日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
1103	2024.09.22	鈴木美津江	70	女	全日本マスターズ陸上京都2024	1500m	0:07:33

種目：W70　1500m　　陸連登録　女子70歳～74歳　　【正式タイム：7:32.62】
京都西京極スタジアムで行われた全日本マスターズ選手権に参加してきました。
初めて見る京極スタジアムはとても素晴らしく競技をする人たちにとっては素晴らしい環境で、すべてが整えられているように見えました。「走り続けているおかげでここにこれたんだ！」そんな思いでトラックを眺め、熱いものがこみ上げた瞬間でした。
（勝手に感動しているだけなのですが・・・）
この後のレースで、自分の力の無さや、レースに対しての甘さや不甲斐なさを見せつけられるとは思いもしていませんでした。とにかく高齢者の力強さに圧倒され通しでした。
私のレース種目は3000Mと1500M、７０代は4人です。私以外の3人の選手はマスターズレースの常連で、千葉から参加の日本記録保持者、京都から参加のパワフルな彼女、数々のレースで名を残してきてる素敵な女性、話の内容を聞いているだけでも圧倒され通しでした。（あとで書きますが言い訳を一言。レースの合間に京都観光していた私は、スタートに立った時は疲れ切っていたのです。）
レースを甘く見ていました。大反省！大反省！大反省!!
走りだせば、最下位を必死で走っている。みんなの背中がどんどん小さくなっていく。そんな中でも、最後まで私を応援してくれるアナウンス放送。テレビで見る一流選手を頭がよぎってしまいました。『一緒だ!!』ありえませんね（笑い）
スタンドでは走り終った選手、出番待ちの選手の人たちが大きな拍手で応援してくれているのが、もう嬉しくて嬉しく幸せ気分😊
「鈴木選手あと５０Ｍ」という放送を聞いたとき「もうおわり、もっと走っていたい」
つらいのに不思議な気持ちが交差している。最下位でゴール。わずか2週間前の駒沢で走った時より32秒も遅い😅
また次回の再開を願って、みんなと手を振りながらお別れしました。（次回は埼玉県らしい！）
個人的なことですが、大きなサプライズもありました。大阪にいる長男が応援に来てくれていました。二人で先斗町でうなぎのお刺身をつまみに乾杯もできました。ランをしているからこそのでで会いや思いがけない神様からのプレゼント。もうすこし走りつずけよっと!!

1102	2024.09.21	鈴木美津江	70	女	全日本マスターズ陸上京都2024	3000m	0:15:50

種目：W70　3000m　　陸連登録　女子70歳～74歳　　【正式タイム：15:50.23】

コメントは、上記 1500m 参照

2024.09.28 追加　　2024.09.28 追加　　2024.09.28 追加　　2024.09.28 追加

1101	2024.09.22	中島まゆみ	63	女	第40回 巨峰の丘マラソン大会	5km	0:26:26

5km 一般女子高校生以上　18位/226人　－三部　5kmコース（4.8km）－
昨年猛暑の中10キロで苦しんだので今年は5キロでエントリー。雨混じりの蒸し暑さの中でしたが去年よりは涼しく気持ちよく走れました。スタートして2キロ過ぎまで登りというキツいコースでした。来年は坂道の練習をしっかりして10または20で再挑戦したいと思います。

1100	2024.09.16	松岡智史	61	男	第71回　スポーツメイトラン赤羽荒川ハーフマラソン	Half	1:55:09

総合順位　27位/全83名　　男女別順位　25位/全70名
本日は薄曇りでまあまあのコンディションでしたが、ハーフの自己記録更新はならず。
前回(4カ月前)より1分ほどタイムが落ちましたが、気温は10度ほど高く(27℃くらいで)走力は出し切り、満足できる結果です。
帰り(完走後1時間内)、銭湯に入って寛いできましたが、湯船から上がって(立ったままで)途中意識がなかった状態があったようで、
周りの方に心配される場面がありました。声をかけられた際、特に問題なく普通とおりでしたのでことなきでした。
ただ熱中症の用心が不足してました。

1099	2024.08.24	白澤朋子	48	女	第38回五島列島夕やけマラソン2024	Half	2:41:59

種目： ハーフ女子４０歳～４９歳以下　順位： 41位

福江島の南にある鬼岳の周囲を一周するコースですが、長いアップダウンは無いものの、ずっと上るか下るかしてました。
また、日が沈むと海風を感じられるようになり、少し元気になりました。
応援も多く、ほとんど全てのエイドにスイカとスポンジがあり、大変助かりました

1098	2024.06.30	鈴木美津江	70	女	2024函館マラソン	Half	1:58:38

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	種目：ハーフ　陸連登録　女子70歳以上　　総合順位：151位　　種目別順位：1位 函館って北海道？と思うような蒸し暑さに気分が乗らないままスタート。 目標は2時間切り。キロ平均5分35秒　ではしり、目標は達成できました。 最近走るのが、また楽しくなってきました～😊						
1097	2024.06.02	北川英幸	53	男	第25回 高田城ロードレース大会	Half	1:50:23
	■参加種目：ハーフ男子５０歳代■完走■種目順位：８１位／２４４人中■ 怪我等で4年半のながーいリハビリからの復帰戦でした。自己ベストではないものの、無事に完走できて良かったです。 雨でしたが気温としては気持ち良く走れました。終わってみたらもう少し早く走れたような…笑 普段からレース慣れしてないとペース配分も上手くいかないものですね。						
1096	2024.05.26	白澤朋子	48	女	第41回 カーター記念黒部名水マラソン	Full	5:37:33
	途中で、ふくらはぎがパンパンになってしまい、失速。ワースト記録更新。 結局、歩いて走ってになってしまいましたが、立山連峰が奇麗で、蜃気楼が見えたり楽しい大会でした。						
1095	2024.05.19	大友和美	72	男	ふくしまシテイハーフマラソン2024	10km	0:58:30
	「応援に感謝し、終始笑顔で、今の実力を出し切り、60分切りを目指す」 今年のスタート地点は、昨年の競技場から変更され競技場前の国道115号線。ゲストランナー、「三代目山の神」神野大地さんの声援に励まされスタート。 途中応援の、兄夫婦、一般市民、子供達、ボランティアの人達に感謝し、「ありがとう」を連発しながら走る。 「笑顔とありがとう」効果かあっという間に５ｋ地点。昨年苦しんだ阿武隈川を渡る三つの橋も気持ちよく通過。 競技場を目前とした最後の橋の上り下りも粘り強く走り切り、「ゼッケン6827、60分を切ってのゴールです」のアナウンスに目標達成。 着替えを済ませ兄と合流後も、ハーフレースの関係上駐車場から車が出せず、ゴール手前の1ｋ地点でハーフランナー達の応援すること約2時間。 続々と通過するランナー達の走力の違いが分かり参考になった。11時5分最終関門が通過できず、バスに収容されたランナーは200名を越えたそうだ。 大会関係者と兄夫婦に来年の参加も約束。更なる練習あるのみ。						
1094	2024.05.12	松岡智史	61	男	第９回 二子玉川マラソン	Half	1:54:09
	前回(10月)ハーフより、６分ほど自己記録更新でき、まあまあ満足(目標達成)です。 前回は雨天(水溜り、泥濘み)の中でのランニングでしたが、本日は薄曇りで気持ちよく走ることができました。 (土の上、アスファルトの上の違いも感じながら走りました。) 今日は目標高く5分15秒/kmのペースランナー(集団)の後を走ることにしましたが、10kmほど前で徐々に離れていくような展開となりました。でもなんとか崩れず完走することはできました。 ただとても疲れた感じです。また、前レース(板橋フル)でも生じた、足の指が攣るという症状もありました。 今後においては休養して回復後、秋のフルでの自己記録更新に向け、これからの暑い時期もトレーニングの継続と思います。						
1093	2024.04.14	鈴木美津江	69	女	第56回 UPRUN府中多摩川風の道マラソン	Half	1:58:55
	今日は暑いハーフの練習になりました。いつものようにフル4時間ペーサーについてハーフ迄走りました。 k5.41で走ると4時間完走です。ペーサーの後を離れないように頑張って走っていましたが、17k過ぎ辺りからペーサーの前にでてしまいそのままゴールへ。結果は1時間58分55秒です。 4時間のペーサーには、『今日の走りは100点満点』と言われてニコニコで帰ってきました。 走る前弓削田さんとツーショット！ 日野走友会に写真のせるよと言うと『それなに？』と言われました。 『弓削田に追いつけ追い越せと頑張っているランナークラブ』と伝えました(笑笑笑)						
1092	2024.04.14	岸本麻美	41	女	第56回 UPRUN府中多摩川風の道マラソン	Half	1:55:42

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	府中で毎月開催されているUPRUN主催の風の道マラソンに初参加してきました。 是政橋を拠点に稲城大橋～関戸橋をつなぐ川沿いで、景色も空気もよくフラットな道でした。 10キロ・ハーフ、30キロ、フルの4種から選べるので、私はハーフでエントリー。 参加者はハーフの部で35人と思っていたよりも少人数でしたが、 人数の割にエイドが充実しており、2.5キロごとにポカリと水があり、必要な時にいつでも水分補給が可能でした。 これからの季節、何度かお世話になりたい大会です。 今回のレースの目標は、後半減速しない、歩かない、2時間切り。 10:30開始で気温が高めだったこともあり少し苦しみましたが、いったんは自分で定めた目標は達成。 とは言え、将来的に走るであろうフルマラソンのことを考えるとこのままではいけないような気がするので、 次回はもう少し目標設定高めにして頑張ります。						
1091	2024.03.31	白澤朋子	48	女	ふくい桜マラソン 2024	Full	5:00:28
	マラソン 総合女子　　マラソン 40歳代の部 女子 第２ウェーブの前からの出走で最初突っ込み過ぎて、後半足が残らず 大会は第一回と思えないほど運営がスムーズで、エイドも応援も充実してました。 完走メダルもおしゃれで楽しい大会でしたが、完全にペース配分間違えたのだけが悔しい						
1090	2024.03.23	中島まゆみ	62	女	第44回 武蔵陵マラソン	10km	0:53:08
	年代別3位入賞 多摩御陵から2.5キロを折り返し2往復するコース。八王子は馴染み深くマラソンを始めた頃練習していた浅川沿いです。 青梅以降体調崩して、立て直しができていなかったのでベストではなかったですが、目標の55分はきれました。 また体調を万全にして走りたいと思います。						
1089	2024.03.24	福田俊和	73	男	第41回 佐倉マラソン	Full	4:57:51
	佐倉マラソンは初めて参加しました。 田んぼの中を走る感じ、ちょっと狭いな。キロ6:15で完走を目指すも30キロぐらいから両足がおかしい。 35キロ右足、37キロ両足が攣って倒れ込む。こんな事は初めてじゃないかな。 しかし、自分の不甲斐なさに（負けんぞ）と声に出し叫びながらゴールを目指し完走出来ました。 沿道の応援、走友会会員の皆さんの応援で走りきれました。ありがとうございました。						
1088	2024.03.17	大友和美	72	男	2024 板橋City マラソン	5km	0:28:06
	・種目：　５ｋ一般男子　　・記録：　28分10秒　ネットタイム 28分06秒　　・種目順位：　103位 ・天気：　☀ 晴れ　　・気温：　17.5度　　・湿度：　56%　　・風：　0.4m / 秒 ・コメント タイムはともかく、2012年からフル7年連続出場していた大会。今回6年ぶりに出場。 フルを走る気力練習スタミナも不足の為、今回は一般男子５ｋにエントリー。 キロ5分30秒で27分台でのゴールを目指す。フル（伊藤さん松岡さん出場）スタート1時間後の 10時にスタート。コースはフルコースの2.5ｋ地点を往復するコース。 28分10秒でゴール。目標の27分台には10秒オーバー。「たった10秒されど10秒」。悔しい。 フルを走られた伊藤さん松岡さんのゴールを見届けず帰宅してしまいごめんなさい。お疲れ様でした。						
1087	2024.03.17	松岡智史	61	男	2024 板橋City マラソン	Full	4:10:53
	3回目の横浜フル(10月)に続く参加で、なんとか13分26秒自己記録更新できました。 4時間のペースランナーの後を順調に走りましたが、20km前に右ふくらはぎが痙攣する兆候(他にもいろいろ違和感)がでてしまいました。急遽芍薬甘草湯を飲んで無理せずに走ることにしましたが、また30km過ぎで痙攣しペースをあげることも出来ず、やっとの完走でした。目標のペースで走行する筋持久力の不足を痛感しました。　(グロスタイム 4:15:15 ネットタイム 4:10:53)						
1086	2024.03.17	伊藤正義	58	男	2024 板橋City マラソン	Full	4:24:53

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	風なく天気良く気温上々。気象条件最高でした。しかしながらタイム伴わず、これが現状の実力値。 明日から当分の間、練習に励みたいと思います。						
1085	2024.03.10	大友和美	72	男	第39回 大山登山マラソン	9km	1:28:46
	「心臓破りのコースにチャレンジ。標高差６５０メートル。１６１０段の石段」のキャッチフレーズ大山登山マラソンに初参加。 コースは、小田急線伊勢原駅北口をスタートし、大山阿夫利神社下社ゴールのラン７キロ石段２キロの計９キロ。 スタートは、男子５０代６０歳以上が１０時スタート。男子４０代女子３９歳以下女子４０歳以上が１０時３０分スタート。男子２９歳以下男子３０代が１１時スタートの３部制。 １０時にスタート。後半に待ち構える階段に余力を残すべくキロ７分で走り出す。国道２４６を横切り、２キロ地点の東名高速道路を見上げながらだらだらと登っていく。 ７キロ地点の阿夫利橋４５分で通過。ここからいよいよ１６１０段の石段登り。こま参道から女坂に入る。走るよりは歩く選手がほとんど。 「先頭通過しますので、右側開けてください」の声。１０時半スタートした男子４０代のトップが通過。大山寺を過ぎると最後の急登が待っていた。 余力は残っており最後のスパートと思ったが、石段コースは幅も狭く危険と判断。流れのままにフィニッシュ。ちょっと不完全燃焼で終わってしまった。来年リベンジ。						
1084	2024.02.18	春口和子	50	女	第56回 青梅マラソン	30km	2:23:08
	第56回青梅マラソン結果速報　選手情報　ナンバー 20055　種目 30キロの部女子50歳代 氏名 春口和子　順位 12位　総合順位 51位 去年より4分遅いゴールでした。 体調が万全ではなかったので良くやったかなと思う反面、悔しさもかなりありました。 この借りはまた青梅で返したいと思います。 レース後、みんなで美味しいお酒が飲めて良かったです♪						
1083	2024.02.18	峰岸照幸	60	男	第56回 青梅マラソン	30km	2:32:28
	第56回青梅マラソン結果速報　選手情報　ナンバー 2071　種目 30キロの部男子60歳以上 氏名 峰岸照幸　順位 103位　総合順位 1810位 今回はブロックGからのスタート、スタート地点まで約1分40秒ぐらいでしたが、狭い通り沿いを流れに逆らわずに素直に走り続けました。折り返し地点まで行けばバラけるので少しずつ順位を稼ぎました。いつ走ってもランナーと沿道の応援共に活気溢れるこの雰囲気は最高です。 天気は最高、気温も最高で暑かったです。大会2日前に吹いた春一番で私は花粉症が始まり、どんよりとした気分で、目はかすみ、体も重かったですが其れでも楽しく走れました。タイムは昨年とほぼ同じで1分遅かった。						
1082	2024.02.18	白澤朋子	48	女	第29回 2024 おきなわマラソン	Full	5:29:08
	大会レポ　氏名： 白澤朋子　ナンバー： 3241 種目： フルマラソン一般の部 女子 順位： 326位 4年ぶりの沖縄マラソンでしたが、相変わらず暑くて、汗だく 最後の下り坂がコース変更になって海を見ながら走れるので、かなり頑張れたと思います。 きついコースでしたが、それでもたくさんの応援とエイドに扶けられて、無事に完走できてホッとしました。						
1081	2024.02.18	岸本麻美	41	女	第56回 青梅マラソン	30km	2:39:22

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	第56回青梅マラソン結果速報　選手情報　ナンバー 21084　種目 30キロの部女子40歳代 氏名 岸本麻美　順位 106位　総合順位 271位 初の30km完走、フルマラソンへ向けて一歩前進！ だけど何でだろう、ゴールした瞬間はフルへの道がより遠のいた気がしました(笑)。ここからさらに12キロ以上？！ ですが今大会、30kmを完走できたことは自分にとって大きかったです。最近やる気とは反比例して空回りすることが多かったため、目標は2つ。青梅マラソンに向けて病気やケガをしないこと、30kmを歩かずに完走すること、少なくても自分で立てた目標は達成できました。 本番当日は、日野走友会の経験者の方々からもらったアドバイスを取り入れました。走る前に芍薬甘草湯を飲み、ペーサーを見つけてくっついて行く、こまめに水分補給、最初ゆっくり、脚に負荷のかからない平らなところを走る、集団に飲み込まれないようにする、コースのポイントごとのコツ、など教わったことを信じて実践したら、それが功を奏したような気がします。 そして電車を乗り継ぎながら御嶽駅と青梅駅の2地点で2度も大声援を送ってくださった応援隊の皆様、ありがとうございました！しんどい地点でしたが応援で大きな力をもらえました！嬉しかったです。 ところで、、、30kmレースって、当日ばかりでなく翌日もこんなにも辛いものなのですね。体のあちこちが痛く動けません。。。ですがきっとこれも良い思い出になるのでしょうね。ここからまた少しずつ前に進んでいきたいと思います。						
1080	2024.02.18	中島まゆみ	62	女	第56回 青梅マラソン	30km	3:03:14
	第56回青梅マラソン結果速報　選手情報　ナンバー 20409　種目 30キロの部女子60歳以上 氏名 中島まゆみ　順位 73位　総合順位 680位 2月にしては暑くウエア選択難しかったです。給水も往路思ったより少なく15キロ折り返し辺りから失速してしまいました。 それでも途中仲間の応援に励まされなんとかゴール。沿道の応援は本当に力になります。ありがとうございました。 タイムは去年より3分遅れでしたが完走出来て嬉しかったです。来年こそ３時間きりたいです。						
1079	2024.02.18	鈴木美津江	69	女	第56回 青梅マラソン	30km	3:20:07
	第56回青梅マラソン結果速報　選手情報　ナンバー 20993　種目 30キロの部女子60歳以上 氏名 鈴木美津江　順位 138位　総合順位 1045位 目標はk6分30秒で3時間30分で帰るでした。とりあえず目標はクリアできましたが辛い長い道中でした。 走り終えた後仲間の笑顔が見られてホッとしました🤗🎵🎵😄						
1078	2024.02.18	福田俊和	73	男	第56回 青梅マラソン	30km	3:04:58
	第56回青梅マラソン結果速報　選手情報　ナンバー 5130　種目 30キロの部男子60歳以上 氏名 福田俊和　順位 581位　総合順位 4721位 1月28日（日）の若潮マラソンから3週間後のレース。若潮マラソンから10日間1kmも走らず休んでいたのが良かったのか昨年の青梅より4分程早く走れました。そして、応援の力が大きい。沿道に大友さん、山崎さん、幸子さん、日高さんの声に助けられました。ありがとうございました。それにしても、春口さん、岸本さんはハエェ～！						
1077	2024.02.18	松岡智史	61	男	第56回 青梅マラソン	30km	2:53:04
	第56回青梅マラソン結果速報　選手情報　ナンバー 7062　種目 30キロの部男子60歳以上 氏名 松岡　智史　順位 428位　総合順位 3877位 3回目の30Kレース参加です。体調、天候等の条件もよく、多くの声援のもと、エイド(柚子まんじゅう、山の呼び声)を堪能でき、パリマラソン代表(赤崎・一山選手)の走りも見れ、またQちゃん(高橋尚子さん)とのハイタッチもでき、楽しんで走ることができて満足しました。 今回、継続していた自己記録更新はならず、６分ほど前回よりタイムが落ちてしまいましたが、相応の結果で、いくつか課題も認識できました。来年度改善していこうと思っていますが、1か月後の次のレースにもと少し生かしたいと思います。						
1076	2024.01.28	峰岸照幸	60	男	第44回 館山若潮マラソン	Full	3:40:18

