



走ろう会

令和3年
2021年
5月

編集&発行所 広島壮年走ろう会事務局 〒735-0004 広島県安芸郡府中町山田1丁目1-31
TEL&FAX 082-281-6552 2021年(令和3年)5月1日号 No.579
郵便振替口座番号 01350-5-3142 加入者名 広島壮年走ろう会 編集人:川本忠司
E-mail:kawamoto@hicat.ne.jp URL:http://hsrc.main.jp 検索:広島壮年

会長就任にあたって

No.817 大賀 精一

今年度から2年任期で「会長」という役割を担うことになりました大賀です。走ろう会に入会して約10年になります。走ろう会の50余年の歴史の中でわずか10年ということでしょうか。至らない点が多々あるかと思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。



私は、走ろう会のおかげで走る楽しさを覚えたと思っています。最初は10kmを走るのがやっとでしたが、フルマラソンをサブ4で走れるようになりました。走ろう会のいろいろな方々に教えていただきながらコツコツと続けてきた成果だと思います。まだ(?)68歳ですので、70歳までサブ4で走ることが当面の目標です。

会の規約第3条には、「この会は、走ることによる体力づくり、健康の維持増進及び会員の親睦をはかることを目的とする。」とあり、さらに第5条には、「この会は、走ることを愛し、楽しむ同好者をもって組織する。」とあります。まさに走ろう会が50年続いてきた原点がここにあり、この原点をもう一度認識して、走ることを楽しむ会を継続していけたらと思っています。会員数はピーク時に比べ半減しているような状況ですが、時代の移り変わりとともに会のあり方も変化しています。ただ、「走ることを愛し楽しむ」という原点は50年変わらず、今後も変わらないと信じています。

会の運営は、会員のみなさんの協力がないと成り立ちません。会員のみなさんが、楽しく走るためにはどうすればいいかという問題意識を持って、いろいろとアイデアを出していただければ幸いです。できることから少しずつやってみて、問題があれば、別の方法をみなさんと一緒に考えて実行していけば、より楽しい会になるでしょう。

例会は、参加者みんなですすず協力すれば、当番幹事の負担が減って、参加者の楽しく走る充

実感が増えると思います。

さあ、それぞれのペースで、楽しく走り(歩き)しましょう!!

新幹事長に推薦されて

No.734 児玉 誠司

再入会から4年が経過しました。役員や幹事の皆さま方のお世話の下、楽しい例会に参加させて頂きました事を、この場をお借りして御礼申し上げます。



3月から新しい環境で社員を始めるに当たり、幹事長の大役をお受けするべきか否か悩みましたが、望まれる場所で咲けば良いかとの思いから、お受けする事にいたしました。但し、記憶に残るのは福留幹事長のお姿だけで、恥ずかしながら理想の幹事長が何たるかの定義は存じ上げません。

何分、未熟者ですので皆様にご迷惑をおかけする事も多々あるかと存じ上げますが、一人ではなく、仲間ですすず楽しむ運営に心掛けたい一心で2年間を過ごして参る所存でございます。

皆様方からの忌憚りの無いご意見をお待ちいたしておりますので、何卒ご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

退任のご挨拶

No.452 清水 伸子

令和2年度をもって副会長を退任することにしました。皆様の協力のおかげで務めることができました。



平成7年女性だけの班を作りたいので幹事にと誘われてから25年、会の企画、運営などに携わることで色々な経験が出来ました。長い間ありがとうございました。これからも走ろう会で楽しく走ろうと思っていますので宜しくお願いします。

