方、本当にありがとうございます。そして、今までマラソン大会を支え演出されてこられたすべての方に感謝申し上げます。



団体旅行並みで行く

千代田走友会「別府大分毎日マラソン」戦記と魅力

千代田走友会 山田 隼

エリートランナー登竜門の「第73回別府大分毎日マラソン」に今年も参加した。2025年のテーマは「自分史上最高の走りを」。9月に34年ぶりに開催される東京の世界陸上選考レースで箱根駅伝を終えた学生や実業団ランナー、そして全国のシリアスランナーが今年も別府大分に集結！！また別大マラソンはシリアスランナー向けの大会では唯一参加人数の裾野を広げており、今回も大会最多の役4,500人の参加で報道陣も盛り上がりを見せた。

2025年の別府に千代田ブルーをなびかせたメンバーは初出場4、ベテラン5名の9名。エントリーは千代田史上最多11名だったが、風邪やケガで2名DNS。それでも2011年に次ぐ最多タイの9名、千代田の女性では9年ぶりの参加でスタートラインに立った。そして今年は応援隊が例年より多く、いつもの4～5人に加えて重鎮組も一度で良いから見に行きたいと選手より多い14人の大応援団となり、選手合わせて総勢20数名の別大マラソン団体旅行となった。

前夜の決起会は、いつもの「とよ常」で実施。選手はいつもと違う国際レース前日の緊張感にベテランも含めて口数が少ない空気に。しかし、料理は皆しっかり食べて「全員完走」を胸に自己ベストと完走を誓い合った。

前日の大雨も当日は止んで曇り。レース中の気温は8～14度の予報。気温9度、湿度86%、南東0.8mの微風という良いコンディション条件でスタート。

結果は、①20代の大門聖和：2時間45分4秒 ②毎年年末年始に旅ラン（今回はローマ）する渡辺健介：2時間52分39秒、本人的にはサブエガを目指したので悔しいタイム ③私（山田隼）：2時間57分7秒、リアル10回目の参加、5大会連続、6回目の別大サブスリー ④池田憲一：3時間08分57秒 ⑤山梨力：3時間22分37秒、自己ベストを5分も更新！！⑥栗野剛：3時間27分35秒、9年ぶりの参加は、ここ数年で一番良いタイム ⑦⑧西山亮子：3時間28分53秒。石井牧：3時間29分47秒、制限時間13秒前の滑り込みセーフ！！この2人は千代田の女性では13年ぶり史上3～4人目の別大完走者。⑨川那部岳志：3時間32分3秒、制限時間内ゴールならずも最終関門を突破したので大会記録に名前は残りました。

これで今回の別大も全員DNFならず全員完走のミッションクリア！！そして例年以上に東京から遠路遙々来た大応援団の熱い応援、撮影していただきました。大応援団で分担もでき、いつもの29kmの弁天大橋の2ヶ所に設置した千代田ののぼりと応援隊の顔がTBSにしっかり映り、九州から千代田走友会を全国発信する応援ができました。

ゴール後の集合写真後、当日帰る選手／応援組は大分空港で夕飯を取り、宿泊組の打上

げは計17名の大宴会で盛り上がり、出走者の熱い感想や応援隊の間近で見る国際レースの醍醐味を聞きながら、大分県料理を堪能し、温泉につかり2026年の大会参加を再び誓いました。

別大マラソンは制限時間3時間30分で、完走率73%前後（約1,200人完走できない）の厳しい高速レースですが、昔テレビで見た同大会が憧れから参加に変わるモチベーション向上として、そして応援する側も力が入る、まさにエリートランナーの登竜門。それだけ世界観が変わるレース！！参加することに価値のある大会！！何より10年近く、私が約12%しかいない3時間30分以内で走るなら行くべきという別大の魅力を発信し続け、今回初出場した4名も資格を手に入れて「今、エントリーしなければ一生後悔する／今がチャンス」と思ってくれたことが本当に嬉しく、他とは違うスタートラインの静寂さ、タイム順の整列、自衛隊の荷物運送。この地に立てるのはそれだけ努力した人だけの特別な場所。

現在、千代田で資格があるのは、今回の別大完走選手含め千代田で資格のあるメンバーは約18人ほど。2025年はエントリー2桁達成を達成したので、2026年は念願の出走者2桁で千代田ブルーを別府になびかせたい。



令和6年度忘年親睦駅伝大会概要

12月15日（日）皇居周回コースで快晴に恵まれ、最高気温は9時6度12時11度とやや低かったが、選手には走りやすい中で開催された。この環境の中、参加チームは（一般の部30チーム、壮年（50歳以上）の部19チーム、レディースの部8チーム）合計57チームが参加した。今回も旗持ち込みの集合写真の禁止など厳しくルール管理を徹底し、出場選手の皆さんの協力があって、幸い事故も苦情もなく大会運営できました。但し記録が不明な部分があり、参考記録となりました。成績は部門ごとの各区分1位の成績を下記に列挙します。詳細は記録表を参照して下さい。