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	【 フルマラソン 60歳～69歳男子　グロスタイム 3:40:36　　ネットタイム 3:40:18 】 毎年勝田マラソンとガチで同日の館山若潮マラソンを毎年通り走って来ました。 コースはキツイけど景色が綺麗、どちらかと言うとファンランのランナー達、コース広い、トイレが空いてると言うのがその理由。 風もなく走り易い日和でしたが、其れでも海岸線岩場の小さな上り下りで風が吹いていて寒く感じることがありました。 走りながら波間のはるか彼方に見える大島、新島、利島に励まされながら走るのはとても気持ちが良いです。 残念ながら今回富士山は見えなかった。 25キロからの激しい山越えと、30キロの長～い海岸線が見えてくる所迄確り余力を残して走れるかが勝負の別れ目なのです。 今回は残りの10キロもペースを落とさず走れました。最後の2キロで気持ちペースが落ちたけど気持ち良く走り通り通せました。 海の直ぐ横の広々とした会場で完走後も皆楽しそうにして居るこの雰囲気がとても好きな大会です。						
1075	2024.01.28	鈴木美津江	69	女	第71回 勝田全国マラソン	10km	0:54:22
	【 女子 10km 60歳代の部　グロスタイム 0:54:26　　ネットタイム 0:54:22　部門順位：17位 】 前泊で旅行気分で参加しました。 走り出すと　コースのきつい事！途中何度もやめてしまいそうになりましたが、何とか完走できました。 これからレースが続きます。 もう少し緊張感を持って頑張りたいと思います。						
1074	2024.01.28	中島まゆみ	62	女	第71回 勝田全国マラソン	10km	0:51:14
	【 女子 10km 60歳代の部　グロスタイム 0:51:18　　ネットタイム 0:51:14　部門順位：10位 】 先週フロストバイト走れず今年初のレースでした。天気良く言い訳出来ないコンディション。 最初の2キロ4分代で突っ込んでしまいましたが後半も5分10秒前後で落ち着いて走れました。 課題はイーブンペースで走る事。5分で走れればあと少し記録ものばせそうなので頑張ってみます。						
1073	2024.01.28	福田俊和	73	男	第44回 館山若潮マラソン	Full	4:39:56
	【 フルマラソン 70歳以上男子　グロスタイム 4:41:16　　ネットタイム 4:39:56 】 スタートの10:00時点、曇り、風も無く最高のコンデションでした。 走る前の目標は完走のみ。自信が無く５時間代の列に並んでスタートする。 この大会何度か出ていますが、こんなに起伏があるとは。 特に30キロからの坂では完走するのは無理！と頭をよぎる。 しかし、最近のレースで走友会の仲間が体調が悪いにもかかわらず完走している。 何クソ楽しんで走るぞ!と、午後からは向かい風の中を走る。 フォームを崩さず完走する事が出来ました。 もう少しお酒をひかえて練習せねば。						
1072	2024.01.21	岸本麻美	41	女	第43回 フロストバイトロードレース	Half	2:11:18
	【 グロスタイム 2:15:13　　ネットタイム 2:11:18 】 あいにくのお天気、スタートギリギリまで走るかどうか迷い、スタート15分前に走ることを決めました。 3分遅刻のスタートでしたが焦らずに、いつもよりもかなりスピードを抑えてスタート、徐々にペースを上げていこうかと思っていま したが、なぜか減速する一方。 自分でもびっくりするほど最後までスピードが出せずでした。練習不足とレース当日までのコンディション調整不足。 ひたすら抜かれ周りには人がほぼいなく閑散、エイドは水だけ、ちょっと寂しく苦い思い出になりましたが、「今後30年間はこのタイ ムを超えることがないようにしたい」と新しい目標ができました。 自己ワーストで正直、大会報告を躊躇するほどでしたが、反省兼ねての投稿です。						
1071	2024.01.08	鈴木美津江	69	女	THE CHALLENGE RACE 2024-01-08	Half	1:58:17

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	強風の荒川河川を走って来ました。フルマラソン4時間のペーサーについてハーフを走りました。まだ5分41秒でハーフを走り切れると確信。 青梅の30kを3時間内はまだまだ程遠い。今の自分の力確認のために走ってきました。 【参考】　コース：荒川河川敷マラソンコース（戸田橋陸上競技場発着10km周回コース）						
1070	2024.01.07	春口和子	50	女	第24回ハイテクハーフマラソン	Half	1:32:59
	先月のイヤーエンドマラソン同様キロ430以内を意識して走りました。 風も強かったし、ネットで33分台出せれば良いと思ったらギリギリで32分台。 嬉しかったです！						
1069	2024.01.06	伊藤正義	58	男	西東京30K （2024 西東京30K in 国営昭和記念公園）	30km	2:43:47
	快晴の空のもと、気温17℃程度で風もない絶好の気象条件。体調も良く軽快な走りで前半を終えタイムも上々。 しかし後半に入り、20kmを過ぎたあたりから失速しそのままゴール。 実は昨年の12/9にも同じ場所で同じ距離、奇しくも気象条件も全く同じと言っても過言ではない状況。 前回タイムは2：43：31で前回との差はたったの16秒。内容もやはり20km過ぎで失速。 20km以降の走りに課題を残す結果となりました。						
1068	2024.01.06	松岡智史	61	男	西東京30K （2024 西東京30K in 国営昭和記念公園）	30km	2:46:54
	今回、3月板橋フルに向けての準備として、2回目の30Kレース参加(前回2022.11.26)です。 天候等の条件もよく、フル4時間のペーサー(集団)の後を20㎞まで追走しその後ペースアップもでき、気持ちよく走ることができました。 30Kスプリットは前回(3:25:09)、昨年3月東京フル(3:39:45)、10月横浜フル(3:03:15)と、順調に自己記録更新ができて満足です。 また、本大会では、「ASICS RACE REPORT」の提供（計測機器「MOTION SENSOR」を腰に装着して走行）もあって、その結果をみるのも楽しみです。						
1067	2023.12.29	中島まゆみ	62	女	イヤーエンドマラソンin国営昭和記念公園 2023	10km	0:52:26
	12月というのにポカポカ陽気。走っている間暑く感じました。1周目5:10ペースで走れたのですが2周目ちょっと失速しました。最後ペースを戻しましたが失速した時のツケが響きました。ゴール目の前で美津江さんに追いつかれデッドヒート！ほぼ同時にゴールしました。苦しいゴールでしたが終われば楽しかった。思い出残るレースとなりました。イーブンで走る練習。課題です。						
1066	2023.12.29	春口和子	50	女	イヤーエンドマラソンin国営昭和記念公園 2023	Half	1:34:16
	■年代別2位■　1時間35分切りを目標にキロ4分半でどこまでいけるかチャレンジするつもりでスタートしました。速いペーサーに振り回されつつもなんとか走り切れたので良かったです😊						
1065	2023.12.29	鈴木美津江	69	女	イヤーエンドマラソンin国営昭和記念公園 2023	10km	0:52:26
	今年最後のレース　仲間達と笑顔で来年も宜しくと言えました。良い締め括りレースでした。今回は52分を設定目標、とりあえず満足です。						
1064	2023.12.29	伊藤正義	58	男	イヤーエンドマラソンin国営昭和記念公園 2023	Half	1:50:01
	今年の大会締めくくりでエントリーしました。タイム良く、来年に繋がる走りが出来ました。来年に期待です！						
1063	2023.12.10	白澤朋子	47	女	Vientiane International Marathon 2023	10km	1:05:29
	女性40-49歳　カテゴリ9　28位 /638（タイムはグロスタイムです。） 初のラオスマラソン、夜スタートして、日の出とともにゴール！ 今まで走った海外マラソンの中で1番ゆる～い感じが楽しかったです。						
1062	2023.12.10	宮下秀雄	77	男	Vientiane International Marathon 2023	10km	1:11:55

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	60歳以上　カテゴリ12　366位/442（タイムはグロスタイムです。） スタート直後から歩く人が多くて追い抜くのが大変でした。3kmを過ぎた頃街灯が突然消えて暗闇の中を走りました。 ラスト1kmは登り坂でしたが、スタート直後の5kmのランナーと行き違いになり走友会ランナーを探しながら走ることで歩かずに登り切りました。 終わってみれば、汗ビッショリでしたが、海外マラソンらしさがあり楽しい大会でした。						
1061	2023.12.10	長尾豊彦	86	男	Vientiane International Marathon 2023	10km	1:20:33
	60歳以上　カテゴリ16　508位/649（タイムはグロスタイムです。） 心地よい乾季ラオスの朝5時スタート。真っ暗な首都の大通りを走り抜け、大河メコンで折り返し。 楽しそうに走るラオスの中年男と意気投合。競い合って走ると暁の頃、1時間20分33秒でゴール！ 感激の涙と汗びっしょり、ラオスの皆さん応援ありがとう。						
1060	2023.12.10	芹澤勇夫	85	男	Vientiane International Marathon 2023	10km	1:32:37
	60歳以上　カテゴリ21　757位/1049　（タイムはグロスタイムです。） 真夜中12時頃、左足のこむら返りの猛烈な痛みに目が覚める。我慢して走り始めると 筋肉の痛みは消えたが、暗くて足元が見えず走りにくい。ほとんどのランナーが参加賞のTシャツで 背中を頼りに走る。視界が良好になり、走り易くなったらところでゴール。 ゴール手前の上り坂さも気が付かなった。なぜか汗をかいていない。もっと走りかった。						
1059	2023.12.10	後藤哲也	78	男	Vientiane International Marathon 2023	5km	0:29:06
	（自己申告のタイムです。） 長旅疲れ、睡眠不足考慮すると約１週間前の日野市民ロード28分後半の記録と同等で現走力。 6時出走の5ｋm部門の出発地点は他とは別で実距離は約1割増しの結果5.49ｋmにはエッ？！ 流石、敬虔なる仏教国、距離・記録・競うとかは超越。 ５ｋm過ぎてるのにゴールはかなり先と分り戦意喪失、地元の人は最初から歩いてる人も多数で 見事な織物の繊維は着ても走る戦意は少ない様子。 湿度高くランシャツと鉢巻代りのバンダナ（晩ではなく朝のレースでしたが）はビッショリ。 ホテル帰路のピックアップ型トラック荷台での風が心地良かった。						
1058	2023.12.10	山崎好江	80	女	Vientiane International Marathon 2023	5km	0:37:00
	（自己申告のタイムです。） ただただ広く、まっすぐの道路を折り返し点を目指して走り、遠目指にはパリの凱旋門？　実は戦没者慰霊塔。 その先がやっと5kmの折り返し点。とたん残りの2,5kmは1時間前スタートの10km組の大勢に飲み込まれたまま、 押し流される様にゴール！ 日高さん！吉本さん！が見つけてくれました！　ありがとう！バンザ~イ。						
1057	2023.12.10	志田友乃	82	女	Vientiane International Marathon 2023	5km	0:38:00
	（自己申告のタイムです。） 5キロに参加しました。記録なし、メダルなしで自分で計測するしかないということでした。 自分の計測に自信がないのでゴールの掲示に頼っていたのですが、４つも掲示が出ていてどれだかわかりませんでした。 このところ計測している大町マラソン、京王駅伝のキロ７分半よりは真剣に走ったと思うので38分とします。 ゴール近くは殆どの10キロの人が話しながら歩いているので、真剣に走っているのは5キロばかりの感じがしました。						
1056	2023.11.23	長尾豊彦	86	男	第28回シニアマラソン健康スポーツフェステバルＴＯＫＹＯ	5km	0:34:18
	「5キロ男子80歳以上の部」エントリー。 ２年ぶりにこの競技に参加。前回は陸上競技場の中を１２回ほど走る競技だったが、今回は公園外周を２回走るランに変更。 目下上り調子の山崎さんに競り勝とうとしたが、１８秒差の３４分１８秒でゴール！ 前回より３分も遅くなったが、年のせいだと納得し、高幡不動に帰って祝杯をあげた。						
1055	2023.12.10	日高美智子	72	女	第37回 青島太平洋マラソン	Full	5:52:26

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	「ガワ！まだ半分の距離来てないよ！がんばれ！」沿道から声援をくれたのは、高校時代の同級生達でした。16～７㎞地点。もう、呼吸も苦しく足も痛く、気力も限界で、交差点を過ぎたらそこで終わりに…。と思っていました。「はい！」と思わず返事。そうか、何とかハーフまでは行かなくちゃ！となり、ハーフ地点まで来たら少し下りになり元気が出ました。 頑張ればいけるかも？と思え、高校生達の元気な応援に「ありがとーう！」と返事していくうちに少しずつ気力もわいてきました。ついにゴール!!やったー!!　嬉しかったです。ワースト記録ですが、自分に勝てた！と思えました。						
1054	2023.12.09	伊藤正義	58	男	マラソンフェスティバルin国営昭和記念公園 WINTER	30km	2:43:31
	自己ベスト　ゴール前で疲れたが、いい走りできました。 快晴の空の下、風もなく最高気温17℃程度で絶好のマラソン日和。 昭和記念公園は走りやすく、タイムも出しやすいコースで良い結果に繋がったと思います。 それでも、このペースをフルマラソンの距離で続けることは現状では難しく、課題を確認できたレースでした。						
1053	2023.12.02	宮下秀雄	77	男	第61回日野市民ロードレース大会	10km	1:06:19
	前2回は5kmでしたが、今回は10Kmを選びました。　浅川の土手に出ると4年前と同じように最後尾を走っていました。 直近の練習結果から、1時間10分前後を予想していましたが、後半の落ち込みが少なくてこのタイムとなりました。 しかし、4年前と比べると4分37秒遅い記録で、走力の衰えを感じています。						
1052	2023.12.02	春口和子	50	女	第61回日野市民ロードレース大会	5km	0:21:23
	つくばから中5日でのレースは3kmから疲れが出てしまいました。平凡なタイムでしたが年代別では何とか勝てて良かったです。						
1051	2023.12.02	福田俊和	73	男	第61回日野市民ロードレース大会	10km	1:00:52
	コロナ禍前より10分ほど遅くなり、体力の衰え？身体は大きくなっているのに(特に腹周り)息切れが激しい。 少し走り込みして来年は頑張ります。１月は千葉館山若潮マラソン、3月は板橋シティマラソンにエントリーしました。大丈夫かなぁ。						
1050	2023.11.26	鈴木美津江	69	女	第61回日野市民ロードレース大会	5km	0:25:03
	今回の目標タイムは26分としました。最近の走力から見て妥当な設定だと思っていましたが、それより1分も速く走れたのは嬉しいですね。 それと、もっと沢山の日野市民の人達が参加して、大会を盛り上げてくれたら　もっと嬉しいと思いました。						
1049	2023.12.02	伊藤正義	58	男	第61回日野市民ロードレース大会	10km	0:47:16
	天気よく、適度に寒く、タイム更新！ 岡崎さん、峰岸さん、北川さん、幸子さん沿道応援ありがとうございました。 レースは日高さん見送られ、すべり出し好調。前半5キロ付近までペースが持続でき、後半もリズム良く最後まで好走。途中、岡崎さんらに励まされ結果に繋がったと、チーム日野走友会で戦った成果でした。日野走友会メンバーに感謝！！						
1048	2023.12.02	後藤哲也	78	男	第61回日野市民ロードレース大会	5km	0:28:47
	11月中旬に右フクラハギ肉離れ、痛み出たら即リタイアのつもりでノンビリスタート。前半追風のお陰でフクラハギに負荷なく走れ、向い風の後半はピッチ走に切り替え。 リタイア時の防寒用にタイツにして暑かった以外は結果オーライで設定記録大巾クリア。12/10ラオス・ビエンチャン５ｋｍ全力走に目途、まずは浅川花粉で発症の鼻炎（ビエン）チャンと治したい。						
1047	2023.12.02	松岡智史	61	男	第61回日野市民ロードレース大会	10km	0:50:32
	今回初めての10Kレース参加です。天候等の条件もよく、また応援もいただき気持ちよく走ることができました。 最初ペースは早いなと感じつつ、同年代出走者の後(4名参加で3番目と思って、半分くらいで4番目となる)を流れに任せて走って、最後の折り返しの後ペースアップを試みましたが、余り上がらず追いつくことはできませんでした。 (前の1名は70歳代以上で、結果は、男子一般60歳代 10km 第3位/4名でした。)						

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
1046	2023.11.26	春口和子	49	女	第43回つくばマラソン	Full	3:18:52
	フルマラソン（42.195km）　女子　18位/1663人中 フラットだからタイム出るよと言われて初めてつくばマラソンに参加してきました。 朝から寒くて小雨も降っていて言い訳できないコンディションの中、キロ440を意識してスタート。 39kmで脚が売り切れましたがPB更新、サブ320も達成することができました😊 もっと強い脚を作るべくさらに努力していきたいと思います。40代最後の日、楽しく過ごせました♪						
1045	2023.11.19	大友和美	72	男	かわさき多摩川マラソン２０２３	10km	1:04:41
	70歳以上の部　78人中37位 サッカー川崎フロンターレのホームスタジアム等々カ陸上競技場がスタート・フィニッシュ。 １０ｋｍ部、50分～59分59秒フィニッシュ予想タイムのブロックでスタート。 前半上々の走り出しも、後半失速。全ては練習不足。気力だけでは記録は伸びないことを痛感。 初めての大会参加だったが、雰囲気も交通便もよく、来年もぜひ参加したい。						
1044	2023.11.23	大友和美	72	男	第28回シニアマラソン健康スポーツフェステバルＴＯＫＹＯ	3km	0:16:37
	70歳から79歳の部（24人中17位） 陸上競技場内、外周（２ｋ）をそれぞれ1周するコース。 初めての参加だったが、今の実力は出せて満足。来年は、５ｋにエントリーし、上位入賞を目指したい。						
1043	2023.11.26	中島まゆみ	62	女	小江戸川越ハーフマラソン２０２３	Half	1:51:08
	季節ハズレのポカポカ陽気から一転　極寒の一日でした。 寒さに身体が慣れていない感はありましたが走るには風も無くベストだったと思います。 大会前にずっと膝の痛み取れずほとんど練習らしい練習もしないでの本番でしたが、、かえって日頃の疲れが取れて良かったのかな？ 自分らしい走りが出来ました。15k以後ペースダウンしてしまい残念でした。道幅広く適度なアップダウンありますが走りやすいコースです。 来年もエントリーしたいと思います。タイムも次回1時間50分きりたいな。楽しく走れました。						
1042	2023.11.23	峰岸照幸	60	男	第33回 大田原マラソン大会	Full	3:48:10
	2023大田原マラソン走ってきました。天気も良く走りやすい日和でした。4年ぶりの大田原マラソンを楽しんできました。 マラソン男子の部　ネットタイム：3時間48分10秒 総合順位：881位　　年代別（マラソン男子 60歳～ 64歳の部）順位：59位 最初から気負う事なく、無理をせず、周りを気にする事なく、追い抜かず、追いかけず、抜き返さず、時計を見ずの精神で自分が楽を感じられるペースに集中して時間内確実完走を目指して走り切りました。 3ヶ月位マラソンレースからご無沙汰していたので、今回このタイムで走れたのは、次回の希望につながりました。痙攣することもなく、完走後のダメージも在りませんでした。制限時間4時間と聞くと若い頃は何とも感じませんでしたが、今では少しピリッと感じる歳になりました。						
1041	2023.11.12	岸本麻美	41	女	第２回 なかがわ清流マラソン大会（栃木県 那珂川町）	Half	1:41:35
	迷ったものの大会参加してよかった！ 11月はじめに足裏の痛みが発生し、思うように練習できなかったこの2週間。 これまでの練習が台無し、、、と凹んだり後悔した日々を過ごし、大会参加自体も迷っていましたが、大会中はミラクルが起こり膝も足も痛みが全然なく、気温もちょうどよい中で走れました。 そして練習では絶対出せないタイムでPB！(そんなにハーフマラソンの経験ある訳じゃないけどPBって言ってみたかった。。。) 予想外の嬉しさと同時に、弱点も見えました。 最初びっくりするくらい元気に走れて、徐々にペースダウン、1最後3キロはヘロヘロ。 ゴール後の足のつり。ロング走不足っていうやつかな？						
1040	2023.11.12	伊藤正義	58	男	松本マラソン 2023	Full	4:20:42