退任のご挨拶

No. 6 6 6 塩村 年男

この度2期にわたり広島壮年走ろう会の会長職を務めさせて頂きましたが、2020年度を持ちまして退任する事になりました。4年の間、会員皆様のご協力が有り無事務



める事が出来ました事、感謝致します。

また拙い私を支えて頂いた役員の皆様、および幹事会の皆様誠に有難う御座いました、心よりお礼申し上げます。

今後は副会長として少しでも走ろう会のために新会長の支えになれるように微力ながら尽力してまいります、今後共宜しくお願い致します。

@一人は皆の為に皆は一人の為に！

簡単ですが退任の挨拶とさせて頂きます。

【総会はがき意見】（会員No順）

No. 38 柴田 勉 新庄橋例会の時、スタート付近にコンクリートの塊があり足元が危ないように思います。

No. 45 山本加代子 体調不良のため日々ゆっくり生活です。

No. 48 山本 行剛 仕事が忙しくてスポーツは全然していません。

No. 52 中松 政隆 股関節の故障でウォーキングのみ、少しづつ良くなればジョギングから始めます。老いぼれはゆっくりやります。よろしくお願ひします。

No. 61 阿部 浩 走ろう会を辞めさせて頂きます。長い間ありがとうございました。

No. 88 田中 貫 4月～11月はJSAF西内海ヨットレースがあり、走ろう会の全ては参加できませんが可能な限り参加するつもりでした。一身上の都合で走ろう会を退会させて頂いてもらいます。RUNは続けますので河川敷などでお会いする時はご挨拶させていただきます。短い間でしたが、大変お世話になり、本当にありがとうございました。今後ともよろしくお願ひいたします。

No. 94 丸口 坂光 今年はコロナウイルス感染予防のため走る大会やイベントが中止に、また当会の1、2月の例会が中止になるなど予想外の出来事が続いています。会長始め幹事の皆さんは中でも奉仕活動をされ頭が下がります。感謝、感謝です。

No. 101 田邊 良平 会報が2ヶ月に1回となり例会に欠席の小生にとっては情報源として楽しみにしていましたが残念です。4ページでもいいから毎月発行には出来ませんか？現在86歳4ヶ月の年齢ですが、毎月雑誌に約6000字の原稿を書いて届けています。これを書くためには取材で廻ることも必要ですが、エネルギーは40歳のとき走ろう会に入会して鍛えてきたお陰と感じています。現在の自分があるのが走ろう会のお陰です。現在は走ることは叶いませんが極力「走るように歩く」ことに専念しています。今後とも宜しくお願ひいたします。

No. 131 谷野理恵子 コロナ禍で例会が中止となり

自主トレーニングも少なく、動きが重たくなっておりましたが、3月から皆様と会えて頑張っていると思っています。よろしくお願ひします。

No. 138 平吉 一則 いつまでもお世話になりました。お礼申し上げます。お陰で月、木リハビリを続けております。古狸のようですので103歳を廻っております。

No. 159 石原 諒司 例会に、たまには広島の名人（カープの選手、実業団のランナーなど）を招いて一緒に走ってもらったらいかがですか。会が盛り上がると思います。

No. 168 山本扶紗子 狭窄症の痛みが取れず残念ながら退会させて頂きます。お世話になりました。ありがとうございました。皆様お元気で・・・喜びも感激も走ろう会と供に！！50歳代：萩往還マラニック、雨と涙の感激のゴール（最下位）でした。60歳代：福井県のねりんピック「広島ガンバレー」の大声援に喜び。70歳代：ホノルルマラソン、ゴール近くの登り坂で若い人を「ニンジン抜き」（8時間近くかかっていたゴール）

No. 186 渡邊 益治 大腸がん切除手術時、肺に転移しているのが確認され、現在排除中ですが、体力も低下しており快方には至っておりません。残念ですが3月末を以て退会すべく届け出ます。40数年の永きに亘り大変お世話になりました。感謝感謝です。広島壮年走ろう会の今後益々の発展を祈念しております。会員の皆様に宜しくお伝え下さい。誠に有難う御座いました。

No. 200 村井 良樹 小生、高齢となり走ることができなくなり走ろう会を退会いたします。長年に亘りお世話になりありがとうございました。走ろう会の益々のご発展をお祈りいたします。

No. 233 村上 慶子 最近は何のぐさになかなか出席していません。役員の方は頑張っておられるのに申し訳ないと思います。

No. 238 中野 純恵 色々考えましたが、もう活動に参加は無理なので通信会員とさせて頂き下さい。連絡が遅れてすみません。走ろう会のお陰でいろんな経験をさせて頂きました。ありがとうございました。これからも心にかけていきます。