一部 一般の部

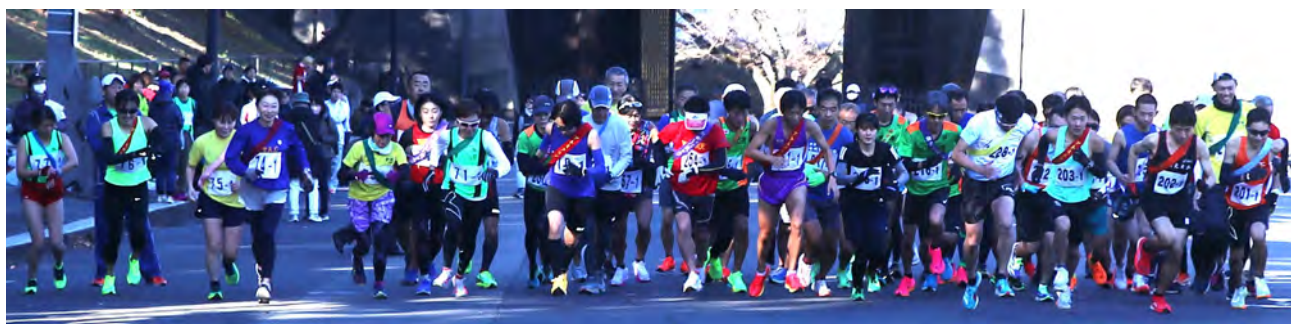
1区	アトミクラブA	上田 星矢	16:15
2区	國郵会連合	大沼 生	16:07
3区	Jアスリーツ	斎藤 禎一	17:09
4区	アトミクラブA	筒井 優吉	16:39

二部 壮年の部（50歳以上）

1区	アトミクラブC	高畑 吉元	16:33
2区	アトミクラブC	山本 剛寛	17:33
3区	アトミクラブC	北村 裕	18:29
4区	アトミクラブC	浦城 直人	16:54

三部 レディースの部

1区	東京レディースA	柿沼 久代	19:07
2区	東京レディースA	久保明日香	19:30
3区	アトミクラブI	松田久美子	20:02
4区	アトミクラブI	弓削田真理子	20:03