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	完走するも、風に阻まれ残念な結果でした！ 初マラソン取り敢えず完走しました。私のPBとなります。 30Kmまでは3時間を切るペースでサブ4も期待できる内容でしたが、30kmからは向かい風に阻まれ前に進まず。 初マラソンは、ほろ苦い結果に終り残念です。						
1039	2023.11.05	大友和美	72	男	第46回 足利尊氏公マラソン大会	10km	1:04:15
	60歳以上の部　170人中107位 男性健康寿命72歳到達後初めての大会参加。 栃木県足利市自宅からのアプローチ、最短でも4回交通機関を乗換会場へ。 走友会歴史とほぼ同じ開催回数で開催慣れしており、地元で愛されている大会のようです。 60分切りを目指すも残念だったが、半年ぶりの大会参加で健康長寿ランは達成できた。 記録は11日の京王駅伝2kmを全力で走り、19日開催の「かわさき多摩川マラソン2023」で、60分切りを目指す。						
1038	2023.11.03	鈴木美津江	69	女	第33回 ぐんまマラソン	10km	0:51:01
	種目： 10km マラソン 女子（65～69歳）　順位： 1位 3年連続出場で65～69歳のカテゴリーで3連覇。 ずっと最前列スタートをもらい、仲間からは絶対押し倒されない様にと毎回アドバイスをもらっていました。 スタート時は、若い人のスピードに圧倒されながらも、私なりに逃げまくり走で頑張った69歳は、来年からは70代で参加したいと 思っています。						
1037	2023.10.29	松岡智史	61	男	横浜マラソン2023	Full	4:24:19
	3月の東京フルに続く参加です。楽しく走り、30分ほど自己記録更新できましたが、もう一歩。 最初の5kmは大混雑の中流れのままゆっくりと、その後ペースを上げましたが、20km過ぎよりだんだん失速しました。途中36kmほ どで右ふくらはぎが痙攣しやっとの完走です。　(グロス4:39:56 ネット4:24:19)						
1036	2023.10.15	峰岸照幸	60	男	第40回記念大町アルプスマラソン大会	Half	1:40:42
	ハーフ壮年男子６０歳代の部　種目別順位 8位/117人中　グロスタイム 01:41:18　ネットタイム 01:40:42 自分では上出来です。気持ち良く今の自分で走りきりました。無理をせず楽もせず最後まで足が動きました。 キツイコースと聞いてましたが、そうも感じず走れました。来年はフルマラソンを走ってみたいと思った。						
1035	2023.10.15	鈴木 美津江	69	女	第40回記念大町アルプスマラソン大会	10km	0:53:20
	10km 一般女子の部　種目別順位 5位入賞／131人中 霧雨の中10㎞走りました。なんと陸連登録になっているため最前列からのスタート。 あっという間に次から次と追い抜かれるも競技場を出たのは女子トップ、こんな経験は今まで一度もなく、気持ち良かった😊 その後は抜かれ通しでしたが、焦ることなく自分の走りができました。終わってみれば５位で入賞♪♪　嬉しいですね。もう少し頑張る かな？						
1034	2023.10.15	白澤 朋子	47	女	第40回記念大町アルプスマラソン大会	10km	1:01:57
	10km 一般女子の部　種目別順位 30位/131人中 残念ながら後半失速1.01:57でゴール。　前半は5:40-5:50で下り追い風、後半6:40に。　走友会Aコースより穏やかな登りなのに... と悔しい。 途中、幸子さんと清家さんに似ている方に抜かされ、ついつい抜きかえして、また抜かれ、ベースは一定で走れず、精進努力不足が祟 りました。						
1033	2023.10.15	川端 恵美子	64	女	第40回記念大町アルプスマラソン大会	10km	1:15:51
	10km 一般女子の部 種目別順位 93位/131人中 10km走りました。大会直前まで3kのエントリーと思い想定外の10k!!でしたが、 ① 遅くても絶対に歩かない　② 完走する!!　を目標に走りました。タイムは、1時間15分51秒でしたが、目標は達成できました。						
1032	2023.10.15	伊藤 正義	58	男	第40回記念大町アルプスマラソン大会	10km	0:51:47

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	10km 一般男子の部 種目別順位 40位/181人中 目標、4分台でしたが結果5分47秒、残念ながら3分遅れでした。 【言い訳】　①　なだらかな登坂のせいで後半の道のりスピード上がらす。　②　前日の飲み過ぎ食べ過ぎで消化不良でした。 そうは言っても力不足、練習してまたチャレンジします。						
1031	2023.10.15	福田 俊和	73	男	第40回記念大町アルプスマラソン大会	10km	1:04:55
	10km 一般男子の部 種目別順位 112位/181人中 天気予報も正確で走る頃には雨もやみ、道は少々ぬかるんでいましたが走りやすかった。前日に、キロ７分で走り、完走を目標としました。 前半は下りでしたのでキロ6分で走り、後半は6分50秒位に落ちましたが、6分台で走り、目標をクリア出来ました。 何よりも走った全員が完走。鈴木美津江さんは一般女子10キロで若い人をけちらし５位、渡辺さん、長尾さんは最高齢者で三名の方が表彰され 大町市長もびっくりされ、日野走友会の誇りですね。						
1030	2023.10.15	宮下 秀雄	77	男	第40回記念大町アルプスマラソン大会	10km	1:14:08
	10km 一般男子の部　　種目別順位 153位/181人中 前半もっとセーブして走れば良かったと反省しています。 後半の登りでは歩きが入り、目標の7分15秒/kmが、7分25秒/kmになってしまいました。						
1029	2023.10.15	長尾 豊彦	86	男	第40回記念大町アルプスマラソン大会	10km	1:16:32
	10km 一般男子の部 種目別順位 160位/181人中 8月に86歳になり走力もますます衰えたので、10キロ1時間40分を目標にしていました。(制限2時間) ところが最高齢者表彰を受けて意気が高まり、川端さんの後を追って走り続けた結果、何と1時間16分32秒で完走できました。 (181人中160位) 川端さんありがとう! 大町の皆さんありがとう!　大満足です。						
1028	2023.10.15	芹澤 勇夫	85	男	第40回記念大町アルプスマラソン大会	10km	1:22:05
	10km 一般男子の部 種目別順位 170位/181人中 最近は体力低下で9分/km以上も掛っており、私にとっては8分12秒/kmは大変良い記録だったのですが、走友会メンバーの最終ランナーに なってしまいました。 スピード練習も考えたのですが、やはり従来通り長時間を掛けて、気持ち良く・楽しく・できるだけ長い距離を走り続け、 健康寿命を少しでも伸ばしていきたいと思っています。						
1027	2023.10.15	山﨑 好江	80	女	第40回記念大町アルプスマラソン大会	3km	0:19:42
	3km 一般女子の部 種目別順位 14位/46人中 スタートは周りの小中学生とぶつからないよう気づかいながらコースに出た所で、さァーこれからと走り始めたが、少し行くと何かへン! いつもの様に走れない! 足が動かない、息も少し 苦しい。　足が不調の中走っている日高さんに中々追いつかず、不安 になってきた。 そのうち歩き出した日高さんは追い越せたものの自分の走りは不安のまま、後ろから元気のいい子供達にドンドン抜かされて、こんな状態で 3K走れないのでは、途中で倒れるのでは? と悪いことばかり思いながら走っていた。 やがて1.5kmで折り返した早い集団がすれ違って行き始めて、その中に黄色シャツの後藤さんも混って走っている。 ところが私も折り返しを過ぎた辺りでやっと息が苦しいのは高地のせい! と気が付きました。なんとバカだった! 山の中を走っていたのだもの 空気が薄いから息苦しかった!!　その後の3Kまでの走りは相変らずでも安心して走り切れました。 走友会の朝練で一緒に走っている85才の芹沢さんは80才の記念にフルマラソン42.195kmを走られたそうですが、 私もささやかながらこの「大町アルプスマラソン」3km 19分42秒を 80才の記念ランにします。						
1026	2023.10.15	日高 美智子	71	女	第40回記念大町アルプスマラソン大会	3km	0:20:46

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	3km 一般女子の部 種目別順位 24位/46人中 8か月のブランクの後の2週目での初めての3kmレースでした。こんなにきつかったっけ! こんなに心肺機能が落ちてるんだ! と、気づかせられる 苦しいレースでした。 歩きも入りましたがやっとのことでゴール! タイムは20分46秒、ぎりぎりキロ6分台で本当にうれしかったです。						
1025	2023.10.15	原 倫子	76	女	第40回記念大町アルプスマラソン大会	3km	0:20:57
	3km 一般女子の部 種目別順位 25位/46人中 スタート直前に雨が上がり、また周りに走友がいることで一層励みになり、楽しくもなりました。						
1024	2023.10.15	渡辺 国子	83	女	第40回記念大町アルプスマラソン大会	3km	0:21:46
	3ｋｍ 一般女子の部 種目別順位 31位/46人中 ４～５年振りのレースに参加。練習もしない、朝練では６ｋｍのコースを㌔８～９分でのんびり走っているので,いきなりのレースは３㎞と言えども予想がつかない。 普段と同じで走ろうと決めていたのに結果は何と息切れヒィーヒィーの21分45秒。 原さん引っ張ってくれてありがとう。“あ～ァ　しんど・・・“　　でも、でも結果オーライ。雨も止んで良かったです。						
1023	2023.10.15	志田 友乃	82	女	第40回記念大町アルプスマラソン大会	3km	0:22:24
	3km 一般女子の部 種目別順位 32位/46人中 もう走れなくなっている自分を自覚しているので、ゆっくり楽しく走るつもりでした。　朝練で8分/km～8.5～9分/kmを走っているので, ７分代で走れたことに満足しています。　皆で走れたこと嬉しく思います。 これからも短距離を走っていきたい。						
1022	2023.10.15	後藤 哲也	77	男	第40回記念大町アルプスマラソン大会	3km	0:17:24
	3km 一般男子の部 種目別順位 17位/51人中 慎重に新調したHOKAシューズ効果 有（○） 無（×） 2012年の合宿旅行では同じコース10km走り、秋の花粉を吸い込み帰りのバスの中でクシャミ止まらず。今回は3kmなのでOK(今のところ)。(クツ違い騒動のお陰で、その間に)　「トーフ+キノコ汁」を2回も食べられた。						
1021	2023.10.09	松岡智史	61	男	第8回 二子玉川マラソン	Half	2:00:09
	今回5月に続いての2回目の連続参加です。 雰囲気もよく、ペーサーもいて、参加費用は安価、走りやすい道路で、走力試しの参加です。 ただし、当日は、雨天(15℃)で、水溜り、泥濘みの中でのランニングでした。 結果は、ここ4か月間の練習で、５分ほど自己記録更新でき、まあまあ満足できました。						
1020	2023.09.30	伊藤正義	58	男	第61回 日野市民陸上競技大会	1500m	0:06:16
	参加種目：1500M　壮年40歳以上の部　1500M：3/4位　タイム：6分16秒8 天候は晴れたり曇ったりで気温も27℃程度で良好。これまでの暑さとは打って変わって走りやすいコンデションとなりました。 各種目一般と一緒に走り、1500Mは10名、5000Mは5名と少く、1500Mは前の走者からは離されず何とかついて行けましたが、 5000Mは大きく離されひとり旅・・両種目共に順位はほぼビリで、タイムもそれなり。 それなのに賞状２枚ゲット！ 壮年の部は競技者少く、出場すれば賞状です。皆さんも是非！出場すれば賞状ゲットできますよ！！						
1019	2023.09.30	伊藤正義	58	男	第61回 日野市民陸上競技大会	5000m	0:24:13
	参加種目：5000M　壮年40歳以上の部　5000M：2/2位　タイム：24分13秒5 天候は晴れたり曇ったりで気温も27℃程度で良好。これまでの暑さとは打って変わって走りやすいコンデションとなりました。 各種目一般と一緒に走り、1500Mは10名、5000Mは5名と少く、1500Mは前の走者からは離されず何とかついて行けましたが、 5000Mは大きく離されひとり旅・・両種目共に順位はほぼビリで、タイムもそれなり。 それなのに賞状２枚ゲット！ 壮年の部は競技者少く、出場すれば賞状です。皆さんも是非！出場すれば賞状ゲットできますよ！！						
1018	2023.09.17	鈴木美津江	69	女	第36回 田沢湖マラソン	20km	1:54:15

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	20Km 女子 60歳代の部　種目順位 ： 5位　完走者数：36 20km 女子 年代別合計人数 225人中　45位 記録 ： 1時間54分15秒 初めての秋田田沢湖一周20kを走ってきました。湖の景色がすばらしく、コース後半登り下り辛いコースだったのに、来年も湖を見に来たいと思いました。						
1017	2023.09.10	鈴木美津江	69	女	2023年度 都民生涯スポーツ大会陸上競技	800m	0:03:30
	駒沢オリンピック公園総合運動場陸上競技場　　主催 （公財）東京都体育協会・東京都 今回はカテゴリーでじゅんいを戦うのは二人だけだったので、タイムにこだわりました。 去年より2種目ともタイムあがりました。満足してます。						
1016	2023.09.10	鈴木美津江	69	女	2023年度 都民生涯スポーツ大会陸上競技	1500m	0:06:54
	駒沢オリンピック公園総合運動場陸上競技場　　主催 （公財）東京都体育協会・東京都 今回はカテゴリーでじゅんいを戦うのは二人だけだったので、タイムにこだわりました。 去年より2種目ともタイムあがりました。満足してます。						
1015	2023.09.10	春口和子	49	女	2023年度 都民生涯スポーツ大会陸上競技	1500m	0:05:57
	Time full display　05'57"70 駒沢オリンピック公園総合運動場陸上競技場　　主催 （公財）東京都体育協会・東京都 1500mは去年より1秒上がりましたが、体感温度37℃での5000mはここ何年かではワースト記録でした。トラックシーズン終了したのでフルマラソンに向けてまた頑張っていきたいと思います。						
1014	2023.09.10	春口和子	49	女	2023年度 都民生涯スポーツ大会陸上競技	5000m	0:22:09
	Time full display　22'09"31 駒沢オリンピック公園総合運動場陸上競技場　　主催 （公財）東京都体育協会・東京都 1500mは去年より1秒上がりましたが、体感温度37℃での5000mはここ何年かではワースト記録でした。トラックシーズン終了したのでフルマラソンに向けてまた頑張っていきたいと思います。						
1013	2023.06.24	峰岸照幸	60	男	第24回 Over Night 60km みちくさウルトラマラソン	60km	8:05:40
	第24回 Over Night 60K みちくさウルトラマン　（横浜駅 ⇒ 箱根湯本　一列縦隊） コロナ下でも続けて開催してくれたレースです。今年も練習のつもりで横浜駅から箱根湯本まで一晩かけて走り抜きました。このイベントで良いのは重い荷物をゴール地点に運んできてくれます。好きな人はゴール後に箱根湯本の温泉に浸かり着替えを済ませて美味いビールを飲んで帰宅します。私は朝まで待てないので、真っ直ぐに帰宅しますが。 過去には7月と8月に走りましたが、何時も蒸し暑いので、今回は6月に走りました、が、この夜も蒸し暑く首に巻いたタオルは汗でいつもビシャビシャでした。 夜の１８時スタートです。順位記録は無いので、一晩かけて６０キロを確り走り切るイベントですが良い練習に成ります。途中の茅ヶ崎と大磯に補給所が在り、飲み物と簡単な給食をたべられます。特に大磯の補給所では毎年カップラーメンが恒例です。今回私は大磯近くで可也ダウンしてしまいました。小さなカップうどんを頂き、飲み物を飲んで再スタートしました。それ以外はコンビニ等でトイレや食事を済ませながら箱根湯本に到着します。 速度は、人其々です。横浜の人混みを抜けた後は、やはり其れなりの速度で走り７時間そこそこでゴールし朝の1時頃です。私は毎年８時間１０分前後で走りますので朝の２時で電車も無いので、箱根湯本で汗を拭いて、トイレと着替えを済ませてから５キロ程テクテクと歩いて小田原駅へ歩きます。小田急線始発時間の６時頃美味しい朝ご飯を済ませて電車で帰宅します。						
1012	2023.08.27	峰岸照幸	60	男	第41回 山日YBS 富士吉田火祭りロードレース	Half	1:50:50

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	参加種目：ハーフ男子56歳～65歳 種目順位：37位　総合順位：249位 グロスタイム：1時間 51分 08秒 当日８月２７日も暑かった。今回は兎に角完走を目指して走りました。 4年ぶりの開催で、猛暑の中での超タフなコース、好タイムは初めから望んでおらす、只只完走を目指して走りました。 ハーフの部は毎回に最後の坂で足に痙攣が走るので、今回も其れを予期して痙攣が起きないようにウエストバックに電解質タブとビタミン等準備して走りました。当日は朝からよく晴れていてスタート時点で気温も30度ぐらいは上がっていたでしょう。只、それでも現地はサラッとしていて日野とは随分と違うと感じていました。未だコロナ以前の盛況には戻っておらず、参加者も4年前の2/3程度だと思います。売店やトイレも空いていて私にはとても良かったです。 コースも木陰が多く意外に涼しいのですが、それでもスタートすると汗が体中から吹き出しました。給水所は毎回、何時も以上に身体中に水をかけてたビショビョで走りました。「富士山の雄大な姿を眺めながら走りました」と言いたいですが、そんな余裕は無し。自分の疲労度を何時も感じ取りながら、「完走」の二文字を唱えて走りました。ヘトヘトで最後の坂を登りきり、コーナーを曲がった所で痙攣がきました。途端に速度が落ちて10人位のランナーに続けざまに抜かれました。それでも最後のコーナーでは何とか頑張って全力で走りました。 ゴールではタイムなど気にする余裕はありませんでした。チップを外し水を飲み、再び頭から水道の水を身体中にかけて体を冷やしました。歩く事なく「完走」できてホッとしました。記録は4年前より６分（約1KM）も遅かった。ですが相対順位はそれ程極端に変らず皆さん苦しかった事がわかりました。 走りのスタイルは、以前とは少しづつ変化しています。それでも健康でウルトラ、フルマラソン、ハーフを普通に走れる事は私には正に、正に重要な事です。前を向いては走りますが、駅伝の様に前のランナーを目指して走る事は大変すぎて余り出来なく成りました。 自分のペースを守り、余力と疲れを感じ取りながら1レース、1レースを何とか完走しています。早いー遅い、順位も気にはします。それでも最近はそれ以上に大事な事が在る様に感じます。						
	2023.09.08 追加	2023.09.08 追加			2023.09.08 追加　2023.09.08 追加　2023.09.08 追加		
1011	2023.08.27	中島まゆみ	62	女	第41回 山日YBS 富士吉田火祭りロードレース	10km	0:55:59
	■年代別15位■ 暑さ、アップダウンは覚悟の上エントリーしました。 わかっていましたが復路約3キロ上りはきつかったです。アップダウンが林道の中だった事は救い。夏の集大成。ここからは秋のレースに向かって頑張るという節目で走りました。9月から新たな気持ちで走りたいと思います。						
1010	2023.08.27	鈴木美津江	69	女	北海道マラソン2023	Full	5:24:13
	■総合順位：1829位　■女子65歳～69歳種目別順位：36位 私の夏が終わりました。最初から無謀な挑戦と思いながらも、30数年走り続けてきて、今年はメモリアルランと決め　北から今まで参加したレースをもう一度走ろうときめていました。 先ずは北海道、サロマに続き、北海道マラソンです。　サロマはスタートラインにも立てず残念。そして今回札幌の道マラに。制限時間6時間。 第2ウェーブ　8時45分スタート。テレビ塔の時刻表示にあわせ、全員でカウントダウン。気分が高揚してくるのを感じながらスタート。 でも予報とはおおちがい！日差しは強くがんがん私の体を的にしてるのかと思う程　陽射してくる。段々と体が消耗してくるのを感じながら、ただただ走る。若い人達　同じ位の年齢の人達に、どんどん追い越されるも　あせりの感情ではなく、最後はゴールで会いたいなんて、思ってる自分がいた。そうなんです、走っている人はみんな仲間なんです。みんなでゴールなんです。こんな事思えるようになったのは年齢のせい？ 後半はもっと過酷となりました。雷・稲光り・土砂降りで、若い子達の悲鳴が聞こえてきます。私も30数年走ったなかで、こんな天気は初めての体験でした。リタイアも何度も頭を掠めましたが、我慢しました。 北海道大学の中は大変でした。雷稲光り　土砂降り(豪雨)も最高のレベル？になっていた？それでもボランティアの皆さんは応援してくれています。そんな中で辞められませんが脚が動かない。突然『40kの関門』と聞こえて来ました。この頃は雨に打たれた体は冷え切っていて寒くて寒くて『辞めると叫びたい！後の最後は気持ちの葛藤でした。ゴールが見えて来た。最後は沿道の見知らぬ女性の力強い眼に、無言の頑張れコールを勝手に感じ　黙って頭を下げ前を通り過ぎ　ゴールを踏みました。 暑さと寒さどちらがいいかわかりませんが、これが、サバイバル北海道マラソンレースなんですねー。終わってみると走って良かったと思っています。 鈴木美津江						
1009	2023.07.16	宮下秀雄	76	男	第20回小布施見にマラソン	Half	3:19:06