No. 282 山田征士郎 広島壮年走ろう会 50 周年おめでとうございます。色々とお世話をして下さった役員の皆様様に感謝申し上げます。「みずとりの浜公園」例会で皆様笑顔で走っておられる姿に嬉しく楽しく見せていただきました。コロナに負けず頑張りましょう！！

No. 320 倉永萬津枝 会報いつもありがとう。皆様にお会い出来ますのを楽しみにしていましたのに、風邪を引いて調子悪く残念です。お世話様になり感謝しております。

No. 350 村上 英樹 入会したばかりで分からないことがあります皆様大変親切に頂き楽しく走っています。

No. 385 佐藤 久 会費納入手数料の件にて、総会時に支払いが出来ないでしょうか？郵便局までの交通費や振込手続きの経費を考えると年金収入の支出を考えます？

No. 454 富野 洋子 主人の介護のため退会します。沢山の楽しい思い出、ありがとうございました。

No. 461 中尾 義憲 介護中です

No. 466 栗栖 克江 いつもご親切にありがとうございます。山奥から出て皆様と話すのがストレス解消になります。

No. 529 福原 正 コロナ太りでメタボーになり今年から朝、自転車 5～10 ㎞、夕方散歩 & ジョグ 2～6 ㎞目標で体重 72 ㎏→68 ㎏にする予定！

No. 578 原 俊三郎 早朝ジョギングをはじめ今年 10 月で 50 年になります。あっという間の 50 年でした。楽しいことが沢山ありました。走ろう会に入会させて頂きホノルルを始めオーストラリア、中国等々の大会にも参加し良い思い出になりました。最近ジョク & ウォーキングです。今後ともご指導の程よろしくお願ひします。

No. 616 山本 順子 退会させて頂くことになりました。ながらくお世話になりました。

No. 619 西中 文仁 近況ですが、元気でウォーキングをしています。去年はレースが中止となり練習も以前よりも少なくなり体重も増え今はダイエットに専念しています。

No. 624 岩見 孝弘 コロナ禍の中、大会からは遠ざかっていますが再度サブスリーを目標に頑張っています。

No. 645 村上 一男 退会させて頂くことになりました。「広島マラニック倶楽部」「しまなみ海道マラニック」「周防大島マラニック」「大崎上島マラニック」各大会では皆様には大変お世話になりました。

No. 660 山本 忠義 妻の介護に頑張っています。

No. 663 伊藤 英恵 いつもお世話になっております。今年も名古屋ウィメンズにエントリーしてい

ましたがオンラインへ変更！代わりに 3 月 21 日 BBR のフルで PB 更新にチャレンジします！早く皆さんの顔を見に行きたい！！

No. 666 塩村 年男 役員の皆様 4 年間拙い私を支えて戴きありがとうございました。今後は走ろう会継続のために頑張りたいと思います。宜しくお願ひいたします。

No. 719 米田 義廣 一昨年、脳梗塞になり、昨年はコロナ禍でニュージーランドから日本に帰れませんでした。走るの少ししかできなくなりました。

No. 736 黒田 眞幸 今後は現地集合の他にウェビナー参加も検討したら良いと思います。

No. 789 城所 育雄 皆様お元気ですか？私達は昨年宮城県仙台市に引っ越しました。広島の温暖な気候から東北に来ました。寒いですが特別に雪景色が美しいです。どうか皆様またお会いできる時までご活躍ください。

No. 808 大川 由枝 お世話になります。いつも会報制作や発送、月例会などありがとうございます。

No. 833 森野 紀徳 10 年余り色々楽しく各例会に参加、また宮島大会の世話係と過ごした日々が思い出されます。2020 年度で退会いたします。お世話になりました。また各レースでお会いできることを願ひします。ありがとうございました。

No. 841 吉山 透 年末、12 月 20 日に世界的な第 134 回関東 10 マイルと伝統の第 71 回ロードレースの 10 ㎞に久々のレースとして出走。70 歳にしてネットタイム 56 分台にとっても嬉しかったんです。2 年前より 10 分も遅くなりましたが、加齢はやむなし！！宮島クロカンの復活を！