一部、二部、三部 一斉スタート 9時24分



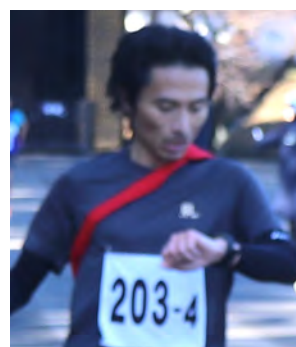
一部 1区
アトミクラブA
上田 星矢 16:15



一部 2区
國郵会連合
大沼 生 16:07



一部 3区
Jアスリーツ
斎藤 禎一 17:09



一部 4区
アトミクラブA
筒井 優吉 16:39

各区分1位の選手名と記録（二部、三部）



二部 1区
アトミクラブC
高畑 吉元 16:33



二部 2区
アトミクラブC
山本 剛寛 17:33



二部 3区
アトミクラブC
北村 裕 18:29



二部 4区
アトミクラブC
浦城 直人 16:54



三部 1区
東京レディースA
柿沼 久代 19:07



三部 2区
東京レディースA
久保明日香 19:30



三部 3区
アトミクラブI
松田久美子 20:02



三部 4区
アトミクラブI
弓削田真理子 20:03



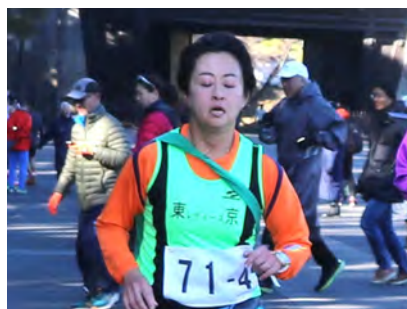
一部 1区→2区中継
こすげ走友会AとJアスリーツの接戦



三部 1区→2区中継
町田いだ天女子



二部 1区→2区中継
駒沢公園 JC-G



三部 1位 ゴール
東京レディースA

令和6年度皇居忘年親睦駅伝大会 2024.12.15(日) 皇居周回コースにて

1部 一般の部 (15歳以上) 30チーム

申し訳ありませんが記録は参考記録とさせていただきます。

NO	チーム名	第1区	区間 記録	区間 順位	第2区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第3区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第4区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位
201	Jアスリート	山口祐樹 男36	0:16:39	3	戸澤圭祐 男39	0:33:08	2	0:16:29	3	齊藤慎一 男51	0:50:17	2	0:17:09	1	藤原紳一 男43	1:08:03	2	0:17:46	3
202	こすげ走友会A	坂本貴亮 男32	0:16:38	2	田代健一郎男41	0:34:32	4	0:17:54	5	中村大和 男50	0:55:03	4	0:20:31	7	白井 勉 男53	1:14:49	4	0:19:46	7
203	アトミクラブA	上田星矢 男28	0:16:15	1	島田 仁 男35	0:32:33	1	0:16:18	2	早川博昭 男46	0:50:02	1	0:17:29	2	筒井優吉 男47	1:06:41	1	0:16:39	1
204	城北クラブA	丸山裕丘 男54	0:23:25	24	福島昭彦 男67	0:50:30	27	0:27:05	26	柏木 正 男55	1:12:27	22	0:21:57	11	畑中一乃 男29	1:36:37	23	0:24:10	17
205	府中サブスリーA	小川まり子女43	0:20:20	14	千葉 立 男34	0:41:07	12	0:20:47	10	中村 均 男65	1:04:07	12	0:23:00	15	小早川英治男50	1:24:37	8	0:20:30	9
213	新宿区JC A	中野孝久 男44	0:24:43	27	高坂美津夫男71	0:48:57	26	0:24:14	20	塚田早苗 女64	不明	25	不明		清水義也 男79	1:48:47	30	不明	
214	國郵会	飯塚昌行 男	0:22:40	22	内田純樹 男	0:47:32	23	0:24:52	22	五十嵐仁一男61	1:11:07	19	0:23:35	17	安田晃紀 男38	1:34:17	20	0:23:10	16
215	千代田大雪山	杉本瑞樹 男34	0:17:16	5	山田 隼 男38	0:35:21	5	0:18:05	6	井上みなみ女26	0:55:03	5	0:19:42	4	渡辺健介 男45	1:12:21	3	0:17:18	2
216	駒澤公園JC-A	小林隼人 男47	0:19:08	12	生越寿彦 男48	0:38:19	9	0:19:11	8	豊田美奈子女46	0:58:17	6	0:19:58	5	木川大輔 男42	1:16:36	6	0:18:19	4
217	町田いだ天A	竹前勇貴 男28	0:18:24	7	小田切祐太 男28	0:36:44	7	0:18:20	7	嵐田 浩 男56	1:00:17	8	0:23:33	16	及川信比古男44	1:25:40	9	0:25:23	20
218	RunRunA	津久井祐子女43	0:23:39	26	金子将大 男32	0:51:37	28	0:27:58	27	長山 歩 男45	1:14:16	24	0:22:39	13	美山直輝 男32	1:33:34	17	0:19:18	6
219	葛飾マイペースクラブ	長谷川靖訓男52	0:25:35	28	加藤北斗 男32	0:47:53	24	0:22:18	17	松本晴至 男45	1:11:42	20	0:23:49	19	宮田雅則 男58	1:33:25	16	0:21:43	11
220	バイザシー-A	村田敏郎 男56	0:23:30	25	コラトニョカイン 男39	0:47:55	25	0:24:25	21	佐藤一臣 男55	1:15:16	26	0:27:21	26	長谷川慎二男28	1:35:09	21	0:19:53	8
221	RC虹A	松元ゴウスケ男49	0:19:45	13	加藤 実 男61	不明	13	不明		三野利一 男59	1:17:44	29	不明		小川 満 男67	1:44:44	29	0:27:00	25
222	JアスリートB	竹内良彰 男42	0:18:30	8	須川嘉一郎男42	0:35:59	6	0:17:29	4	横田浩二郎男52	0:55:02	3	0:19:03	3	白石條二 男43	1:15:47	5	0:20:45	10
223	こすげ走友会B	花田善秀 男57	0:20:59	17	曾田信平 男26	0:47:16	20	0:26:17	25	後藤睦子 女44	1:16:25	28	0:29:09	28	久門律子 女29	1:38:56	26	0:22:31	13
225	アトミクラブB	沼田智紀 男31	0:16:50	4	後藤真志 男61	0:37:50	8	0:21:00	11	島田佐智夫男49	0:58:27	7	0:20:37	8	中村貴志 男57	1:21:34	7	0:23:07	15
226	駒澤公園JC-B	阿部豊明 男51	0:20:27	15	高橋信之 男55	0:42:40	16	0:22:13	15	木村春樹 男53	1:03:03	11	0:20:23	6	鹿野恭子 女	1:28:41	10	0:25:38	22
227	城北クラブB	酒井 博 男74	0:26:36	30	古内貴浩 男54	0:51:57	29	0:25:21	23	佐藤美希 女50	1:15:43	27	0:23:46	18	塩中弘子 女62	1:44:08	28	0:28:25	28
228	國郵会混合	魚沼裕一 男	0:17:51	6	大沼 生 男	0:33:58	3	0:16:07	1	田中晴子 女	1:01:30	10	0:27:32	27	小川敬子 女	1:37:06	24	0:35:36	29
229	駒澤公園JC-C	崎田雅広 男51	0:19:04	11	佐々木智大男31	0:38:38	10	0:19:34	9	大場亮太郎男64	1:01:18	9	0:22:40	14	吉野 博 男68	1:28:42	11	0:27:24	26
230	千代田霧島山	岩切祐樹 男53	0:22:47	23	上条訓之 男49	0:45:06	19	0:22:19	18	杉本由奈 女35	1:06:38	16	0:21:32	9	山岸一昭 男69	1:34:10	19	0:27:32	27
231	RunRunB	谷口昌宏 男44	0:18:47	9	上田芳晴 男45	0:47:25	22	0:28:38	29	山崎あすか女42	1:14:14	23	0:26:49	25	青野大輔 男26	1:36:13	22	0:21:59	12
232	駒澤公園JC-D	城 武揚 男53	0:21:50	20	山内かおり女46	0:44:31	18	0:22:41	19	田中慎一郎 男	1:10:41	18	0:26:10	24	野村誠二 男63	1:37:28	25	0:26:47	24
233	バイザシー-B	アトリエかわね男32	0:26:09	29	フシエーマス 男34	0:54:16	30	0:28:07	28	渡邊宏祐 男47	1:18:20	30	0:24:04	21	角井 聖 男40	1:40:55	27	0:22:35	14
234	JアスリートC	和田光由 男44	0:21:54	21	酒井真理 女51	0:44:08	17	0:22:14	16	竹内勝次 男63	1:06:31	15	0:22:23	12	青柳 智 男66	1:31:23	15	0:24:52	19
235	駒澤公園JC-E	川上貴弘 男39	0:18:58	10	清水 晃 男58	0:40:47	11	0:21:49	14	張替 愛 女38	1:04:48	14	0:24:01	20	高橋欣三 男82	1:29:04	12	0:24:16	18
236	こすげ走友会C	望月良太 男50	0:21:29	19	斉藤文夫 男50	0:47:22	21	0:25:53	24	後藤明彦 男41	1:12:07	21	0:24:45	23	渡辺有二 男56	1:30:59	14	0:18:52	5
237	千代田穂高岳	山梨 力 男60	0:20:46	16	清水一希 男27	0:42:20	14	0:21:34	13	木村英俊 男57	1:06:55	17	0:24:35	22	井上 彰 男62	1:33:35	18	0:26:40	23
238	駒澤公園JC-F	諏訪有貴子女51	0:21:18	18	福士順子 女	0:42:39	15	0:21:21	12	柳 永軍 男58	1:04:25	13	0:21:46	10	佐竹 央 男62	1:29:49	13	0:25:24	21