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	真夏の大会なので今まで敬遠していましたが、参加者の仮装が有名なことなどもあって、最後の機会と思いエントリーしました。 結果は、気温が高くなり過ぎたので走行をやめて、歩いてゴールして下さいとなりました。 炎天下の中、10ｋｍ以上をひたすら歩き続けました。凝った仮装をされた方々は、更に大変だったと思います。 一方、給水などのエイド関係と沿道の小布施町民の応援は素晴らしく、今までにない最高のものでした。						
1008	2023.06.11	伊藤正義	58	男	第７回 いしのまき復興マラソン	Half	1:51:55
	小雨降るなか9：30スタート。10キロ付近までは順調でしたが、その後疲労を感じ、15キロ付近でペースダウン。 それでも夏季シーズンの記録としてはまずまず。願わくば青空の下で走りたかったとの思いはあり残念でした。						
1007	2023.05.28	中島まゆみ	61	女	第40回カーター記念黒部名水マラソン	Full	4:50:38
	30度越え猛暑の中何とか完走出来ました。一番苦しい30キロ過ぎから、Qちゃんこと高橋尚子さんが 潰れそうな一個連隊を率いて、ゴールまで連れて行ってくれた感動的なレースでした。 箱根駅伝の柏原竜二さんともハイタッチしました！ロングの練習不足を実感。練習メニューに加えます。						
1006	2023.05.21	大友和美	71	男	ふくしまシテイハーフマラソン2023	Half	2:48:34
	記録より記憶に残る大会　詳しくは6月会報参照						
1005	2023.05.21	福田幸子	72	女	2023 第7回 いわて奥州きらめきマラソン	Full	DNF
	21キロでDNF 朝は涼しく11時頃から気温上昇30度迄上がり向かい風が強かった。 膝裏の痛みが治らず前日迄、走るか悩んだがせっかく岩手まで来たので走れる所まで行こうと走り21キロの関門でDNFになりました。 バスに乗れた時は、ほっとしました。 レジェンド弓削田さんや福士加代子さんともお話出来た事は嬉しかったです。 京都大学の山中先生には会えなかった。 ローカルな大会で岩手の方がたの応援が、とても優しさを感じました。 佐々木くんとも会えて、楽しい旅ランになりました。						
1004	2023.05.21	福田俊和	72	男	2023 第7回 いわて奥州きらめきマラソン	Full	5:32:01
	旅マラソンと言う事で完走を目指しました。ちょっと暑くて、ようやくゴールする状態でした。年々遅くなるのかなぁ～。						
1003	2023.05.21	峰岸照幸	60	男	第11回　稲毛花のマラソン	Full	3:56:16

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	東京湾のどん詰まり稲毛海岸のマラソン、昨年年に引き続き行ってきました。 京葉線に乗り若人が東京ディズニーランドへ向かうのを尻目に稲毛海岸駅へ走りに行きました。 意外に景色が良くて毎年度走っています。 昨年は小雨が降る中で非常に寒い中を走った記憶がありましたが、今回は撃って変わってアッチッチで背中全身真っ赤っかに成りました。 コロナも終わり盛大に行われました。人混みをすり抜けて暑い中を何とか走りきりました。 マラソン、30K、ハール、リレー、親子マラソンとあの狭い公園内では、とても気を張って走る気にはなれませんでしたね。 おまけに3Kを14周なので自分が何周かのアナウンスも無くて予想が付かなくなります。 手元の輪ゴム（周回する毎にバケツに放り投げ捨てる）が段々となくなってきて後３本ぐらいになって、あと少しと思える様になりました。 でも何とか4時間以内では知れてホッとしました。 1周目から毎回柄杓の水を頭から体までかけました。 計14回かけてもゴールした時は、靴の中までびしょびしょでした。 タイムは平凡ですが、順位は悪くないので、皆さんが人混みの中で苦労して走っていたんだと思いました。 ６０歳に成りまして、少し良い事もありました。 毎年一人でやって来てトットコ走りますが、それなりに楽しいレースです。雰囲気が良いです。 来年は誰か行かないかな～？ 帰りになか卯で昼食、ビールと唐揚げ、親子丼が美味かったです。						
1002	2023.05.21	鈴木美津江	68	女	2023 第7回 いわて奥州きらめきマラソン	Full	4:46:56
	暑さと強風に悩まされましたが、今はこのタイムで完走出来たことは嬉しいです。						
1001	2023.03.21	鈴木美津江	68	女	THE CHALLENGE RACE series.2 in 2023	5km	0:24:50
	マスターズ日本記録が更新されW65の日本記録に認定されました。 とても嬉しいです。						
1000	2023.05.14	谷田征司	50	男	軽井沢ハーフマラソン 2023	Half	1:56:50
	スタート前はあいにくの雨＆濃霧＋低温で不安でしたが、スタートするや否や雨も上がり霧も晴れました。 なので走るにはもってこいの気温でした。 初めてハーフで2時間を切ることができました！ インターバル走など走友会での練習が実を結んだと思っています。 （前夜なかなか寝付けず2時間ほどしか眠れなかったので、後半バテてしまったのが悔やまれます）。 下り坂が多く、個人的に苦手な上り坂が少なかったのも幸いしました。 フルは久しく走っていないのですが、これまで5時間台でしか走ったことがないので、何とか今年は久しぶりに フルへのチャレンジ＆4時間台の完走を果たしたいと思います！						
999	2023.04.16	渡辺重哉	60	男	かすみがうらマラソン兼国際ブラインドマラソン2023	Full	4:40:47
	人生初のフルマラソンに参加してきました。年明けから少しずつ練習していたものの、プライベートのトラブル続きで、一時は参加自体が危ぶまれましたが、なんとか参加、完走できました。目標のサブ4.5は達成できませんでしたが、30kmまでは目標ペースをキープできましたし、靴ずれ以外は脚に痛みなく、歩くことなく走りきれて大満足です。順位はフルマラソン男子全体で、4389位/8713名でした。 昨年参加された中島さんに教えてもらった大会でしたが、季節もよく、後半はアップダウンがないコースで霞ヶ浦や筑波山の景色を眺めながら走れるので、初マラソンにはうってつけの大会ではないかと思います。 想像通りにフルは過酷だったので、次回の予定は全くありませんが、いつかまたその気になったらマイペースで挑戦してみたいと思います。						
998	2023.04.02	中島まゆみ	61	女	第18回 笛吹市 桃の里マラソン大会	10km	0:52:44
	10km 女子 40歳以上の部　　種目別順位 24位／235人中　　男女混合総合順位 231位／1037人中 満開の桃、たんぽぽの花のコラボが素敵でした。レースの苦しさを和ませてくれます。記録はあと一歩と思っています。 ボリュームあるお弁当にワインの試飲が多種類あり楽しい大会でした。来年記録縮められるように再チャレンジしようと思います。						
997	2023.04.02	峰岸照幸	59	男	第18回 笛吹市 桃の里マラソン大会	20km	1:31:52

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム　　2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	総合　72位／687人中 桃の花満開の中で結構走れました。桃の花は✿本当に綺麗でした。 ワインをたくさん飲んで帰ってきました。お弁当も出る楽しいレースです。						
996	2023.03.26	峰岸照幸	59	男	第40回 佐倉マラソン	Full	3:44:24
	佐倉朝日健康マラソン3月26日。雨で水溜りがそこらじゅうで大変でしたが完走できました。 佐倉はいつ走っても良いレースだと思いました。最後の坂はいつもきついですが。 アマで濡れた脚にダメージが3日残りました。						
995	2023.03.19	春口和子	49	女	2023 板橋Cityマラソン	Full	3:25:34
	1年ぶりのフル、ロングの練習不足が出てしまい35km過ぎてからは1km毎に走ったり歩いたり…。 PBより15秒遅いフィニッシュでした。久しぶりに悔しいと思ったので来シーズンに向けてまた頑張ります !口						
994	2023.03.05	宮下秀雄	76	男	東京マラソン2023	Full	5:42:41
	フロストバイト、青梅マラソンの試走、青梅マラソンの一連の実績から、目標は7時間での完走としました。 前半は、後半でも走り続けられることを願って、意識してスピードを押えました。 後半は、必然的に歩くことが多くなりましたが、極端に落ち続けることはなく、走り続けることができました。 結果は、5時間42分41秒で日野走友会に入って初めてフルマラソン完走となりました。						
993	2023.03.05	日高美智子	71	女	東京マラソン2023	Full	0:00:00
	東京マラソン、走れて良かったです。DNFでしたが。　■注：DNF 「Did Not Finish」 = 「途中棄権」■ 2月半ば、練習中突然、ギクッと右腰の強い痛み！走れない！歩きも難儀、座っても痛い！の状態になりました。 「坐骨神経痛」との診断。その後の青梅マラソンは辞退。東京も一時はあきらめましたが、5㎞でも10㎞でも走りたい！という思いに なり、出走。 何とか26,3㎞まで行けました。そこでリタイアです。 でも走って良かった！大会の楽しさ、ランナー達、沿道の人達との一体感、感謝の気持ち…。楽しかったです。 故障を治し、また体調を整えて復活をめざします。						
992	2023.03.05	福田俊和	72	男	東京マラソン2023	Full	4:36:34
	楽しく走りましたが、サブ4はもう無理かなぁ。 へロへロになりながらも完走出来たのは応援してくれた皆さんのおかげです。 有り難うございました。						
991	2023.03.04	佐々木大輔	39	男	フラワーマラソンin国営昭和記念公園2023	Half	1:57:53
	前回のフロストバイトが1キロ短かったので初のハーフマラソン完走です！ キロ5分30秒ペースを守って走り切れたのが成長です☆ ハーフマラソンの部：第３０１位　男子：第２７６位　男子３０歳代の部：７２位						
990	2023.03.04	伊藤正義	57	男	フラワーマラソンin国営昭和記念公園2023	Half	0:00:00
	【　コースミス　距離不足　失格　記録なし　】 天気良く絶好のランニング日より。最後方からのスタートで、前半10kmは抑えぎみで後半10km勝負の作戦。 予定通りの展開で、後半スピードアップにより前方のランナーをごぼう抜き！納得行く走りでゴールしました。 と思いきや、残りのミニ周回を走らずのゴールで、どうやら20kmしか走ってなかった模様。よって完走は認められずガックリ !口 とんだ結果で泣く泣く帰宅しました。 皆さんは、この様なことは無いと思いますが、コースは事前にしっかり確認しなければならないと深く反省した一日でした。						
989	2023.02.19	春口和子	49	女	第55回記念 青梅マラソン	30km	2:19:11
	3年ぶりに大好きな青梅マラソンが開催され終始楽しく走れました☺ 上りをキロ4分50秒以内、トータルキロ4分40秒以内という目標も達成できて大満足のレースでした。 終わった後のビールが美味しかった～❤口 40代女子 16位 総合44位						
988	2023.02.26	大友和美	71	男	2023東金・九十九里波乗りハーフマラソン	Half	2:22:08

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	3年前に計画されたものの、コロナ禍で中止延期。3年分の思いを込めて初開催。ハーフマラソンには、2800人がエントリー。 東金九十九里有料道路を一時閉鎖してのコース。前半尿意で8.1ｋ給水所のトイレに駆け込みタイムロス。 それでも高橋尚子さんとのハイタッチや、黒潮太鼓や沿道住民の応援のお蔭で気持ちよく完走楽しかった。 参加種目 ： ハーフマラソンの部　男子60歳以上　　種目順位 ： 161位　総合順位　1626位 記録（グロス） ： 2時間25分00秒						
987	2023.02.19	中島まゆみ	61	女	第55回記念 青梅マラソン	30km	3:00:01
	初めての青梅マラソンでした。人の多さで終始自分のペースで走れませんでした。01秒切れず３時間ジャスト。 20キロ超えてからもう少し粘れるような練習をしていこうと思いました。 楽しめました。						
986	2023.02.19	福田俊和	72	男	第55回記念 青梅マラソン	30km	3:09:03
	ヒイヒイいいながらも完走しました。前回よりも３０分近く遅く練習不足です。 種目：30キロの部男子60歳以上　　順位：561位　　総合順位：4164位						
985	2023.02.12	白澤朋子	47	女	第60回 愛媛マラソン	Full	4:57:51
	当日はスタート時間が10時、そして2月の大会とは思えない最高気温が１５℃と私に厳しいコンディションでした。 前半は６：２０くらいで走れたのですがハーフあたりで 水分の取りすぎで胃が振られる感覚で気持ち悪くなり失速28km 地点で両足の太ももが吊り、走れなくなってしまいました。 行きは感じなかったコースのアップダウンに過敏になり、余計に辛くなってしまいましたが、沿道本当ににには沢山の方が応援に出て下さり、給食給水もたくさん、終わったあともお接待として色々頂いたり、食べさせて頂きました。自分の走りとしては悔いが残りましたが、大会としては大満足でした。 さすがの60回！の運営だと感心しきりでした。　　ネット　4時間57分51秒						
984	2023.01.22	白澤朋子	47	女	第42回 フロストバイトロードレース	Half	2:04:40
	開始３分前にスタート時間が変わったり、給水がなかったり、距離が足りなかったりと色々なハプニングが有りましたが、 走りの内容的にはビルドアップで走れたので満足な大会になりました。　記録　２時間４分40秒						
983	2023.01.29	福田幸子	71	女	第43回 館山若潮マラソン大会	10km	0:57:07
	当日は寒くて海風もあり薄曇りの中、日野ロードレース以来の息を切らして走りました。３年ぶりの若潮は今回も3位でした。 次回は２位を目指して頑張りたいと思ってます。　年代別70歳以上　33人中　3位						
982	2023.01.22	中島まゆみ	60	女	第42回 フロストバイトロードレース	5km	0:35:23
	いつスタートしたかわからないダラダラと走り始めました。計測地点を通っても人の多さで走るどころではなく走り始めたのは1キロ過ぎてから。 ５Kレースなので4K過ぎからスパートしたのですが５K過ぎてもゴールは見えず6K辺りで給水所、えっ？何キロのレースだっけ？ 結果6.8K走りました。年代別2位入賞は嬉しかったです。						
981	2023.01.22	宮下 秀雄	76	男	第42回 フロストバイトロードレース	Half	2:23:26
	給水所は水切れで焦りましたが、コース脇の水道に並んで給水することができました。Halfの距離は20.2Km位。 15Km過ぎからキロ7分半に落ちてきて,結局7分6秒/Kmでのゴールとなりました。						
980	2023.01.22	日高美智子	71	女	第42回 フロストバイトロードレース	Half	2:07:05
	スタート2分前、さあいよいよだ！と思っていたら、なにやら前方の選手達が列を外れ、ばらばらと移動。えっ？何？と思ったら、何やら急にスタート時刻が30分のびたらしい！アナウンスもない！ ちょっと出鼻をくじかれた感じだったが、この大会ならではのこと。(笑)　改めてスタートする。建物の間をくねくね行って抜けると滑走路のはるかかなたにトップグループが見え、あんな遠くまで行くんだ！と見えてしまう。 気を楽にして淡々と走ったが途中息切れも。10㎞2周目途中のエイドはもう水は無し。でも頑張ってゴールした。終わった後の仲間達とのねぎらい、談笑。何より楽しい時間。いつも仲間と一緒が最高ですね。						
979	2023.01.22	福田幸子	71	女	第42回 フロストバイトロードレース	Half	2:07:40
	３年ぶりのフロストバイト。今年も距離は1キロ程少なく、スタートは30分遅れ。 さすがアメリカン。(笑) でも、無理無く楽しく完走出来ました。						

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム　　2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
978	2023.01.22	福田俊和	72	男	第42回 フロストバイトロードレース	Half	2:04:35
	前回2020年より13分位遅くなってしまいました。5:25/kmが6:10/kmになってしまいました。来週は千葉館山若潮マラソンどうなりますか。						
977	2023.01.01	春口和子	49	女	第44回 小金井元旦ロードレース大会	10km	0:43:10
	久しぶりのレース、慣れない10kmをどう走るか迷いましたがキロ4分20秒キープ、最後は上げられたら上げようという作戦にしました。 最初の1kmを悪い癖で4分7秒と突っ込んだ後は落ち着いたレース運びが出来ました。 あわよくば42分台！と思いましたが、それは次に向けての課題にしたいと思います。　女子　40歳～59歳　2位/30人中						
976	2022.12.18	大友和美	71	男	第10回　上野の森マラソン大会	10km	0:58:00
	スタート前に計測チップがなくなるトラブルがありましたが、何とか見つかりスタート。 一周3.3ｋｍを3周するコース。ブラスバンドや太鼓お囃子などの応援で疲れもなく気持ちよく走れました。 コロナ禍3年間で一番いい記録で走ることが出来満足。						
975	2022.12.11	日高美智子	71	女	第36回青島太平洋マラソン	Full	5:23:08
	子供のころから見慣れた景色の中を走るのはとてもうれしいものです。応援の友人達も沿道にたくさん。 でも今回もまた脚の攣りに悩まされました。何と13㎞付近から早くもふくらはぎがピクピク。 えー！この距離で？何で？対策もしたはず…。でもどうにもならず、大股でストレッチしながら速足歩き、 走りの繰り返し。 途中でよほど収容バスに乗ろうと思ったけど、いやもう少し、もう少しと何とかゴールまで頑張りました。 でも、こんなことがあっても、数日後には楽しかったなーと思えるのが不思議ですね。						
974	2022.12.03	福田俊和	72	男	第６０回　日野市民ロードレース大会	10km	0:59:33
	10キロランに若い佐々木さんと参加しました。新型コロナ感染症の為か出場者は少ない感じでした。日野市のレース「歳のおに足」とこの大会は新撰組の法被を整えて走ろうと考えています。記録は59:33とだいぶ歳と共にゆっくりになっています。しかし、楽しく走れてたいへん満足です。応援して下さった皆さま、山崎さんの美味しいお芋の差し入れありがとうございました。						
973	2022.12.03	宮下秀雄	76	男	第６０回　日野市民ロードレース大会	5km	0:31:21
	走力の衰えを感じていましたが、10,11月の練習が順調にできて僅かですが1年前の記録を更新することができました。						
972	2022.12.03	福田幸子	71	女	第６０回　日野市民ロードレース大会	5km	0:28:56
	スピード練習は余りしてないので久しぶりに息を切らして走りました。応援は力になりますね。。ありがとうございました。						
971	2022.12.03	伊藤正義	57	男	第６０回　日野市民ロードレース大会	5km	0:24:10
	天気良く絶好のランニング日よりでした。おかげ様でタイム良く、満足できる走りが出来ました。						
970	2022.12.03	吉本明幹	80	男	第６０回　日野市民ロードレース大会	5km	0:31:06
	一生懸命走りましたが、結果３０分切れず残念ですが、これが今の現状です。						
969	2022.11.20	鈴木美津江	68	女	第10回　神戸マラソン	Full	5:27:43
	4年振りのフルマラソンです。脚が42k持つのか不安でしたが、なんとかゴールできました。 30kが限界と思っていたので、42k完走は自分でも驚きでした。終わってみれば楽しい神戸マラソンでした。 ＜注：福田幸子さん（同タイム）と手をつないでのゴールでした＞ 個人記録詳細　出場種目 マラソン女子　距離 42.195 km タイム（グロス） 05:45:23　　タイム（ネット） 05:39:37						
968	2022.11.20	福田幸子	71	女	第10回　神戸マラソン	Full	5:27:43
	第２ウェーブ9:15スタート 混みあってて、ゆっくりと走ってキロ6:30前後に落ち着いて26キロ地点位まで調子良かったが徐々に右股関節から膝裏に痛みが出る。 30キロ前後から歩き走りの繰り返し。疲れは余り無かったが痛みと強風と登り坂の戦いだったが、3年ぶりのフル完走目標は達成できて良かったです。						
967	2022.11.20	福田俊和	72	男	第10回　神戸マラソン	Full	4:52:04

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	三年ぶりのフルマラソン大会参加です。 今シーズンは東京マラソンを入れてフルマラソンは今回の神戸、館山若潮と三度エントリーしています。 間に10キロ、ハーフ、青梅の30キロを入れ徐々にモチベーションを上げて行こうと設定。 神戸はまず完走。練習不足でどうかなぁと不安いっぱいのスタート。けっこうアップダウンが多く風の強いコースでした。 30キロ過ぎからの高速道路を走るのですが、ほとんど歩き状態。練習不足&年齢72歳は正直ですね。 完走だけはと歩き走りでゴールしました。3年前より約1時間も遅かった。 しかし、初めての神戸を楽しみながら走りきれた事は良い経験でした。						
966	2022.11.03	鈴木美津江	68	女	第32回群馬マラソン	10km	0:51:05
	今回ほど周りの選手たちに惑わらされず、最後までマイペースで走り切る事ができたのは、年齢を重ねたからでしょうか？遅くても焦りを感じることなく、冷静に周りを見る余裕も👀。しっかり自分の状態を把握した走りの重要性を感じたレースでした。						
965	2022.10.23	横井明	77	男	第34回諏訪湖マラソン	Half	2:28:48
	男子70歳以上 種目別順位　71位/109　総合順位　2814/3565						
964	2022.10.16	大友和美	71	男	第40回円谷幸吉メモリアルマラソン大会	Half	2:27:11
	一般男子(60歳以上) ハーフ　44位　下記参照						
963	2022.08.21	白澤朋子	46	女	第40回山日YBS富士吉田火祭りロードレース	Half	2:36:26
	ハーフ女子36～49歳　40/51位 楽しかったけど、ワーストな大会でした（泣）						
962	2019/03/10	芹澤勇夫	80	男	第７回 古河はなももマラソン	Full	5:51:30
	【記録掲載漏れ・本人申告・2022.10.01追加掲載】全日本マラソンランキング　８０歳　３２位　フルマラソン最後の完走。						
961	2022.09.11	鈴木美津江	68	女	令和４年度 都民生涯スポーツ大会	800m	0:03:33
	女子 (65歳以上)　800m　3分33秒 (1位) いい訳になりますが、8/31日に捻挫をしてしまい、9日間全く走らずぶっつけ本番の1500mと800mでした。 それでも2冠取れたことは日頃のコツコツが運を向けてくれたのだとおもいます。 ひとりの力では無く、皆んなが居るからですね。一緒に頑張れる事が力になっています。						
960	2022.09.11	鈴木美津江	68	女	令和４年度 都民生涯スポーツ大会	1500m	0:07:00
	女子 (65歳以上)　1500m　7分00秒 (1位) コメント上記 No961 参照						
959	2022.09.11	春口和子	48	女	令和４年度 都民生涯スポーツ大会	1500m	0:05:58
	女子 (45～49歳)　1500m　5分58秒 (6位/10人中) どちらも(1500m 5000m) PBには及ばず。5000は痛恨の周回ミス…。日野市の代表でとても緊張しましたが、初めての駒沢楽しみました！ 来年もチャンスがあればがんばりたいです😊						
958	2022.09.11	春口和子	48	女	令和４年度 都民生涯スポーツ大会	5000m	0:21:27
	女子 (45～49歳)　5000m　21分27秒 (5位/7人中) コメント上記 No959 参照						
957	2022.09.04	長尾豊彦	85	男	【第33回】マイクロレース多摩川	5km	0:35:23
	男子　9位						
956	2022.09.04	山崎好江	78	女	【第33回】マイクロレース多摩川	5km	0:34:07
	女子　5位						
955	2022.07.10	鈴木美津江	67	女	【第31回】マイクロレース多摩川	5km	0:27:27
	女子　3位						
954	2022.07.10	山崎好江	78	女	【第31回】マイクロレース多摩川	5km	0:35:56
	女子　4位						
953	2022.05.22	白澤朋子	46	女	第39回カーター記念黒部名水マラソン	Full	5:26:05
	記録は、大会自己ワーストですが、過去2回24キロ地点でリタイアしているため、身体に負担なく走る方法（心拍を上げすぎない、給食後は胃が落ち着くまで歩く、冷たい水を一気に飲まない等）を色々と試した結果、最高温度32度と真夏のような大会でしたが、無事に完走することができました。						
952	2022.05.14	中島まゆみ	60	女	第１6回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	1:50:40

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	朝からどしゃ降り。まったく走る気が起きずとりあえず会場に向かいました。 スタート寸前に雨が弱まってしまい気乗りしないままの走り出しとなりました。 第5ウェーブでしたので先にスタートした皆に少しでも近づきたい思いで走りました。 雨上がりの高温多湿という中で最後疲労がでてしまい後ろにつかれていた人に抜かれました。 すごく悔しかった！！最後まで攻め続ける集中力が必要だと思いました。						
951	2022.05.14	中村優子	--	女	第１6回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	1:57:19
	<コメント別途>						
950	2022.05.14	鈴木美津江	67	女	第１6回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	1:58:13
	<コメント別途>						
949	2022.05.14	福田俊和	71	男	第１6回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	2:09:31
	不摂生なのか、1か月以上左足のじん帯を痛めてしまう。 よし！「鬼あし」は新撰組の法被をまといパフォーマンス・ランで楽しもう。 と、考えアマゾンで仕入れ用意する。朝目覚めると雨。気分はちょっと下がり気味だが新撰組の鉢巻きをグッと絞め会場へ。 今回は20キロのみの大会で制限時間5時間？これは楽勝だ。地元のレースで知り合いの応援が多くありがたいです。 雨も止んで初めてのコスプレランで、ゴールをおもちゃの刀で切ったのは楽しかったなぁ。 予定通りにキロ6分30秒で走ろうと考えた通りに記録は2：09：31でした。皆さんも地元ランを楽しむなら良い大会ですよ。						
948	2022.05.21	山崎好江	78	女	【第29回】マイクロレース多摩川	5km	0:34:42
	<コメント別途>						
947	2022.05.21	宮下秀雄	75	男	【第29回】マイクロレース多摩川	5km	0:32:32
	朝練5Kmの通過タイムが34分前後でしたので33分代で走れればと思っていました。 最初の1Kmのタイムが6分16秒と予想以上でしたので32分30秒に切り替えました。結果2秒のオーバーでした。 10年前NHKテレビの『趣味DO楽 3か月でフルマラソン』でフルマラソンを意識しましたが、その時の講師金哲彦さんに会えたのは感激でした。 それにしてもラスト1Kmは結構厳しかったです。						
946	2022.05.21	横井　明	77	男	【第29回】マイクロレース多摩川	5km	0:30:34
	<コメント別途>						
945	2022.05.21	吉本明幹	80	男	【第29回】マイクロレース多摩川	5km	0:30:20
	この大会初めて参加雨が降り足元悪かったが、一生懸命走りました。30分切れず残念ですが、年齢的に良しとします。						
944	2022.05.21	鈴木美津江	67	女	【第29回】マイクロレース多摩川	5km	0:25:40
	こんにちわ。私は25分40秒でした。 吉本さん・横井さん・宮下さん・山崎さん・鈴木（美）の5人でマイクロレース5kmを楽しんできました。 帰りの車では走り切った達成感に全員満足してくれていたのがとても嬉しかったです。						
943	2022.05.14	芹澤勇夫	83	男	第１6回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	3:14:22
	大会受付の検温で34.2℃、再度体温計を変えて測定しても34.1℃で低体温が気になった。 案の定、レース開始後からパワーが出ず、やっと完走出来たが20kmで3時間14分（10分/Km）も掛かってしまった。 制限時間は5時間であり来年もまた参加したいと思います。						
942	2022.04.17	中島まゆみ	60	女	かすみがうらマラソン兼国際ブラインドマラソン2022	Full	4:33:37
	人生初マラソン！完走しました。時間はまだまだですが。 膝の持病抱えながら、皆にアドバイスしてもらいながらチャレンジした初フル。皆に言われた通り３０キロ辺りからは気力維持が精一杯でした。 もうフルは御免と思いましたが一晩寝たら次のレースを考えてる自分‥ランナーてこんなものでしょうか？ 膝の疲労癒やしながら次回もお願い致します。【フルマラソン女子　中島まゆみ　Finish 4:33:37　総合順位 363/885】						
941	2022.03.20	中島まゆみ	60	女	【第27回】マイクロレース多摩川	10km	0:50:46

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	予定していたレースが中止となり急遽エントリーしたマイクロレースでした。 周回コース2周目に風が出てきてキロ5が切れなくなりました。 ここが頑張りどころでした。なかなか50分がきれません。 出場人数少なかったため10キロ女性部門優勝で次回は招待券いただきました。 次回はハーフですが引き続き10キロ50分切れるように練習目標立てました。						
940	2022.03.20	鈴木美津江	67	女	【第27回】マイクロレース多摩川	5km	0:25:21
	マイクロレース楽しんで来ました！！						
939	2022.03.20	福田幸子	70	女	【第27回】マイクロレース多摩川	5km	0:28:19
	アットホームな感じがとても心地良く楽しかったです。 ゴール900手前を先にゴールした熊谷くんが並走しながら声援を送ってもらいダッシュ出来ました。						
938	2022.03.20	熊谷謙	24	男	【第27回】マイクロレース多摩川	5km	0:19:08
	1年半ぶりのレースでした。 なかなか練習時間が確保できない中でのレースだったので不甲斐ない走りでした。 それでも1着だったのは嬉しいです。 今回のレースをきっかけに、また練習していきます。						
937	2022.03.06	春口和子	48	女	東京マラソン2021(Tokyo Marathon 2021)	Full	3:25:19
	昨日東京マラソンに参加してきました☺ 東京のど真ん中を走る非日常に終始夢見心地であっという間に終わってしまったような気がします。 現地でもメッセージでもたくさんの方に応援していただきPB更新することができました。 ありがとうございました☺楽しい1日でした！東京最高！						
936	2021.12.29	鈴木美津江	67	女	イヤーエンドマラソンin国営昭和記念公園2021	10km	0:52:28
	11月の群馬マラソン10kが54分台だったので今回はそれよりも１秒でも速くを目標にして走りました。 結果は２分縮めることができましたが、来年は50分切りを目標に頑張って見ようとおもいます。 坐骨神経痛に悩まされた今年はそれなりにいろいろなことを学びました。 イヤーエンドマラソンin昭和記念公園　　[10km陸連登録の部] 総合順位　レースNo　氏名　性別　総合記録　LAP1(4.98km)　LAP2(5.02km)　男女別順 90　1205　鈴木 美津江　女　0:52:28　0:25:51　0:26:37　19 注：報告メール見落としの為、掲載が遅れました。						
935	2022.01.09	春口和子	48	女	第22回ハイテクハーフマラソン	Half	1:36:11
	162位/1008人中　←グロスの順位です。 キロ440以内を意識して走りました。 年末に足底筋膜炎になり、違和感のある状態でしたが何とかPB更新出来ました。 次は35分切りを目標にしようと思います。						
934	2021.12.26	成繁新治	43	男	第 53 回ベジタブルマラソン in 立川	Half	1:37:57
	久しぶりにゼーハーしながら走りました。悔しいので、３本ハーフマラソンに申し込みました。						
933	2021.12.26	中島まゆみ	60	女	第 53 回ベジタブルマラソン in 立川	Half	1:53:26
	約２年ぶりのハーフマラソン。数週間前からの、膝の痛みを調整しながら参加しました。うまく調整出来て最後まで崩れず走れました。						
932	2021.12.12	日高美智子	70	女	第35回青島太平洋マラソン2021	Full	4:41:29

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	カテゴリ　女子70歳以上　フルマラソン　－70歳以上　女子　4位－ 2年ぶりのフルマラソン。宮崎はこの日、何と気温20℃！この暑さは考えてもいませんでした。 ハーフ過ぎから早くも脚がピクピク。つり対策はしていましたが一向に治まらず、後半はずうっと辛く苦しいrunになりました。 高校時代友人たちの沿道での応援。完走だけは！との一心で頑張りました。 故郷の空の下を走ることができて幸せでした。ただ後遺症が半端ないです。ロング走の不足ですね。						
931	2021.12.04	横井明	77	男	第59回日野市民ロードレース大会	10km	1:01:25
	男子・壮年・10km　45位　　－コメント投稿待ち－						
930	2021.12.04	伊藤正義	56	男	第59回日野市民ロードレース大会	10km	0:49:40
	男子・壮年・10km　27位 レース当日は天気良く絶好のランニング日和で、とても気持ち良く完走できたことが感想。 順位やタイムにはあまり感心ありませんが、数日経ってから敢えて大会結果を検索してみました。 一般男子10kmの部、参加者48名に対し順位は27位。タイム49：40でした。 大会結果一覧を見て思いましたが、順位は真ん中の24位以上に入りたかった。 24位とのタイム差は1分23秒。ちょっと厳しいですが、来年の目標にしたいと思います。 因みに順位はゼッケンと同じ27番でした。						
929	2021.12.04	鈴木敏員	49	男	第59回日野市民ロードレース大会	10km	0:43:51
	男子・壮年・10km　14位　　－コメント投稿待ち－						
928	2021.12.04	山崎好江	78	女	第59回日野市民ロードレース大会	5km	0:34:11
	女子・壮年・5km　11位 10日前の駒沢グランドと同じ走りをしたいと。スタートから飛び出さず…ふれあい橋ですでに最後尾。「山崎さんガンバって！」の声は原さん。 「アリガトー、ガンバリマース！」とこたえたものの最後尾はやっぱり格好ワルイ…かな。気が付けば前を走る背中は100m位も先をいっている。 追い掛けても、追い掛けても詰められない。折り返し地点手前で彼女が２人抜いたのが見えた。私も折り返し点を過ぎて２人をぬいたが、復路も彼女には追い付けずグランドへ… 最後の直線で美津江さん指導の、残っている力を振り絞って力いっぱい出し切ってゴールへ！終わった！と思った時、「山崎さん！スゴイ、34分！34分台ですよ！」と白沢さんが。 自分のタイムで止めないで私のを測ってくれていました。駒沢グランドより40秒速くなっている？？？ 「スゴイ！」「スゴイ！」の声をいっぱい貰いました。有難うございます。やっぱり「練習はウソつかない」です。						
927	2021.12.04	白澤朋子	46	女	第59回日野市民ロードレース大会	5km	0:27:54
	女子・壮年・5km　7位 初めて日野市民ロードレースに参加しました。 ５キロも往復コースで普段は見ることのない皆さんの走る姿を正面から見れたのが新鮮でした。 私自身は、前半は頑張っているのに心拍もスピードも上がらず、ようやく３キロ過ぎから調子が出て来ました。 おかげで７位になれました。５キロはロングとは違う難しさを感じましたが、面白かったです。						
926	2021.12.04	鈴木美津江	67	女	第59回日野市民ロードレース大会	5km	0:25:18
	女子・壮年・5km　4位　　－コメント投稿待ち－						
925	2021.12.04	長尾豊彦	84	男	第59回日野市民ロードレース大会	5km	0:31:48
	男子・壮年・5km　25位 １１月のシニアマラソンとほぼ同タイムで走れて大満足！！ 今回は男子８０歳以上の部ではなく、壮年男子として壮年女子と一緒に走れたのも嬉しい！ 老若男女が一緒になって賑やかに走れて大満足！！ これからも老年ではなく壮年として走り続けたい。						
924	2021.12.04	福田俊和	71	男	第59回日野市民ロードレース大会	10km	0:55:07
	男子・壮年・5km　25位 足の故障で３か月間ブランクがありましたが、先日のシニア健康スポーツフェスティバルTOKYOから走り初めて日野市民ロードレース大会に参加しました。男子一般10㎞に出場。記録は　５５分０７秒でした。前回の大会より４分ぐらい遅くなりましたが、走り切ったことに満足しています。徐々に体力をつけて東京マラソンを頑張ります。						

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
923	2021.12.04	宮下秀雄	75	男	第59回日野市民ロードレース大会	5km	0:31:28
	男子・壮年・5km　24位 走友会に入会した直後の2017年大会では29分32秒、翌年の10kmではで58分08秒で、明らかに走力が衰えています。 ハーフマラソン完走も無理な体力状況になって来ました。						
922	2021.12.04	春口和子	48	女	第59回日野市民ロードレース大会	5km	0:21:13
	女子・壮年・5km　1位　大会新記録・達成！！ 群馬マラソンで突っ込み過ぎた教訓活かせず、最初の1kmが3'46"。 そこからビルドダウンし、PBより遥かに遅いタイムにはなりましたが優勝できて良かったです。 走友会の先輩方、市内の知り合いにたくさん会えて楽しいレースでした。						
921	2021.12.04	中島まゆみ	60	女	第59回日野市民ロードレース大会	5km	0:24:04
	女子・壮年・5km　3位 朝から快晴で風も心地よい程のマラソン日和だった。慣れたコースだったがやはりレースとなると緊張感が走った。 会場を1周してからコースへ。レースはずっと中村優子さんと一緒だった。往路私が・・復路優子さんが引っ張った。 トラック目前私が前に出てこのままゴール…のつもりだったのに。ゴール目前で優子さんに交わされた。01秒負けた・・・・ ゴール直前の追込みが課題だと思った。また練習課題が見えてきた。優子さんと次回は23分台目指そうね！と話した。 仲間と走るのは本当に楽しい。ありがとう！！						
920	2021.12.04	福田幸子	70	女	第59回日野市民ロードレース大会	5km	0:28:21
	女子・壮年・5km・8位入賞 前回のシニア健康スポーツマラソンの時より1分15秒ほど遅かったけど、天気も良く応援もあり楽しんで走れました。						
919	2021.11.23	中島まゆみ	60	女	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:24:22
	■参加カテゴリ：女子59才以上 5000m　24分22秒05 入りが早くて3000超えた辺りでキロ5分02まで落ちてしまいました。 トラック練習の大切さを感じました。次に繋げたいと思います。						
918	2021.11.23	鈴木美津江	67	女	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:25:15
	■参加カテゴリ：女子59才以上 5000m 精一杯頑張ってのゴールでした。楽しい一日を過ごせたことがうれしかったです。						
917	2021.11.23	日高美智子	70	女	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:26:45
	■参加カテゴリ：女子59才以上 5000m 初めてトラック5000mを走りました。 たまに審判員で来ている駒沢陸上競技場も、自分がゼッケンと腰番をつけると、 ワクワクで、気持ちが引き締まりました。もう1周かなーと思っていたら、 審判の方の「ここまで！」という言葉にホッとしました。 大台になり、体調不安もありましたが、12周半、とても気持ちよく走れて楽しかったです。 仲間たちと一緒のレースは楽しいですね。						
916	2021.11.23	福田幸子	70	女	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:27:46
	■参加カテゴリ：女子59才以上 5000m　27分46秒12 前日は雨だったが当日は天候にも恵まれて良かった。駒沢競技場に入った瞬間広～いと感じた。 日野競技場とホントに一周400m？でも、オリンピックも行われた場所で走れる事に胸がワクワク！ 女子のスタートが12:15分の時点では、私には暑かった。 コースはとても走りやすく、どうしてもスタートが速くなってしまったが、後はほとんど一定のタイムで走れたと思う。 ゴール手前の直線に入った所から思いきりスピードを出して走りきれた。２年ぶりにレースに参加して楽しかったです。						
915	2021.11.23	山崎好江	78	女	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:35:31
	■参加カテゴリ：女子59才以上 5000m 思いがけない記録でびっくりです。美津江さん！中村れい子さん！有難うございました。78歳にも「練習はウソつかない」は通じました。						
914	2021.11.23	志田友乃	80	女	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:38:06