令和6年度皇居忘年親睦駅伝大会 2024.12.15(日) 皇居周回コースにて
2部 壮年の部 (50歳以上) 19チーム

申し訳ありませんが記録は参考記録とさせていただきます。

順位	NO	チーム名	第1区	区間 記録	区間 順位	第2区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第3区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第4区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位
1	251	アトミクラブC	高畑吉元 男53	0:16:33	1	山本剛寛 男52	0:34:06	1	0:17:33	1	北村 裕 男60	0:52:35	1	0:18:29	1	浦城直人 男51	1:09:29	1	0:16:54	1
10	252	千代田島海山	井原康孝 男55	0:18:32	4	徳山 一 男69	0:42:25	11	0:23:53	12	小島幹矢 男72	1:05:10	9	0:22:45	8	柴山政雄 男63	1:30:06	10	0:24:56	12
4	253	府中サブスリーB	大須田祐一郎 男62	0:22:00	15	竹中 浩 男54	0:42:05	9	0:20:05	4	大羽裕之 男62	1:01:48	4	0:19:43	2	平山丈人 男60	1:21:39	4	0:19:51	5
8	254	町田いだ天B	宮崎慎司 男50	0:19:17	6	加藤 賢 男52	0:40:17	5	0:21:00	6	西谷光司 男76	1:03:23	8	0:23:06	10	大山昇一郎 男71	1:26:15	8	0:22:52	8
2	255	駒澤公園JC-G	長屋博之 男53	0:18:16	2	渡辺大輔 男51	0:36:10	2	0:17:54	2	中野 聡 男51	0:56:23	2	0:20:13	3	宮津 修 男50	1:15:29	2	0:19:06	4
11	256	神宮AC壮年	林 真一 男50	0:18:42	5	木下 聡 男67	0:43:08	12	0:24:26	13	高知尾武彦 男62	1:06:11	12	0:23:03	9	長崎耕三 男63	1:30:38	11	0:24:27	11
3	257	アトミクラブD	古谷 章 男55	0:19:23	9	西村丈治 男53	0:39:37	3	0:20:14	5	鈴木卓史 男50	1:03:03	6	0:23:26	11	石毛充之 男53	1:21:36	3	0:18:33	3
16	258	葛飾マイペースクラブ	坂本忠信 男61	0:20:21	12	安部恵美 女63	0:43:53	13	0:23:32	11	大野雄一 男72	1:15:22	16	0:31:29	18	青木建也 男64	1:44:07	16	0:28:45	17
19	259	RCKB	小倉秀雄 男74	0:25:10	19	鈴木善治 男75	1:07:22	19	0:42:12	19	三野寛久 男75	1:28:19	19	0:20:57	4	成塚敦剛 男73	1:58:42	19	0:30:23	18
6	260	アトミクラブE	飯村 聡 男56	0:19:20	7	木田真道 男51	0:40:22	6	0:21:02	7	藤原裕仁 男56	1:01:44	3	0:21:22	5	渡辺寿郎 男51	1:22:10	6	0:20:26	7
13	261	千代田緒ヶ岳	平井隆紀 男50	0:18:28	3	衛門利明 男66	0:44:53	14	0:26:25	16	辻 俊明 男62	1:08:19	13	0:23:26	11	伊藤寿晴 男58	1:34:37	13	0:26:18	16
14	262	府中サブスリーC	山浦尚之 男60	0:24:25	18	平間雅司 男55	0:50:01	18	0:25:36	15	櫻井修司 男55	1:14:14	14	0:24:13	15	猪狩英則 男63	1:40:22	14	0:26:08	15
7	263	アトミクラブF	嶋崎政美 男61	0:21:56	14	佐藤謙生 男57	0:40:00	4	0:18:04	3	加藤正司 男65	1:02:23	5	0:22:23	7	山田安秀 男60	1:22:44	7	0:20:21	6
18	264	町田いだ天C	曾根正美 男58	0:23:46	17	藏下正治 男78	0:48:23	15	0:24:37	14	長内 一 男74	1:14:35	15	0:26:12	16	山下哲也 男59	1:48:12	18	0:33:37	19
5	265	駒澤公園JC-H	重松健由 男61	0:19:35	10	鈴木昭人 男	0:41:19	7	0:21:44	9	千葉寛之 男60	1:03:13	7	0:21:54	6	五十嵐和幸 男62	1:21:42	5	0:18:29	2
9	266	アトミクラブG	井上 剛 男63	0:19:22	8	向原明彦 男64	0:42:16	10	0:22:54	10	三宅 徹 男68	1:05:53	11	0:23:37	13	町田吉広 男62	1:30:03	9	0:24:10	10
12	267	千代田妙高山	田中博之 男50	0:19:56	11	栗野 剛 男52	0:41:20	8	0:21:24	8	藤原 毅 男60	1:05:17	10	0:23:57	14	山梨 洋 男64	1:31:03	12	0:25:46	13
15	268	府中サブスリーD	飯野正臣 男60	0:23:04	16	内藤 清 男75	0:49:37	17	0:26:33	17	白井和夫 男54	1:17:39	17	0:28:02	17	石川幸裕 男61	1:43:32	15	0:25:53	14
17	269	アトミクラブH	細野亮司 男71	0:20:57	13	吉木稔朗 男70	0:49:21	16	0:28:24	18	三浦勝男 男79	1:22:14	18	0:32:53	19	毛塚敏男 男70	1:46:12	17	0:23:58	9