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	■参加カテゴリ：女子59才以上 5000m 70歳の時東京マラソンを走ってそれまで15回走ったフルマラソンを終わりにしたように、 80歳で記念になる公式レースに参加したいとシニアスポーツフェステバルに応募しました。 目標は制限時間以内の完走。無理かなと思ったけれど達成しました。 バンザイ！！夢のようです！！これからはゆっくり楽しく故障しないように走り続けたい！！						
913	2021.11.23	福田俊和	71	男	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:26:54
	■参加カテゴリ：男子70才～79才 5000m 久しぶりの大会です。コロナで大会の空白、体調の不備などで不安材料ばかりでしたが、初めての5000mトラックレース。 どうにか走り切れました。これも鈴木美津江さん監督の日野市民陸上競技場での練習のおかげです。 ありがとうございました。東京マラソンに向けて頑張れそうです。						
912	2021.11.23	吉本明幹	79	男	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:29:33
	■参加カテゴリ：男子70才～79才 5000m　　29分33秒07 コロナ禍で、レースエントリー出来ず久しぶり。又トラックレース初めて。日野市陸上競技場と違って走りやすく、どうにか30分切れ ました。						
911	2021.11.23	横井明	77	男	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:29:53
	■参加カテゴリ：男子70才～79才 5000m　■コメント提出待ち						
910	2021.11.23	長尾豊彦	84	男	第26回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO (マラソン)	5000m	00:30:59
	■参加カテゴリ：男子80才以上 5000m 鈴木さんの熱心な指導のお陰でタイムは最高！うれしさ一杯ビールは二杯飲んで最高！またチャレンジしたい意欲の向上も最高！						
909	2021.11.07	白澤朋子	45	女	下関海響マラソン2021	Full	05:06:10
	【　種目： フルマラソン一般４０歳代女子　順位： 100位　】　タイムはグロスになっています。 １年9ヶ月ぶりのフルマラソン。 初めて訪れた下関の名所を含めたコースで、トイレとごみ箱の数は一番多く、とても綺麗で走りやすい大会でしたが、暑さに負けまし た。						
908	2021.11.03	鈴木美津江	67	女	第31回ぐんまマラソン	10km	00:54:24
	【　種目： 10kmマラソン女子（65～69歳）　順位： 1位　】 久しぶりのロードレースに、ちょっと興奮気味でスタートに並びました。 レースで、今の自分の走力を確認できた事は良かったと思います。 終わってからの宴会は、ビール・焼酎のグラスが溢れ返りこれがあるからレースはやめられません。						
907	2021.11.03	春口和子	47	女	第31回ぐんまマラソン	Full	03:29:13
	【　種目： フルマラソン女子（45～49歳）　順位： 5位　】 前半は良いペースで走れましたが、30km以降、暑さと吹き下ろしのからっ風に苦戦。 途中、5分半まで落ちたところもありましたが、38kmからもう一度気を取り直してギリギリサブ 3.5 出来ました。 30kmからが自分の課題だと再認識。次に繋げたいと思います。						
906	2021.10.24	白澤朋子	45	女	第１３回 富士山原始林トレイルラン in 精進湖.本栖湖	16.9km	02:02:27
	ショートの部 16.9km 秋晴れの中、初めて青木ヶ原樹海の中を走りました! 樹海の中が綺麗で色々な面のある森なのだとイメージが変わりました。						
905	2021.04.10	白澤朋子	45	女	第１６回 戸田 彩湖ウルトラマラソン	70km	08:48:07
	初の70km、何とか女子の最後でしたが完走出来ました。 ＜参考＞大会女子の部リザルト 　女子70km　制限時間９時間 　■44歳以下　28名参加　完走16名 　■45歳以上　84名参加　完走54名						
904	2020.12.19	越川泰直	73	男	甲府小瀬スポーツ公園 Trial Marathon	Full	03:55:07

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	1月の勝田マラソン以来のフルでしたがサブ4が達成でき満足しています。 15km過ぎからからゴールまでメガネが飛ばされるぐらいの強烈な風が吹き荒れましたが サブ4を意識しながらペースダウンしてなんとか走り切りました。 記録　3:55:07(ネット)　総合順位　167/221 ■［本大会のびっくり情報］■ コロナで大会キャンセルが続く中やっと見つけた周回コースの大会でした。 一周2.5kmkのコースを16周と2.195kmを走るという大会でした。 スタートとゴールは陸上競技場でその他は広い公園の中を走るコースでした。 給水・給食は1か所、2.5k毎でした。 同じ場所をくるくる回ることに抵抗はなかったのですが16周を間違えないで走れるか心配でした。 しかし提供された17本の輪ゴムを手首につけて、一周するごとに捨てていくことで間違いなく走れました。 さらにGPSウオッチを併用したことで周回間違いは克服できました。 周回コースに参加する人には参考になるかと記しました。						
903	2020.10.11	峰岸輝幸	56	男	第5回　多摩川ロングスローチャレンジ　20･30･42･55km	55ｋｍ	06:18:04
	注：タイムレースではありませんが、活動報告として掲載いたします。 イベントなので、基本皆さんが其々のペースで走りました。 途中で中止、中抜け（電車に乗る）、途中からハーフの距離を走る等、自由な選択ができるイベントでした。 私はスタートから必ずゴールすると決めていたので、55K完走を目指しました。３２キロ地点（登戸）で休憩所があり、好きな時間休んだり、自分が事前に準備していた着替えや、補給食が入った荷物も運んで待っててくれるシステムでした。この荷物は、この後ゴールの羽田まで運んでくれていたので、ゴール後は銭湯で汗を流して着替えて帰りました。 地図で良く見る『多摩川53K』は、昨年の洪水の影響もあり、全てが舗装されて走り易い訳では無かったので、土手を登りり降りしたり、砂利道を数キロに渡って走ったりと予想したよりもズッート辛かったです。 中原街道丸子橋から自宅までは、何度も走っているのである程度感をつかめましたが、ガス橋から六郷橋、大師橋は今回初めて走りました。初めての景色を楽しみました。只、とても辛くて何度も歩いてしまいました。河口前多摩川は、蛇行していて河口、海は見えないので、未だかな？未だかな？と思いながら走っていました。最後にゴールの赤鳥居が見えた時は本当ににホットしました。又、機会があれば、参加してみたいと思います。 途中、越川氏に会い、応援いただきました。ありがとうございました！						
902	2020.09.21	日高美智子	68	女	マラソンフェスティバルin昭和記念公園autumn	Half	02:02:05
	青梅マラソン以来、7か月ぶりのレース。スタート時には陽射しも出て蒸し暑い。コース4周目はまたもやふくらはぎがつり辛いレースに…。半ベソのままやっとのことでゴール。60歳以上～で2位。川内鴻輝さん（3男）、その母、美加さんもゲストランナーとして参加していました。						
901	2020.09.19	松永 和博	60	男	立川コスモスマラソン2020	Half	01:47:56
	還暦初レース！昨日より気温が下がり走り易かったがタイム上がらず！総合122/322位　年代別8/35位						
900	2020.06.28	峰岸照幸	56	男	第8回スポーツメイト彩湖マラソン	Full	03:42:31
	先日4ヶ月ぶりにマラソン走りましたので、ご連絡いたします。埼玉県浦和市彩湖公園を8周するレースです。 6月28日日曜日、朝から大雨で人少ないと思い走りました。フル、ハーフ、20キロ其々25人ぐらい走っていました。 順位 10人 / 21人 でした。久々でしんどかったが何とか完走です。次はいつ走れることやらですね！						
899	2020.02.16	日高美智子	68	女	第54回青梅マラソン	30km	02:56:19
	24㎞あたりまではキロ5分30秒位で行けたものの疲れ果て、残りの距離はキロ6分台にペースダウン。苦しみながらもゴールまで頑張りました。走り込み不足です。						
898	2020.02.16	福田俊和	69	男	第54回青梅マラソン	30km	02:42:40
	勝田全国マラソンとこの青梅マラソンは走る前まで雨でしたがスタート時は雨が上がりマラソン日和。今回で3度目の青梅マラソンで走り方も少しわかっているので登坂もきついがどうにか走り切りました。キロ5分30秒で走りろうと設定。キロ5分24秒で走れました。2時間42分40秒昨年より3分43秒短縮しました。東京マラソンで自己新を狙いシューズも新調しました。						
897	2020.01.26	福田俊和	69	男	第68回勝田全国マラソン	Full	04:02:56
	昨年暮れからの練習不足をアシックスの新シューズで補おうとしましたが後半見事にスピードダウンしてサブフォー出来ず最悪でした。4:02:56 でした。練習は嘘つかないな。						
896	2020.02.16	鈴木美津江	65	女	第54回青梅マラソン	30km	02:35:28

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	足を痛め完走は諦めていたのですが 、何とかゴール出来ました。走れたのはたくさんの走友仲間がいたからです。 力をもらいました。						
895	2020.02.16	宮下秀雄	73	男	第54回青梅マラソン	30km	03:45:06
	25kmの関門は１分前の通過でしたが、何とか時間内にゴールすることが出来ました。						
894	2020.02.16	春口和子	46	女	第54回青梅マラソン	30km	02:29:16
	キロ5のペース走のつもりで走りました😊　PB更新出来て良かったです。秋に向かってまたがんばります！						
893	2020.02.16	倉藤節雄	63	男	第54回青梅マラソン	30km	02.29:17
	前半は混んでて殆ど流れに乗って走るだけ。後半は空いてきたけどペースを上げる力が残って無いと言う感じ。 でも一応自己ベスト！						
892	2020.02.16	福田幸子	68	女	第54回青梅マラソン	30km	03:11:36
	朝は雨だったがスタートは上がって良かった！25キロぐらいから珍しく左膝の内側に痛みが出たが完走できて良かった！ 昨年より1分10秒縮められた。						
891	2020.02.16	川幡真理子	55	女	第54回青梅マラソン	10km	00:58:44
	スタート直前から大粒の雨が降り出し、雨の中のランでしたが、なんとか1時間を切れました。10キロの部女子50歳代 84位						
890	2020.02.16	松永 和博	59	男	第54回青梅マラソン	30km	02.27:33
	初めての青梅マラソンでしたが、目標の2:30切り達成！東京マラソンに弾みがついたかな？						
889	2020.02.11	白澤朋子	44	女	第73回 府中駅伝競走大会	2.9km	0:15:01
	5区　2.9km　白澤朋子　●記録保存・広報部入力●						
888	2020.02.11	福田幸子	68	女	第73回 府中駅伝競走大会	2.9km	0:15:32
	4区　2.9km　福田幸子　●記録保存・広報部入力●						
887	2020.02.11	川幡真理子	55	女	第73回 府中駅伝競走大会	2.9km	0:15:30
	3区　2.9km　川幡真理子　●記録保存・広報部入力●						
886	2020.02.11	中島まゆみ	58	女	第73回 府中駅伝競走大会	2.9km	0:13:54
	2区　2.9km　中島まゆみ　●記録保存・広報部入力●						
885	2020.02.11	春口和子	46	女	第73回 府中駅伝競走大会	3.1km	0:13:34
	1区　3.1km　春口和子　●記録保存・広報部入力●						
884	2020.02.11	監督：鈴木（美）	65	女	第73回 府中駅伝競走大会	14.7km	11:13:31
	一般女子の部 ２．９ｋｍ×５区 （１区は３．１ｋｍ） 高校生以上の女子のみで構成されたチーム 監督：鈴木美津江　監督補佐；原倫子・日高美智子 測定ポイント スプリット　ラップ　通過時刻 1区　3.1km　春口和子　00:00:00　0:13:34　10:13:34 2区　2.9km　中島まゆみ　00:27:28　0:13:54　10:27:28 3区　2.9km　川幡真理子　00:42:58　0:15:30　10:42:58 4区　2.9km　福田幸子　00:58:30　0:15:32　10:58:30 5区　2.9km　白澤朋子　01:13:31　0:15:01　11:13:31 鈴木監督：今日はお疲れ様でした。選手全員が実力以上の力を発揮してくれました。これも駅伝の醍醐味です。素晴らしい!!						
883	2020.01.26	福田 幸子	68	女	第68回勝田全国マラソン	Full	4:51:45
	早朝、家を出る時は雨がかなり降っており「あぁ～雨のレースかぁ」と思ったが勝田に着いたら雨は降っておらず、走るには、ちょうどいい気温で5キロぐらいまで寒さ対策でカッパを着用しGからのスタートで5キロまで混みあって33分42秒かかっていた。30キロで3:14分このままのペースで行けば目標の4:30分で行けると思いきや33キロ過ぎぐらいから歩いてしまい思った以上にコースはアップダウンが多く私には結構キツイコースでした。私のタイムではゴール4キロ手前ぐらいから信号が解除され３回信号待ちとなってしまった！						
882	2019.12.15	蛭田勝廣	65	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:26:26
	●記録保存・広報部入力●						
881	2019.12.15	福田俊和	69	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:26:25
	●記録保存・広報部入力●						
880	2019.12.15	山崎好江	76	女	駅伝記録会-2019.12-	3km	0:21:16

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム　　2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	●記録保存・広報部入力●						
879	2019.12.15	堀洋明	77	男	駅伝記録会-2019.12-	3km	0:21:12
	●記録保存・広報部入力●						
878	2019.12.15	大野泰介	78	男	駅伝記録会-2019.12-	3km	0:23:28
	●記録保存・広報部入力●						
877	2019.12.15	野尻伊三次	83	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:33:37
	●記録保存・広報部入力●						
876	2019.12.15	新井田紀世	78	女	駅伝記録会-2019.12-	3km	0:29:10
	●記録保存・広報部入力●						
875	2019.12.15	長尾豊彦	82	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:32:33
	●記録保存・広報部入力●						
874	2019.12.15	芹澤勇夫	81	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:32:30
	●記録保存・広報部入力●						
873	2019.12.15	福田幸子	68	女	駅伝記録会-2019.12-	3km	0:16:40
	●記録保存・広報部入力●						
872	2019.12.15	志田友乃	78	女	駅伝記録会-2019.12-	3km	0:21:06
	●記録保存・広報部入力●						
871	2019.12.15	宮下秀雄	73	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:31:53
	●記録保存・広報部入力●						
870	2019.12.15	後藤哲也	74	男	駅伝記録会-2019.12-	3km	0:16:50
	●記録保存・広報部入力●						
869	2019.12.15	小西矩吉	76	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:34:02
	●記録保存・広報部入力●						
868	2019.12.15	白澤朋子	44	女	駅伝記録会-2019.12-	3km	0:15:37
	●記録保存・広報部入力●						
867	2019.12.15	峰岸照幸	56	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:20:33
	●記録保存・広報部入力●						
866	2019.12.15	横井明	75	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:28:56
	●記録保存・広報部入力●						
865	2019.12.15	伊東正一	77	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:37:49
	●記録保存・広報部入力●						
864	2019.12.15	渡辺国子	79	女	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:36:17
	●記録保存・広報部入力●						
863	2019.12.15	越川泰直	72	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:28:26
	●記録保存・広報部入力●						
862	2019.12.15	清家洋二	61	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:34:17
	●記録保存・広報部入力●						
861	2019.12.15	三浦孝太	28	男	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:21:12
	●記録保存・広報部入力●						
860	2019.12.15	鈴木美津江	65	女	駅伝記録会-2019.12-	5km	0:24:43
	●記録保存・広報部入力●						
859	2020.01.26	越川 泰直	72	男	第68回勝田全国マラソン	Full	3:53:17
	サブ4が達成できたので満足しています。勝田名物の強烈な向かい風(7～15km)も今年はやや強い程度におさまってくれたので良かったです。						
858	2020.01.26	松永 和博	59	男	第68回勝田全国マラソン	Full	3:29:55
	魔法のシューズで自己ベスト更新、そして念願のサブ3.5達成！						
857	2020.01.19	松井 洋介	39	男	第39回フロストバイトロードレース	Half**	1:34:36

<table>
<tr><th>No.</th><th>大会開催日</th><th>参加者名</th><th>年齢</th><th>性</th><th>参　加　大　会　名</th><th>距離</th><th>記録</th></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】400mほど距離が不足していたようで、距離が正しければプラス2分した1時間36分台だと思います。キロ4:30以内におさめたかったけど、後半14キロ過ぎくらいから徐々に失速。仕上がりはキロ4:34で、まだまだ修行が足りません。</td></tr>
<tr><td>856</td><td>2020.01.19</td><td>吉本 明幹</td><td>77</td><td>男</td><td>第39回フロストバイトロードレース</td><td>Half**</td><td>2:21:30</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】富士山が綺麗だったが、１５Ｋからあしが進まず、やっとゴール一昨年は２時間きれたのに、昨年より悪く、歯止めをするには魔法のシューズかな。</td></tr>
<tr><td>855</td><td>2020.01.19</td><td>宮下 秀雄</td><td>73</td><td>男</td><td>第39回フロストバイトロードレース</td><td>Half**</td><td>2:20:20</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】6分45秒/kmを死守にして、久しぶりに歩くことなく完走することができました。記録は、2時間22分台だと思います。</td></tr>
<tr><td>854</td><td>2020.01.19</td><td>春口 和子</td><td>46</td><td>女</td><td>第39回フロストバイトロードレース</td><td>Half**</td><td>1:39:11</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】絶好のラン日和♪後半きつかったけど気持ち良く走れました！次は正確な距離で100分切り目指します☺
みんなで行けて楽しかった！！❤</td></tr>
<tr><td>853</td><td>2020.01.19</td><td>倉藤 節雄</td><td>63</td><td>男</td><td>第39回フロストバイトロードレース</td><td>Half**</td><td>1:37:38</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】実距離が400mくらい短かった。仮に距離が正確だったとしたら、予想タイムは1:39:31に。
これでも一応自己ベスト。いい天気だったけど、終盤はヘロヘロだった。</td></tr>
<tr><td>852</td><td>2020.01.19</td><td>福田 俊和</td><td>69</td><td>男</td><td>第39回フロストバイトロードレース</td><td>Half**</td><td>1:51:58</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】素晴らしい天気で横田基地から富士山きれいだったね。なんか距離がおかしな感じだったけれど？
km/5:25で走れたので満足です。打ち上げ最高！</td></tr>
<tr><td>851</td><td>2020.01.19</td><td>福田 幸子</td><td>68</td><td>女</td><td>第39回フロストバイトロードレース</td><td>Half**</td><td>2:01:30</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】昨年は身分証明書を忘れて出場できなかった。今年は前日の小雪も何のその素晴らしい天候に恵まれて横田基地の滑走路を走ることでき楽しかった。目標タイム2：05：00の予定だったので、まあまあ良かったかなぁと思う。16キロ過ぎから足の裏の中指から小指にかけて痛くなるのはシューズのせいなのかなぁ？</td></tr>
<tr><td>850</td><td>2020.01.19</td><td>鈴木 美津江</td><td>64</td><td>女</td><td>第39回フロストバイトロードレース</td><td>Half**</td><td>1:48:14</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】ゴールインまで気持ち良く走れました。オペ後にスタートラインに立てる幸せを感じています。皆様のおかげです。</td></tr>
<tr><td>849</td><td>2020.01.19</td><td>白澤 朋子</td><td>43</td><td>女</td><td>第39回フロストバイトロードレース</td><td>Half**</td><td>2:10:24</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】寝坊して忘れ物多発、エイド以外の補給無しだと途中でバテてしまいました。</td></tr>
<tr><td>848</td><td>2020.01.01</td><td>白澤 朋子</td><td>43</td><td>女</td><td>第41回小金井元旦ロードレース</td><td>10km</td><td>0:54:57</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">久しぶりに55分を切れました!!スピード練習のお陰です。</td></tr>
<tr><td>847</td><td>2019.12.08</td><td>白澤 朋子</td><td>43</td><td>女</td><td>2019 Honolulu marathon</td><td>Full</td><td>5:22:23</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">温度差に途中でダウンしてしまいましたが、ホノルルのコースは最高！でした。</td></tr>
<tr><td>846</td><td>2020.01.19</td><td>松永 和博</td><td>59</td><td>男</td><td>FROSTBITE 39th Annual 2020</td><td>Half**</td><td>1:36:13</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">【注：距離400m不足】魔法のシューズで自己ベスト更新！魔法で距離も４００m程短くなったようです(笑)</td></tr>
<tr><td>845</td><td>2020.01.12</td><td>越川 泰直</td><td>72</td><td>男</td><td>第21回 ハイテクハーフマラソン</td><td>Half</td><td>1:49:33</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">このハーフマラソンは旧谷川マリソンで私は第１回から参加しています。荒川河川敷のコースなのでいつも風に悩まされるのですが昨年、今年と比較的弱い風で助かっています。毎年、月末に開催される勝田マラソンの調整の為参加しています。今年は昨年より3分近く速いゴールでした。勝田マラソンに向けて弾みがつきました。</td></tr>
<tr><td>844</td><td>2020.01.01</td><td>松永 和博</td><td>59</td><td>男</td><td>第41回小金井元旦ロードレース</td><td>10km</td><td>0:45.49</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">９年連続出場でしたが、10km自己ベスト更新！ピンクの魔法シューズ効果かな？</td></tr>
<tr><td>843</td><td>2019.12.29</td><td>松永 和博</td><td>59</td><td>男</td><td>YEAR END MARATHON 2019</td><td>Half</td><td>1:41:47</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">3年連続出場でしたが、昭和記念公園４周コースベスト更新！残念ながら目標の40分切り、自己ベスト更新ならず！</td></tr>
<tr><td>842</td><td>2019.12.15</td><td>吉本 明幹</td><td>77</td><td>男</td><td>第14回 かさま陶芸の里ハーフマラソン大会</td><td>Half</td><td>2:17:44</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">この大会初めて参加。アップダウンかなり有り厳しいコースでした。２時間切ほど遠くなり、加齢、腰部脊柱管狭窄症、影響か。やっとの思いでゴール。その後は何かそれ程疲れも無くスッキリしました。</td></tr>
<tr><td>841</td><td>2019.12.08</td><td>日高 志満雄</td><td>69</td><td>男</td><td>Vientian International Marathon 2019　ラオス（タイ・ベトナムが隣国）</td><td>10km</td><td>1:11:47</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="7">右ひざのリハビリ中でビエンチャンでスポーツ・ジムに通っています。ビエンチャンでマラソン大会（４２ｋｍ、２１ｋｍ、１０ｋｍ、５ｋｍ）が開催されるとのことで１０ｋｍを申し込みました。最初は膝が痛いのでゆっくり走り、その後痛みがなくなりそのまま１０ｋｍを完走できました。久しぶりの大会で記録は悪かったのですが１０ｋｍを走れたので満足でした。</td></tr>
</table>

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
840	2019.12.08	日高 美智子	68	女	第33回青島太平洋マラソン2019	Full	4:23:16
	34km過ぎ、両足ふくらはぎがピクピクし始め急に強いつり。後は足を引きずり引きずり…でしたがゴールまで頑張りました。 青島海岸波打ち際の絶景「トロピカルロード」が、「トロピ過酷ロード」になりました。 高校時代の同窓生や友人達の大きな声援は何よりのうれしい力です。						
839	2019.12.07	福田 幸子	68	女	第57回 日野市民ロードレース大会	5km	0:27:09
	一般で申し込んだら、思いがけない４位で入賞（へへ）						
838	2019.12.07	宮下 秀雄	73	男	第57回 日野市民ロードレース大会	10km	1:01:42
	浅川の土手に出ると大差をつけられて、最後尾を走っていました。 昨年の大会より3分35秒遅く、体力の衰えを感じました。もう年相応の衰えなのかな！						
837	2019.12.07	吉本 明幹	77	男	第57回 日野市民ロードレース大会	10km	0:58:52
	寒い中一生懸命走りました。結果昨年より１分１秒遅く、加齢でしかたがないが、１秒余計でした。１時間を切れたので良しとします。レース後の焼き芋美味しかった。						
836	2019.12.07	福田 俊和	69	男	第57回 日野市民ロードレース大会	10km	0:55:19
	55：19という最遅タイムでした。でも色々あっての走りでした。走れることに感謝！終わって良かった！						
835	2019.12.07	春口 和子	46	女	第57回 日野市民ロードレース大会	5km	0:23:04
	湘南から中5日だったけど、靴紐も解けたけど優勝嬉しいです。☺!!　終わった後の焼き芋が温かくて美味しかった～♥						
834	2019.12.07	小野 晴美	47	女	第57回 日野市民ロードレース大会	5km	0:25:17
	目標25分切り！！17秒オーバー。。。なのに5位入賞したので楽しかったし、このくらいの距離をいつの間にかkm/5分で走れた自分にびっくりしました。朝練のおかげです。体重は１キロマイナス達成！！完走後の山崎さんの愛情焼き芋美味しかったです。						
833	2019.10.20	松井 洋介	39	男	第44回板橋区・高島平ロードレース大会	20km	1:35:14
	結構いい状態だとおもっていましたが、全然スピードに乗れませんでした。15キロ73分の関門を突破してからは力が入らずキロ5を下回ってしまう始末でした。レースは、川内優輝選手が参加したり、大学生も多くガチな人しか出ないレースなので、とても刺激になりました。タイムは奮わなかったけど、憧れのレースを完走できて嬉しかった！毎年も出たいですね！						
832	2019.12.01	福田 幸子	68	女	第14回 湘南国際マラソン	Full	4:59:39
	Eコースからのスタート。混み合って思うように走れず25キロ地点でトイレにタイムを取り戻そうと頑張ったが30キロを通過した頃に右腳のふくらはぎがつり走ったり歩いたり。次は左ももが、あ～リタイアしようか迷ったが何とか完走！見直す所も多々あり次回の勝田に繋げたい。						
831	2019.12.01	松井 洋介	39	男	第14回 湘南国際マラソン	Full	3:27:47
	2018年2月の東京マラソン以来のサブ3.5！自己ベストを37秒更新することができました！本当に嬉しい！ 練習を振り返ると、ロングはあまりできませんでしたが、高島平ロードレースを全力で走ったり、皇居でキロ4：40で15キロ走ったりスピード練習してきたのがよかったと思います。おかげでkm/5:00で走ることに余裕ができ、前半は抑えてkm/5:00という感覚で走ることができました。（以前からは信じられない感覚です。）後半失速することなく、30キロ過ぎてから670人抜きました。最後まで走り切るフルマラソンは最高に爽快です！						
830	2019.12.01	北川 英幸	49	男	第14回 湘南国際マラソン	Full	3:47:42
	自己ベスト更新しました！課題もみつかりました。天気も良くて、環境がよかったと思います。 仲間がたくさん一緒で、背中を押してもらっていたような気で走れたところも良かったです。楽しい1日でした。 まだまだ早くなります！						
829	2019.12.01	小野 晴美	47	女	第14回 湘南国際マラソン	Full	4:41:44
	目標キロ6!!4：15！！20キロくらいから体は元気なのに膝から足の裏が痛くて撃沈でした。油断してた体重も3キロ増し。 今までの練習が台無しでした。東京マラソンに向けてリベンジするぞっ！！						
828	2019.12.01	春口 和子	46	女	第14回 湘南国際マラソン	Full	3:48:58
	ＰＢ更新!　湘南の海と富士山を見ながら気持ちよく走れました☺ たくさんのなかまと一緒に走れて最高の1日でした!若者チームがんばるぞうー！！						
827	2019.12.01	倉藤 節雄	63	男	第14回 湘南国際マラソン	Full	3:35:16
	ロキソニン、ツムラ68　スズメバチエキスをドーピングしたので、最後まで止まらずに走って自己新。イエーイ！						
826	2019.12.01	福田 俊和	68	男	第14回 湘南国際マラソン	Full	4:20:55
	両足がつってしまい久しぶりに歩いてゴールしました☺ でもガンバりました。信楽焼のタヌキよりでているお腹をスマートにして、やり直しし東京マラソンにつなげます！						
825	2019.12.01	鈴木 美津江	65	女	2019東京ヴェルディ稲城グリーンロードレース（ぽんぽこマラソン）	10km	0:49:45

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム　　2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	復帰後　初レース　コースは非常に山坂多く余り勧められないが、のどかさを楽しむにはいいレースだと思います。こんなコースで最年長の私が壮年（40歳以上）で3位に入れたことは　まだ走れると自信につながりました。						
824	2019.11.23	越川 泰直	72	男	第32回大田原マラソン	Full	3:55:59
	年代別70～74歳の部4位。 メルボルンマラソンから3週間後のぐんまマラソンそしてその3週間後のこのマラソン。これもサブ4が達成できて良かったです。73歳以上でゴール（4時間以内）できた人はいませんでした。最高齢は72歳で私を含めて2名でした。 この大会はゴール制限時間4時間。しかも途中で関門がいくつもありその都度平均ペースが5分40秒/kmを超えると収容車というきつい大会です。「4時間」を売りにしていたこの大会も来年から3年間休止することが公式発表されました。各種スポーツイベントが目白押しであり予算のめどが立たないという財形上の問題、さらに職員数の減少に伴いスタッフの確保が難しくボランティアも高齢化して対応が難しくなったなどの問題があるようです。各種課題を乗り越えて是非3年後にこの大会の復活を望みたいです。						
823	2019.11.23	峰岸 照幸	56	男	第32回大田原マラソン	Full	3:33:53
	総合 ７９０位　　クラス別 ８２位 昨年よりも記録は約５分落ちましたが、苦しむ走りでは無かったので自分としては満足でした。 肋骨骨折が直ってからの再開レースで何時もの記録に戻れてホットしている所です。雨が降って肌寒いコンデションでしたが、しっとりしていて逆に走り易かったとおもいます。 ３０キロからの風は少しキツかったですが。大田原来年も開催するか？怪しいようですが、在るなら又頑張るレースです。						
822	2019.11.24	松永 和博	59	男	2019阿里山国際馬拉松	Half	1:55:50
	標高差600mの山岳ハーフ、今回は約600m長かった。下りで頑張り年代別2/51位入賞!　全体28/304位						
821	2019.10.27	中島 まゆみ	58	女	第10回 富士・鳴沢紅葉ロードレース大会	10km	0:52:07
	年代別3位入賞　50分切れるようがんばります！						
820	2019.10.27	横井 明	75	男	第31回 諏訪湖マラソン	Half	2:38:24
	スタートからゴールまで泣き通したレースだったが、ゴールした時は　久しぶりのやったー!!感でした。						
819	2019.11.10	倉藤 節雄	63	男	横浜マラソン2019	Full	3:45:06
	高速道路キラーイ！						
818	2019.11.10	春口 和子	46	女	横浜マラソン2019	Full	4:04:07
	最初の10㎞が大混雑。バラけた後追い上げたものの、4時間に間に合わず…。ケガ明けにしてはまあまあの出来でした。						
817	2019.11.10	松永 和博	59	男	2019板橋馬拉松	Half	1:38:26
	前回（10/26）より良い走りが出来ましたが距離が約1km短い疑惑！　全体183/1488位　年代別　9/99位入賞						
816	2019.10.19	倉藤 節雄	63	男	伊南川100kmウルトラ遠足（福島県・南会津町）	51.4km	5:53:19
	（●台風影響距離短縮実施●）　台風の影響で距離が約半分になって、嬉しいやら悲しいやら。何事も無く無事にゴール出来ました。 帰りの運転がしんどかった。						
815	2019.11.03	越川 泰直	72	男	第29回ぐんまマラソン	Full	3:56:48
	年代別70歳以上の部6位（エントリー数87人、規定の6時間以内ゴール人数66人）。メルボルンマラソンから3週間での参加で疲労が抜けていないのではないかと心配しましたがサブ4が達成できて良かったです。コースは比較的に平坦で走りやすかったので来年も参加したいなと思いました。大会はフルマラソン5000人、10ｋｍマラソン4000人、リバーサイドジョギング6000人で行われました。						
814	2019.10.27	松永 和博	59	男	EVA AIR MARATHON 2019	Half	1:48:11
	去年の同大会より約８分落ち。加齢かな？でも10月初旬のハーフより約５分改善！頑張ろう！						
813	2019.10.19	高橋 通枝	79	女	第1回シニア陸上競技大会	3000m	0:23:26
	第１回目で参加者少なく、のびのびと走れました。私が出た3000mは、男性５名・女性２名でした。私はのんびり走りで、トラック７周半を走りました。もう一人の女性は５２歳で12分02秒、私は23分26秒何度も追い越されて、楽しかったです。「あと１周」はカネを鳴らしてくれて、面白かったです。						
812	2019.10.13	越川 泰直	72	男	メルボルンマラソン2019	Full	4:03:58

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	年齢別70～74歳の部2位（1位は　Peter Fuller 4時間02分29秒）。この部門に日本人はいませんでした。このマラソン大会にはフル、ハーフ、10ｋm、5ｋmの部門があり合計で38000人が参加しました。そしてフルには8000人が参加しました。コースはゆるい坂道がいくつもありましたが全体としては平たんな印象を受けました。メルボルンは今、春から初夏に向かう時期でプラタナスの花が満開でした。そしてサマータイムがスタートしたばかりでした。また一日の気温は最低8℃最高20℃位で肌寒く感じられました。レースのスタートは13℃位で本来ならば最高のマラソン日和でしたが日本の暑さに慣れた体にはとても寒く感じられました。夜中に寒さのせいかふくらはぎが強い痙攣をおこしその痛みが残るままのスタートになりました。30ｋmまでは5分30秒前後で何とか凌いだのですが30ｋmで左足ふくらはぎかぴくぴくいいだし40ｋmでは両足のふくらはぎが痙攣してしまいました。そのあとの2.195ｋmは地獄で何度もつまづきそうになりながらゴールしました。暑さに弱いとばかり思っていたのですが寒さにも弱いことを悟った72歳です。		
811	2019.09.29	日高 美智子	67	女	第21回東京マスターズロード選手権大会	Half	2:07:27
	雨の心配もしていたのに、ハーフスタートの11時近くになるとピカピカの晴天。蒸し暑く気温30度超え。4周目後半になるともうバテてヘロヘロでした。年代別1位。去年に続き立派なトロフィーをいただき感激でした。						
810	2019.09.29	渡辺 国子	79	女	第21回東京マスターズロード選手権大会	10km	1:11:54
	天気は曇りで丁度良い、15時以降は雨の予報。参加者4名、10kmスタートは10時、天気になった。気温もぐんぐん昇り、嫌な予感。初めは流れに付いていく、少し息切れしてる。1周5ｋmを30分で走ってしまい早すぎ・・・！ペースを落とすとずるずると一人旅、まあ完走出来れば良いと2位のゴール。参加するだけでメダルはこそばゆいが　来年は80歳、金色がいいナ。						
809	2019.10.06	松永 和博	59	男	POCARI　SWEAT RUN 2019	Half	1:52:47
	マラソンシーズンに向けて、少しづつタイムを縮めて行きたい！196/2284位　年代別　6/104位						
808	2019.09.15	峰岸 照幸	56	男	第３４回田沢湖マラソン	Full	4:08:47
	前日は水沢温泉で過ごし最高でした。何度来ても又来たく成る素晴らしいレースです。今年は２週間前に肋骨が折れてしまいましたが、旅行チケットその他は準備完了だったので走る事にしました。肋骨は矢張り痛かったので、無理せず町をまわって22キロ走り、湖畔に戻って来た時に後湖一周の２０K出来ると感じたら完走しようと決めてました。湖畔に来た時に「行ける」と感じ続行しました。最後迄一度も腕時計を見る事無く自分の体と会話しながら、周りの景色を楽しみながら完走しました。実は殆どのレースでゴール迄腕時計は見ない事にしているのですが。DNFは一番嫌なのです。記録は少し遅いけど、自分としては大満足です。 フルマラソン　年齢50代　55/229　　総合287/918						
807	2019.08.25	峰岸 照幸	56	男	第３９回山日YBS富士吉田火祭りロードレース	Half	1:44:40
	やっぱり暑かった、ゴール後はヘッタヘタです。最後は両足痙攣してました。 ハーフ男子56-65歳　　36/315　　総合292/1530						
806	2019.07.13	峰岸 照幸	56	男	第１５回over night 60km みちくさウルトラマラソン	60km	8:07:11
	夕方５時に横浜を出発して真夜中にコース地図を見ながら箱根湯本駅に辿り着くイベントです。レースでは無いので練習のつもりで楽しくはしりました。何度か道も間違えました。最後は雨で涼しくゴール出来てラッキーでした。豪雨の中、朝迄箱根湯本駅のガード下で一番列車を待ちました。箱根駅伝のコースを夜中に走るイベントなので信号は守らないとなりません。自分のペースで一人で走れるので結構楽しいのと、夜の景色が少し違っていて楽しいです。日野走友会代表として一人でエントリーしました。						
805	2019.09.08	宮下 秀雄	72	男	Maybank Bali Marathon 2019	Half	2:33:27
	2時間35分を目標としましたが、3月に出した2時間25分は切りたい想いがありました。 しかし、7,8月の練習実績では、16ｋ以上は走れておらず、この成績となりました。						
804	2019.09.08	福田 俊和	68	男	Maybank Bali Marathon 2019	Half	2:04:38
	スタートが暗くて三角コーンに足をぶつけて痛い思いをしたが、沿道の子供たちの応援が助けになりました。楽しい海外マラソンです。						
803	2019.09.08	長尾 豊彦	82	男	Maybank Bali Marathon 2019	Half	2:53:55
	かわいいバリ娘たちから、嬉しい激励を一杯頂いて、ハードなコースを走り切ることができた。 ありがとう、また逢いましょう❣　（トウリマカシ、スラマッチンガル!）						
802	2019.09.08	芹澤 勇夫	80	男	Maybank Bali Marathon 2019	Half	3:02:51
	暑さに弱いことを再認識。ハーフで3時間もかかったが完走出来て満足。						
801	2019.09.08	白澤 朋子	43	女	Maybank Bali Marathon 2019	Half	2:25:59
	海外レースは　テンションが上がり過ぎてしまいます。途中でバテテしまう。とても楽しかった。						