申し訳ありませんが記録は参考記録とさせていただきます。

3部 レディースの部 (15歳以上女性) 8チーム

順位	NO	チーム名	第1区	区間 記録	区間 順位	第2区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第3区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第4区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位
2	70	アトミクラブI	栗田美奈子 女48	0:20:34	2	島田未歩 女43	0:41:30	2	0:20:56	2	松田久美子 女50	1:01:32	2	0:20:02	1	弓削田真理子 女66	1:21:35	2	0:20:03	1
1	71	東京レディースA	柿沼久代 女48	0:19:07	1	久保明日香 女50	0:38:37	1	0:19:30	1	大場直美 女54	0:59:21	1	0:20:44	2	船見ゆか 女43	1:21:16	1	0:21:55	3
5	72	いだ天女子	松田裕子 女50	0:25:05	8	岸 淳子 女54	0:47:06	5	0:22:01	3	押元富江 女69	1:12:53	5	0:25:47	5	小嶋淳子 女51	1:39:39	5	0:26:46	7
8	73	新宿区JC B	指田真理子 女61	0:23:53	6	山口華歩 女26	0:50:26	6	0:26:33	6	山口由珠 女16	不明	6	不明		田中陽子 女49	1:51:09	8	不明	
7	74	神宮AC女子	渡辺久美枝 女65	0:23:58	7	佐藤幸枝 女70	0:52:00	8	0:28:02	7	原 妙子 女70	1:23:30	8	0:31:30	7	臼井共子 女70	1:47:49	7	0:24:19	6
6	75	葛飾マイペースクラブ	遠藤幸枝 女45	0:21:48	4	三澤美由紀 女34	0:51:45	7	0:29:57	8	橋本康子 女40	1:19:39	7	0:27:54	6	金澤和恵 女50	1:42:28	6	0:22:49	4
4	76	アトミクラブJ	塙由理香 女50	0:21:33	3	山口美和 女58	0:44:16	3	0:22:43	4	吉岡真琴 女51	1:07:30	3	0:23:14	4	根岸 恵 女39	1:30:23	4	0:22:53	5
3	77	東京レディースB	大鐘恵子 女52	0:22:16	5	下重貴子 女48	0:45:41	4	0:23:25	5	的場日出加 女61	1:08:50	4	0:23:09	3	竹森友香 女29	1:29:20	3	0:20:30	2

令和6年度東日本年齢別駅伝・皇居レディース駅伝大会概要

5月19日(日) 皇居周回コースで天候に恵まれ、AM 9時の気温は16.6度湿度70%と、選手にはやや蒸し暑い中で開催された。この環境の中、参加チームは少なく(一般の部8チーム、年齢別の部19チーム、レディースの部8チーム合計35チーム)が参加した。今回も旗持ち込みの集合写真の禁止など厳しくルール管理を徹底し、出場選手の皆さんの協力があって、幸い事故も苦情もなく大会運営できました。成績は部門ごとの各区分1位の成績を下記に列挙します。詳細は記録表を参照して下さい。

1部 一般の部(15歳以上)

1区	Jアスリート	山口 航	15:47
2区	Jアスリート	秦野 稔巳	16:58
3区	Jアスリート	山口 祐樹	16:53
4区	Jアスリート	戸澤 圭祐	17:02

2部 年齢別の部(1区:60歳以上、2区:50歳以上、3区:45歳以上、4区:40歳以上)

1区	Jアスリート	亀山 正義	18:45
2区	Jアスリート	斎藤 貞一	16:40
3区	アトミクラブB	筒井 優吉	16:45
4区	Jアスリート	増本 光章	16:38

3部 レディースの部(15歳以上女子)

1区	アトミクラブE	弓削田真理子	19:35
2区	アトミクラブE	栗田美奈子	20:14
3区	東京レディースフレッシュ	大場 直美	21:02
4区	アトミクラブE	勝浦みどり	19:36