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
800	2019.09.08	山崎 好江	76	女	Maybank Bali Marathon 2019	Half	3:10:19
	バリ島は仏教とヒンズー教の島。仏様が奇跡を起こしてくれました。プーケットでは5ｋｍだった私。ハーフを完走できました。						
799	2019.09.08	福田 幸子	67	女	Maybank Bali Marathon 2019	Half	2:13:34
	朝方寝ているときに強度の足がつりレース出場不安でした。会場のムードにテンション上がり、痛みも忘れ完走でき良かった。１２ｋｍまで登り、あとは上り、下りで坂の多いコースでした。でも楽しかった！						
798	2019.09.08	後藤 哲也	74	男	Maybank Bali Marathon 2019	Half	2:17:56
	両ふくらはぎに来たが完走。「一白の水成のごとバリの島」　（清家さんと今井さんと私には分かる一句）						
797	2019.09.08	清家 洋二	60	男	Maybank Bali Marathon 2019	Half	2:44:20
	暑くて完走も難しいかと思いましたが、3時間切れて完走、楽しかったわ～。						
796	2019.09.08	今井 光	50	男	Maybank Bali Marathon 2019	Half	1:33:18
	初の海外レース。高温多湿でタフなコースなので不安一杯であったがプランどうりなんとか走り切れて良いレースとなった。バリューズの応援があたたかく　苦しいけど楽しいレースであった！						
795	2019.09.08	吉本 明幹	77	男	Maybank Bali Marathon 2019	Half	2:28:34
	あさ３時ホテル出発、スタート５時まだ真っ暗、待つ間地元の若い女性と片言の英語で盛り上げる。足元も暗くスタート時不安。５Ｋ頃より登り汗が吹き出してくる。１３Ｋ頃で高低差１２９ｍ上りきるが、下りも多少のアップダウンあり、やっとゴール。海外レース、旅行最高楽しかった。!!						
794	2019.08.25	中島 まゆみ	58	女	第39回山日YBS富士吉田火祭りロードレース	5km	0:26:41
	練習不足でした。25分は切りたい！グロスタイム 0:26:41 女子 5km 46才以上 種目順位 9位/46人中						
793	2019.06.30	倉藤 節雄	63	男	第34回サロマ湖100kmウルトラマラソン	100km	12:47:42
	サロマ湖100km ウルトラマラソンは超有名。世界記録が出る高速コース。ならば、折角なので俺も一丁狙ってみたい。 <文章・中略> <文章・中略> その中を一人トボトボ歩く俺。部外者みたいだ。ゴール直前だけ我慢して走ってゴール。アナウンスの声が聞こえてくる。「倉藤節雄さん日野走友会ゴール！」。あー、間に合った。ゴール後に貰ったインスタントコーヒーがメチャメチャ美味しかった。最後に、今回も皆様から沢山の応援を頂きました。有難うございました。						
792	2019.06.30	越川 泰直	72	男	第34回サロマ湖100kmウルトラマラソン	100km	11:30:22
	今回からサロマンブルーメンバーとなり一般参加者よりもストレスフリーでレースに集中できました。ゴール後にはサロマンブルーメンバーの証として粘土ブロックを用いて足型を採りました。これはゴール付近の壁に埋め込まれる予定です。・レース結果は11時間30分22秒（ネット）・65歳以上の部で21位(エントリー183人)・参考：70歳以上の部で5位（エントリー57人）　今年もサロマの天候は気まぐれでした。スタートから4時間位は14.8℃曇りで気持ちよく走れました。しかしその後はカンカン照りで暑くなり、水をかぶりながらのレースになりました。ゴール地点は24℃を超えていました（13時頃)。さらに強風のおまけまで付きました。こんな気まぐれ天気でも100kmの部の完走率は74.2%と良かったようです。						
791	2019.06.09	峰岸 照幸	55	男	第８回八重山トレイルレース（山梨県上野原市）	38.55km	6:38:50
	上り下りのタフなトレイルコース 38.55K　男子50代　記録６：３８：５０　５３位　事前に2回程試走をしてから初めて参加、300メートルから1000メートル迄の登りが2回在るめちゃめちゃキツいコースです。今回は悲壮に成らずに楽しく、でも制限時間の７時間半以内を目標に走りました。雨の急な山道を泥だらけに成って走りきりました。キツいけど何故かとても楽しかったです。						
790	2019.05.11	峰岸 照幸	55	男	歳の鬼足多摩川ランニング	50km	5:00:57
	今回は走り初めから疲れてしまいました。最後の５キロはバテバテで歩いてしまいました。来年は頑張ります。						
789	2019.04.14	峰岸 照幸	55	男	第１１回小山思い川ざくらマラソン	Full	3:47:53
	東京から日帰りできて、こじんまりしていますが、此れは非常に良い大会です。運営も素晴らしいし、コースも又本当に奇麗です。渡良瀬遊水池が折り返しですが、川沿いの桜、一面の菜の花に目を奪われながら走れます。記録は今回は、良くなく歩いてしまいました。でも来年も又来たい大会になりました。						
788	2019.03.24	峰岸 照幸	55	男	佐倉朝日健康マラソン	Full	3:35:13
	もう少し走れた気がしました。次回は頑張ります。						
787	2019.02.17	峰岸 照幸	55	男	第５３回青梅マラソン	30km	2:24:29
	楽しく走れましたが、ラストスパートが昨年に比べて今一つでした。						
786	2019.06.16	松永 和博	59	男	2019早安台北半程馬拉松	Half	2:00:23
	朝から快晴の河川敷レース、命の危険を感じつつ何とか完走しました。（撃沈！）　97/918位						

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム

2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
785	2019.06.02	中島 まゆみ	57	女	第２１回関東マスターズロード選手権	10km	0:51:34
	W55の部、第１位。50分の壁がなかなか越えられません。練習を重ねて秋に再チャレンジします。						
784	2019.06.08	後藤 哲也	74	男	東日本大震災復興支援駅伝	5km	0:26:29
	皇居１周@5ｋｍ×４人＝計20ｋｍの駅伝大会。我がチームは全員70才以上で全員故障中ながら、良く健闘し11位／20チーム中。３走の私は区間１１位。抜かれることなく若い女性を！３人抜けた。なお、写真をブログにアップ。次はバリ島ハーフマラソンだ！						
783	2019.05.26	白澤 朋子	43	女	第36回 黒部カーター名水マラソン	Full	5:13:33
	最高気温３６℃、人生で一番熱い大会になりました。 熱中症になりつつも完走出来て嬉しい！						
782	2019.06.02	三浦 孝太	27	男	多摩川マラソングランプリ 2019 EarlySummer	Half	1:51:14
	総合61位 / 157人中　　男子57位 / 131人中　　平均ペース 05:16/km						
781	2019.06.02	北川 英幸	48	男	第20回 高田城ロードレース大会　－新潟県上越市－	Half	1:50:25
	自己ベストならず、くやしい。暑かったけど奥さんが応援してくれました。　種目順位 100位　距離順位 288位						
780	2019.05.19	鈴木 美津江	64	女	2019スポニチいわて奥州きらめきマラソン	Full	3:48:12
	撃沈でした。ところが終わってみれば年代別では2位❣　ちょっと複雑〰。 マラソン女子60歳代 2位/35人中　女子総合順位 37位/400人中						
779	2019.05.18	松永 和博	59	男	2019台北星光馬拉松	Full	4:56:09
	気温31℃、湿度78%の中、何とかサブ５で完走。二度と夏場のフルは走りません。						
778	2019.05.12	三浦 孝太	27	男	第9回 成木の森トレイルラン	20km	2:48:18
	■コメント待ち■　リザルト・総合順位：第284位　男女別順：第271位　年代別順（20代男子）：第39位						
777	2019.04.21	越川 泰直	71	男	第29回チャレンジ富士五湖ウルトラマラソン	118km	DNF
	100kmの関門をクリアできずゴールできませんでした。 100kmのタイムは12時間35分11秒で関門から10分遅れでした。 しかし昨年の100kmの部で1位になった時のタイムが12時間48分。 これより13分速かったのですがＤＮＦ。反省点はこのコースの走り方について勉強不足だったということです。 後日、20回完走したという経験者に聞いたところでは118ｋｍのコースは関門がきついので前半のペースを上げて関門を確実に突破すること、そして100km以降を粘るようにすればゴールできるとのこと。 素晴らしいアドバイスをいただきましたのでチャンスがあればいつの日かトライしたいと思います。 皆さんも挑戦してみてはどうでしょうか。やりがいがありますよ。						
776	2019.05.12	福田 幸子	68	女	第13回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	2:21:14
	暑い、脇腹痛、トイレに行くと、3拍子揃ってしまいました！レースで初めて歩きました。48位。						
775	2019.05.12	鈴木 美津江	64	女	第13回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	1:37:14
	とにかく暑かった!!2位が取れたことは幸運。						
774	2019.05.12	倉藤 節雄	63	男	第13回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	50km	4:56:02
	残り5㎞で両足がつってしまい　ほとんど歩いたり、止まったり。暑かった!!						
773	2019.05.12	蛭田 勝廣	65	男	第13回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	1:48:38
	目標1時間50分を切りましてビ－ル2本ゲットしました。						
772	2019.05.12	福田 俊和	68	男	第13回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	DNF
	ここ2回連続でリタイヤする調子の悪さ。少し節制して身体を立て直そうと思います。 目標！ウエスト ﾏｲﾅｽ 5cm 体重 ﾏｲﾅｽ7kg　楽しんで達成できないかな。						
771	2019.05.12	吉本 明幹	77	男	第13回 歳の鬼あし多摩川ランニング大会	20km	2:11:31
	昨年、一昨年より暑く　気象条件は違いますが、2時間切れず　昨年より14分も遅く、年齢を感じますね。						
770	2019.05.06	日野走友会			2019東京ｳﾞｪﾙﾃﾞｨ稲城ｸﾞﾘｰﾝﾘﾚｰﾏﾗｿﾝ	Relay	3:54:24
	2019東京ヴェルディ稲城グリーンリレーマラソン走って来ました。11～15時まで約2㌔を7人で走りきりました。 一人４回走りました。タイム：3:54:24　記録：28周回　　総合：第22位 参加者：松井・倉藤・福田（俊）・大下・福田（幸）・和田（友情参加）・鈴木（美）						
769	2019.04.28	松永 和博	59	男	2019世界地球日路跑	Half	1:49:48
	夏場の台湾ハーフ、後半、暑さで撃沈しました。　年代別順位 12位　総合順位 123位						
768	2019.04.21	福田 俊和	68	男	第29回 チャレンジ富士五湖ウルトラマラソン大会	118km	DNF
	86ｋｍ地点でリタイアしました。原因はわかっています。体重が5キロオ－バ－とお酒の飲み過ぎです。 富士五湖118kmは今年でいいかなぁ。						

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム　　2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
767	2019.04.14	中島 まゆみ	57	女	第15回笛吹市桃の里マラソン大会	10km	0:53:00
	桃が満開で気持ちよく走れました。						
766	2019.04.14	北川 英幸	48	男	かすみがうらマラソン兼国際盲人マラソン2019	Full	4:06:09
	20㌔すぎの向かい風に悩まされました。フル男子順位： 3417位 / 11577人中　40歳代　1152位 / 3658人中						
765	2019.0324	北川 英幸	48	男	第38回 佐倉朝日健康マラソン	Full	3:50:02
	自己ベスト初のサブ4、皆様のおかげです。						
764	2019.03.24	峰岸 照幸	55	男	第38回 佐倉朝日健康マラソン	Full	3:35:13
	気温、湿度共にベストコンディションで3：30切ろうと頑張ったが、ダメでした。ありがとうございます。皆様のおかげです！						
763	2019.03.17	松井 洋介	43	男	板橋Cityマラソン2019	Full	3:38:00
	30キロまで温存して、ペースアップしました。最後まで失速せず走れてよかった。						
762	2019.02.24	峰岸 照幸	55	男	三浦国際市民マラソン2019	Half	1:42:00
	雨でビショビショでした。皆様のおかげです。						
761	2019.03.10	福田 幸子	67	女	立川シティハーフマラソン2019	Half	2:20:00
	今は故障中であまり練習が出来ず、走れないけど完走することが出来て良かったです。終わった後のビールはおいしかった。						
760	2019.03.17	松永 和博	58	男	2019新北市萬金石馬拉松	14km	1:08:32
	アップダウンのあるコースだったが、もう少し速く走りたかった。ゼエハア不足！　64/3321位						
759	2019.03.10	三浦 孝太	27	男	立川シティハーフマラソン2019	Half	1:45:41
	最後の1㎞ぐらいで失速。今後の課題で、最後まで同じペースで。						
758	2019.03.10	白澤 朋子	43	女	第7回サンスポ古河はなももマラソン	Full	4:45:04
	お腹壊して苦しみながらも、無事完走!!						
757	2019.02.27	白澤 朋子	43	女	第27回 2019 沖縄マラソン	Full	4:48:43
	天気に恵まれて、去年より1時間早く走れました。						
756	2019.03.10	福田 俊和	68	男	立川シティハーフマラソン2019	Half	1:53:18
	先週の東京マラソンの疲労も取れていない状態（飲みすぎ）でのハーフマラソンでした。5分18秒／kmはまあまあの出来でした。終わってからのお酒が美味しかった。						
755	2019.03.10	鈴木 美津江	64	女	立川シティハーフマラソン2019	Half	-:--:--
	先週の東京マラソンの疲れを残したまま出場しましたが、無謀ということがよくわかりました。走っても走ってもスピードが出ませ						
754	2019.03.10	春口 和子	45	女	第7回サンスポ古河はなももマラソン	Full	3:52:11
	目標のサブ4は達成できましたが、課題の残るレースになりました。来季、サブ3.75を達成するために仕切り直しです。						
753	2019.03.10	小野 晴美	46	女	第7回サンスポ古河はなももマラソン	Full	4:21:30
	疲れたー。						
752	2019.03.09	倉藤 節雄	62	男	第８回 神戸六甲縦走トレイルラン２０１９	40km	7:08:00
	何回、山を越えたか！死ぬかと思った。有馬温泉最高❣　　147 位 / 650 人						
751	2019.03.03	松永 和博	58	男	東京マラソン2019	Full	3:34:18
	久し振りにPB更新！今シーズン不振のレースが続いていましたが、最後に納得の走りが出来ました。						
750	2019.03.03	鈴木 美津江	64	女	東京マラソン2019	Full	3:35:43
	寒かった―、走っても走っても体温まらない。1月2月の大事な時期に練習できなかったことは残念でしたが、余力でこのタイムで完走できたことは少し自信が持てました。						
749	2019.03.03	福田 俊和	68	男	東京マラソン2019	Full	3:53:27
	今日、この日は3時間４０分台を出そうと考えて練習をしていましたが撃沈。ネットタイムで３：５３：２７でした。千葉館山若潮マラソンよりも遅くなりちょっと残念。雨で寒かったぁー。						
748	2019.02.17	松永 和博	58	男	2019高雄MIZUNO国際馬拉松	25km	2:04:31
	高雄観光を兼ねて参戦。後半、撃沈ぎみで東京マラソンに暗雲。　250/7828位　　年代別　29/750						
747	2019.02.17	峰岸 照幸	55	男	第53回 青梅マラソン	30km	2:21:57
	30キロ50才台　総合 1436位　ゼッケンが３千番台だとスタートは結構後ろでした。ヤキモキせず折り返しの下りまでは流れに任せて走りました。下りは頑張りました。前半より６分上げて走り通しました。昨年より１分10秒遅いですがよい走りが出来ました。来年も頑張ります！						
746	2019.01.27	峰岸 照幸	55	男	第39回館山若潮マラソン	Full	3:31:39

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム　　2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	フル50才台 総合 630位　今年も天気は最高でした。今までで一番気持ちよく走れました。後半で前半より７分あげて走れたのは大きな自信になりました。コースはきついですが、やはりいいレースです。福田さんに会えなかったのが残念。						
745	2018.12.09	峰岸 照幸	55	男	第26回小川和紙マラソン大会	Half	1:30:21
	ハーフ50才代　種目別　33位						
744	2019.02.17	福田 俊和	68	男	第53回 青梅マラソン	30km	2:46:23
	青梅マラソンは２度目です。１度目は10年前の平成21年2月15日 3：09：00 初ランニング大会でした。当時は体調不良（飲みすぎ）で、「このままではまずい」と走り始めた頃でした。そうしたら東京マラソンに当選してしまい、慌てて青梅マラソンにエントリーしました。親戚、友人らに公言してしまったので何が何でも完走（当時は3月22日東京マラソンを）するために３０kmの青梅マラソンを選びました。不摂生な生活を知る友人たちは話にも乗りませんでしたが頑張って完走。あの時の感激は今も忘れません。そして、東京マラソンも完走。２年半後には日野走友会にも入会しました。あれから10年。タイムを22分37秒短縮する事が出来ました、これも走友会の皆さまのおかげです。東京マラソンも頑張るぞぉー。						
743	2019.02.17	後藤 哲也	74	男	京都マラソン2019	Full	5:22:18
	12年振りのフルマラソンでしたが、目標（制限時間内に歩かずに走り切る）を達成できました。年1回フルにチャレンジしてみようと思います。その為には　真面目にトレーニングしようと思います（？）。						
742	2019.02.17	日高 美智子	67	女	第53回 青梅マラソン	30km	2:54:09
	仲間達の追い越し際の言葉、電車で追っかけ応援をしてくれた友人の「ゴ－ルで待ってるよ！！」の声に励まされました。昨年より5分遅いけど完走できてよかったです。						
741	2019.02.17	福田 幸子	67	女	第53回 青梅マラソン	30km	3:12:44
	青梅マラソン初めての参加。今年は試走会にも出られなく、1月27日の若潮マラソンで右臀部下の付け根を痛めてから、出場するのも迷ってはいたが途中で何かあれば電車でと思い走りました。痛みは出産で苦しんだ事（笑い）を思えばこれくらいは大丈夫と考えながらゆっくりと走り完走する事が出来、本当に嬉しかったです。						
740	2019.02.17	蛭田 勝廣	64	男	第53回 青梅マラソン	30km	2:52:24
	昨年より7分速く走れました。						
739	2019.02.17	倉藤 節雄	62	男	第53回 青梅マラソン	30km	2:32:22
	去年より11分速かった。						
738	2019.02.17	大下 剛	42	男	第53回 青梅マラソン	30km	2:23:03
	去年終盤から走りすぎの疲れ、あるいは別の要因で心身の調子は不調でしたが無事完走できました。2時間30分切りは達成です。						
737	2019.02.17	鈴木 美津江	64	女	第53回 青梅マラソン	30km	2:25:35
	一月から調子悪く　止めるかを悩んで悩んでの出走でした。今の自分には　これが精一杯ですね。						
736	2019.01.27	福田 幸子	67	女	第39回館山若潮マラソン	10km	0:54:09
	天気は晴れていたが風が強く海風と重なり寒かった。ゴール2km手前ぐらいからもう少しスピードアップすれば53分台に行けたかな。今年は40分台のランナーが5人いたので８位にランク落ちでした。 種目：60才～69才女子 種目順位：8位/82人　10km 総合順位：528位/2324人						
735	2019.01.27	福田 俊和	68	男	第39回館山若潮マラソン	Full	3:52:41
	70歳までサブフォがんばりまーす。　種目：フルマラソン (60～69才男子)　種目順位：70位/421人						
734	2019.01.27	越川 泰直	71	男	第67回勝田全国マラソン	Full	3:47:36
	■コメント待ち■　男子マラソン70歳以上の部　13位						
733	2019.01.27	松井 洋介	38	男	第67回勝田全国マラソン	Full	3:40:17
	■コメント待ち■　男子マラソン39歳以下の部　874位						
732	2019.01.20	吉本 明幹	76	男	第38回 フロストバイトロードレース	Half	2:06:01
	快晴コンディション良好だが2時間切れず、昨年は切れたのに7分以上悪く、1年経つと衰え、加齢には勝てません。 6分/㎞なので良しとします。						
731	2019.01.20	倉藤 節雄	62	男	第38回 フロストバイトロードレース	Half	1:39:50
	まさかの100分切り！　やったぜ―！						
730	2019.01.20	春口 和子	45	女	第38回 フロストバイトロードレース	Half	1:44:43
	走友会に入って初めてのレース。先輩方の的確なアドバイスのおかげでＰＢ更新しました。						
729	2019.1.13	松永 和博	58	男	Standard Chartered Taipei Marathon 2019	Full	3:47:02
	4年連続出場でしたが、昨年より約７分遅く残念！						
728	2019.01.01	松永 和博	58	男	第40回小金井元旦ロードレース	10km	0:47:17

日野走友会 大会参加結果報告(2019年01月以降 全データ)　記録：ネットタイム　　2024年09月28日 現在

更新情報：　No.1102　No.1103　鈴木会員　追加更新

No.	大会開催日	参加者名	年齢	性	参　加　大　会　名	距離	記録
	8年連続出場でしたが、初めて前年の記録を超えれず残念！						