一部 1区 Jアスリート
山口 航 15:47



一部 2区 Jアスリート
秦野 稔巳 16:58



一部 3区 Jアスリート
山口 祐樹 16:53



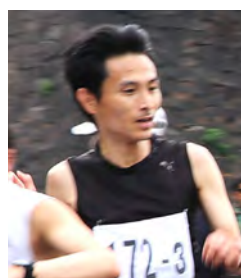
一部 4区 Jアスリート
戸澤 圭祐 17:02



二部 1区 Jアスリート
亀山 正義 18:45



二部 2区 アスリート
斎藤 貞一 16:40



二部 3区 アトミクラブB
筒井 優吉 16:45



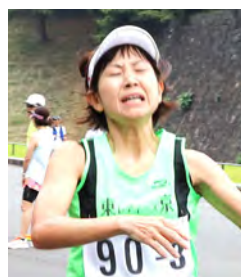
二部 4区 Jアスリート
増本 光章 16:38



三部 1区
アトミクラブE
弓削田 真理子 19:35



三部 2区
アトミクラブE
栗田 美奈子 20:14



三部 3区
東京レディースフレッシュ
大場 直美 21:02



三部 4区
アトミクラブE
勝浦 みどり 19:36

第25回東日本年齢別駅伝大会：第31回皇居レディース駅伝大会 記録 2024.5.19(日)(曇) 皇居にて
1部 一般の部(15歳以上) 8チーム中8チーム参加 完走

順位	NO	チーム名	監督名	第1区	区間 記録	区間 順位	第2区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第3区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第4区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位
1	30	Jアスリート	進藤 忠	山口 航 男40	0:15:47	1	栗野裕己 男27	0:32:45	1	0:16:58	1	山口祐樹 男35	0:49:38	1	0:16:53	1	戸澤圭祐 男38	1:06:40	1	0:17:02	1
3	31	アトミクラブA	森 義昭	清水和典 男62	0:19:13	3	嶋崎政美 男61	0:41:19	3	0:22:06	4	渡辺久美子 女55	1:03:17	3	0:21:58	3	沼田智紀 男31	1:20:57	3	0:17:40	2
2	32	こすげ走友会A	白井 勉	坂本貴亮 男32	0:17:51	2	中村大和 男49	0:35:52	2	0:18:01	2	白井 勉 男52	0:55:40	2	0:19:48	2	田代健一郎 男42	1:19:41	2	0:24:01	3
5	33	府中サブスリーC	桑田忠男	中村 均 男64	0:22:30	5	石川幸裕 男61	0:47:49	5	0:25:19	7	酒井大作 男54	1:10:35	4	0:22:46	4	白井和夫 男54	1:38:58	5	0:28:23	6
4	34	城北クラブA	安部武良	矢古宇勉 男59	0:20:04	4	井上雅裕 男75	0:48:34	7	0:28:30	8	佐藤美希 女49	1:12:05	5	0:23:31	5	酒井 博 男73	1:38:32	4	0:26:27	4
7	35	新宿区JC.A	塚田早苗	矢田 教 男49	0:23:46	6	中野善久 男43	0:48:23	6	0:24:37	5	高坂美津夫 女70	1:13:43	6	0:25:20	6	田中陽子 女48	1:48:47	7	0:35:04	8
8	36	國野会	五十嵐仁一	内田純也 男31	0:25:29	7	五十嵐仁一 男60	0:50:12	8	0:24:43	6	田中晴子 女49	1:16:59	8	0:26:47	7	小川敬子 女70	1:50:55	8	0:33:56	7
6	37	城北クラブB	安部武良	安部武良 男70	0:26:28	8	丸山裕丘 男53	0:46:27	4	0:19:59	3	福島昭彦 男66	1:14:27	7	0:28:00	8	戸津 博 男73	1:41:38	6	0:27:11	5

2部 年齢別の部(1区：60歳以上、2区：50歳以上、3区45歳以上、4区：40歳以上) 19チーム中18チーム参加 完走 1チームオープン参加

順位	NO	チーム名	監督名	第1区		第2区		第3区		第4区		区間 記録	区間 順位	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位
1	170	Jアスリート	進藤 忠	亀山正義 男60	0:18:45	1	齊藤員一 男51	0:35:25	1	0:16:40	1	楠将一郎 男48	0:52:24	1	0:16:59	2	増本光章 男43	1:09:02	1	0:16:38	1
7	171	府中サブスリーA	桑田忠男	大羽裕之 男61	0:21:09	10	野口繁基 男55	0:39:24	6	0:18:15	3	平山丈人 男59	0:58:27	6	0:19:03	6	絵野澤恵 女56	1:20:34	7	0:22:07	13
2	172	アトミクラブB	森 義昭	武山敏明 男62	0:19:34	4	高畑吉元 男52	0:36:48	2	0:17:14	2	筒井慶吉 男46	0:53:33	2	0:16:45	1	大西 隆 男41	1:13:35	2	0:20:02	7
3	173	千代田ペテランエンリート	山田 隼	青木英一 男62	0:19:16	3	井原康孝 男54	0:38:11	3	0:18:55	5	岩切祐樹 男52	0:56:32	3	0:18:21	3	山田 隼 男40	1:14:56	3	0:18:24	5
8	174	町田いだ天A	藏下正治	石井 彰 男62	0:19:42	6	岡崎利紀 男61	0:40:39	8	0:20:57	9	大山昇一郎 男70	1:02:31	8	0:21:52	11	小島健史 男43	1:22:12	8	0:19:41	6
6	175	こすげ走友会B	白井 勉	野田延行 男71	0:19:11	2	望月良太 男50	0:39:03	5	0:19:52	6	斉藤文夫 男48	0:59:11	7	0:20:08	9	後藤明彦 男41	1:16:23	6	0:17:12	2
15	176	神宮AC	中島秀男	木下 聡 男67	0:23:43	14	渡辺久美枝 女64	0:46:19	12	0:22:36	11	中島秀男 男69	1:12:23	14	0:26:04	16	長崎耕三 男62	1:37:21	15	0:24:58	17
17	177	葛飾マイペースクラブ	大野雄一	三村 洋 男63	0:25:27	16	大屋輝夫 男53	0:50:26	16	0:24:59	17	長谷川清訓 男51	1:16:10	17	0:25:44	15	大野雄一 男71	1:46:45	17	0:30:35	18
4	178	JアスリートB	進藤 忠	岩元章二 男63	0:19:43	7	横田浩二郎 男47	0:38:17	4	0:18:34	4	酒井琢磨 男47	0:57:09	4	0:18:52	5	竹内良彰 男42	1:15:00	4	0:17:51	4
12	180	アトミクラブC	森 義昭	三浦勝男 男78	0:30:10	17	木田真道 男51	0:50:53	17	0:20:43	8	目黒一行 男56	1:10:27	12	0:19:34	8	渡辺寿郎 男50	1:31:03	12	0:20:36	8
9	181	千代田マスター22	山田 隼	山梨 力 男65	0:20:19	8	山梨 洋 男63	0:43:57	10	0:23:38	13	栗野 剛 男51	1:03:25	9	0:19:28	7	高村明男 男58	1:25:06	9	0:21:41	11
13	182	町田いだ天B	藏下正治	西谷光司 男75	0:22:35	12	鈴木三平 男71	0:46:50	13	0:24:15	16	菅根正美 男58	1:11:05	13	0:24:15	12	及川信比古 男43	1:35:42	13	0:24:37	16
5	183	JアスリートC	進藤 忠	野澤正嗣 男67	0:19:34	4	浅野洋二 男61	0:39:48	7	0:20:14	7	藤原紳一 男45	0:58:24	5	0:18:36	4	須川嘉一郎 男41	1:15:45	5	0:17:21	3
10	184	アトミクラブD	森 義昭	稲田哲博 男66	0:22:10	11	丸山和彦 男58	0:43:14	9	0:21:04	10	藤原裕仁 男56	1:04:07	10	0:20:53	10	鈴木卓史 男50	1:27:32	10	0:23:25	14
16	185	千代田マスター25	山田 隼	山岸一昭 男69	0:25:00	15	藤原 毅 男61	0:48:38	15	0:23:38	13	御菩薩木恵子 女47	1:15:59	16	0:27:21	17	石井 牧 女49	1:37:56	16	0:21:57	12
18	186	町田いだ天C	藏下正治	肥後橋清隆 男86	0:34:47	18	藏下正治 男77	1:01:27	18	0:26:40	18	山下哲也 男58	1:28:52	18	0:27:25	18	加藤 賢 男51	1:49:58	18	0:21:06	9
11	187	JアスリートD	進藤 忠	竹内勝次 男63	0:20:40	9	遠藤昌志 男66	0:44:53	11	0:24:13	15	鈴木亜希 女47	1:09:17	11	0:24:24	13	和田光由 男44	1:30:42	11	0:21:25	10
14	188	千代田マスター24	山田 隼	徳山 一 男69	0:23:40	13	木村英俊 男58	0:47:10	14	0:23:30	12	金井友彦 男48	1:12:37	15	0:25:27	14	原田大輔 男55	1:36:38	14	0:24:01	15
179		府中サブスリーB	桑田忠男	川俣道夫 男71	0:30:23	一															
オープン										オープン										オープン	

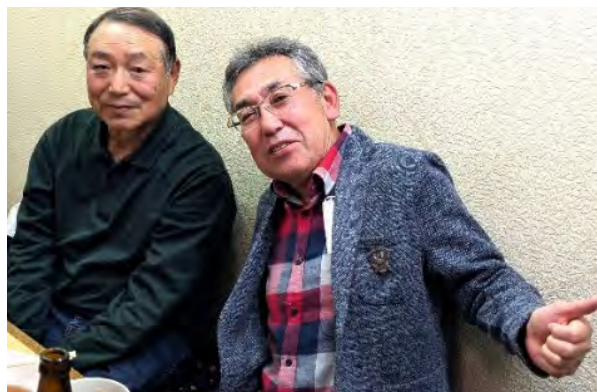
3部 レディースの部(15歳以上女子) 8チーム中8チーム参加 完走

順位	NO	チーム名	監督名	第1区	区間 記録	区間 順位	第2区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第3区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位	第4区	通過 記録	通過 順位	区間 記録	区間 順位
2	90	東京レディースフレッシュ	板井一弘	下重貴子 女51	0:22:44	3	大鐵恵子 女50	0:44:58	3	0:22:14	3	大場直美 女54	1:06:00	2	0:21:02	1	船見ゆか 女42	1:28:15	2	0:22:15	3
1	91	アトミクラブE	森 義昭	弓削田眞理子 女66	0:19:35	1	栗田美奈子 女48	0:40:54	1	0:21:19	1	境由理香 女49	1:02:30	1	0:21:36	2	勝浦みどり 女50	1:22:06	1	0:19:36	1
5	92	町田いだ天女子	藏下正治	藤野めぐみ 女64	0:23:55	6	村岡章子 女70	0:49:30	7	0:25:35	7	甲斐聖子 女38	1:18:40	7	0:29:10	7	岸 淳子 女53	1:40:19	5	0:21:39	2
6	93	新宿区JC.B	塚田早苗	塚田早苗 女64	0:26:04	8	山口果歩 女26	0:51:59	8	0:25:55	8	小島昌子 女56	1:17:53	6	0:25:54	5	指田眞理子 女60	1:41:34	6	0:23:41	5
7	94	神宮AC	中島秀男	臼井共子 女70	0:24:12	7	佐藤幸枝 女70	0:49:18	6	0:25:06	6	林 恵子 女72	1:16:58	5	0:27:40	6	原 紗子 女70	1:46:54	7	0:29:56	7
3	95	アトミクラブF	森 義昭	目黒芽衣子 女51	0:22:36	2	川井未緒 女51	0:44:26	2	0:21:50	2	白井伸枝 女49	1:07:11	3	0:22:45	4	坂部 恵 女39	1:30:53	3	0:23:42	6
8	96	東京レディースオールド	松田瑞江	目黒日出加 女60	0:23:07	4	松田裕子 女49	0:47:52	4	0:24:45	4	中野陽子 女88	1:20:00	8	0:32:08	8	小林民子 女75	1:52:57	8	0:32:57	8
4	97	アトミクラブG	森 義昭	佐多みどり 女64	0:23:24	5	及川秀子 女62	0:48:21	5	0:24:57	5	香取希子 女62	1:10:28	4	0:22:07	3	松田由子 女48	1:32:58	4	0:22:30	4

令和7年 新年会

3月22日（土）に東京走友連合の新年会を開催しました。

東京走友連合創立35周年と町田いだ天クラブ55周年を記念して合同練習などの話題で盛り上がったようです。渋谷の会場が分からなくて渋谷駅から2時間かかっても場所が特定できず、結局タクシーで会場に到着した方もおられました。



東京走友連合行事

連合行事結果（令和6年4月～）

- 5/19(日) 第25回東日本年齢別駅伝：
第31回皇居レディース駅伝大会
- 5/29(水) 令和5年度監査
- 7/28(日) 令和6年度総会
- 10/4(金)～5(土) 伊豆大島合宿
- 12/15(日) 令和5年度忘年親睦駅伝大会
- 3/22(土) 新年会

連合行事予定（令和7年4月～）

- 4月上旬 連合だより63号発行
- 5月 令和6年度監査
- 5/18(日) 第26回東日本年齢別駅伝：
第32回皇居レディース駅伝



東京走友連合加盟走友会一覧 (15クラブ)

RC虹、石川眼科、王歩AC、葛飾マイペースクラブ、國郵会、こすげ走友会、城北クラブ、新宿区JC、神宮AC、Jアスリーツ、千代田走友会、所沢ランメイト、東京レディース、府中サブスリー会、町田いだ天クラブ

(五十音順)

目次

項目	頁
人類が「健康な心と体」を享受できるよう 貢献しよう！（小杉会長）	1、2
35周年を迎えて （松田瑞江副会長）	2、3
いい汗かいて生涯スポーツ （丹野理事長）	4
伊豆大島合宿	5～8
各クラブニュース	
2024年度を振り返って（RC虹）	9
東京走友連合35周年記念 （葛飾マイペースクラブ）	10
『夫婦そろって念願のWMM制覇!!』 （石川眼科）	11～12
屈辱の5キロ（城北クラブ）	13～14
個人の努力が支えてきた35年間 （東京ウォーキング協会）	15～16
マラソンの扉 （町田いだ天クラブ）	17～18
「別府大分毎日マラソン」戦記と魅力 （千代田走友会）	19～20
令和6年度忘年親睦駅伝大会 概要・映像・成績表	21～24
令和6年度東日本年令別駅伝・ 皇居レディース駅伝大会 概要・映像・成績表	25～26
新年会写真紹介	27
行事・目次・あとがき	28

題字：元文部大臣 小杉 隆

あとがき



東京走友連合が創立35周年になります。記念行事が計画されると思います。

コロナ禍がインフルエンザと同等扱いになり、会員の皆様が国内外の大会に積極的にエントリーし、結果を出しています。昨年は年令別東日本駅伝・皇居レディース駅伝、伊豆大島合宿、忘年親睦駅伝大会を開催しました、これは連合の主な年中行事の一つで大変意義ある事でした。残念ながら、大会参加チーム数が減少しております。一般参加チームへの広報活動も宜しくお願い致します。

今回も各クラブから原稿を頂き感謝いたします。残念ながら、原稿が少なく今回は28ページ版で刊行することになりましたが内容は充実です。本年も皆様の幸運とご健勝を祈念します。

数下正治