No. 883 大胡 洋 宮島クロカン大会の予算残があればですが、新型コロナ対策で医療機関か広島県等に少しでも寄付をしたらどうでしょうか

No. 890 鳴滝 希美 退会させて頂くことになりました。今までお世話になりありがとうございました。

前田征四郎 長い間会報をお届け下さりありがとうございました。私 80 歳を迎えました。今日までの御配慮に感謝申し上げます。古い走友も少なくなりましたので会報送付を終了をお願いいたします。皆様によろしくお伝え下さい。寄付金はお礼まで！

総会の議題の一部 取下げについて

今回の総会の議題のうち「議題 5. 規約の改正(案)」(総会資料 5)については、もう少し検討を要するため、取下げとしました。



RCC女子駅伝2021にて、 当会2チーム快走

No.9 4丸口 坂光

令和3年3月7日(日)コロナウイルス予防対策の中、観音新町コカコーラ・ウエストスタジアムで開催された。コースは野球場が発着点で、隣接するサブ・グラウンドを一周し、陸上競技場の外周を廻る約2kmのフラットコース。

午前9時30分から中学生の第一組がスタート。私は大会2日前の臨時駐車場の件で「コーチとして参加して」との事で、参加した。1区の喜連安代選手が走るのので「広島壮年走ろう会(きれ)チーム」。もう一つは1区浜本幸子選手が走るのので「らんらんRUN(浜本)チーム」。

当会の一般第2部は午前11時30分、30チームが一斉にスタート。快走の喜連選手から2区室畑選手へのタスキリレーをパチリ。約500m先のサブ・グラウンド前で、カメラマンとして待機。2区室畑選手も余裕の走り。3区福田選手も熱走。4区丸口選手が一人抜く所をパチリ。5区アンカーの清水選手には、カメラマンが野球場の中まで走っていった。後で聞くと「最後でテープを切ったんよ」との事。

最後に=若いランナーの憧れ。あの厳しい箱根駅伝でも、タスキが繋がらない事が何度もありました。それをみんなの力で、最後までタスキが繋がったのは凄い事です。走り切った選手の皆さんの笑顔から元気を頂きました。

感謝感激です。

記録「広島壮年走ろう会(きれ)チーム」

タイム	54分26秒
1区 喜連 安代	9分42秒
2区 室畑 博子	9分35秒
3区 福田喜久子	11分35秒
4区 丸口 孝子	10分58秒
5区 清水 伸子	12分35秒

「らんらんRUN(浜本)チーム」

タイム	45分57秒
1区 浜本 幸子	8分38秒
2区 沼田 郁子	10分03秒
3区 根波 貴子	9分17秒
4区 鳥井原裕子	9分44秒
5区 浜本 美沙	8分15秒



走ろう会スタートは向洋ホテルの女将、まずまずの順位で博子さんつなげ…



RCCひろしま女子駅伝競走大会参加者と応援のみなさん

総額表示を機に 経済活動考える

会社員 児玉 誠司 60
(広島市)

ようやく4月、価格表示が消費税込みの総額表示になる。これで小さく表示された「税別」の文字を見るルーペも不要になり、自分のうっかりから予想外の値段になってレジでがっかりすることも減るだろう。

私だけかと思っていたら、9割もの消費者が総額表示を望んでいたと、17日の本紙社説で知った。消費者は、便乗値上げを許さない眼力で表示切り替えに備えているように思える。

気がかりは、早々に実質値下げを発表した企業だ。仕入れ業者や弱い立場の人々に、値下げ分がしわ寄せされてはいないだろうか。現代では独り勝ちより、分配が大切だ。消費者としてただ安値を歓迎するのではなく、人と地球に優しい経済活動のあり方についても考えていきたい。

週100キロ 人生同様ゆっくり走る

会社員 児玉 誠司
(広島県 60)

した頂点を目指し、あまり背伸びせず、かといつて意に頑張り、かといつて怠ることなく程々に頑張ると自分に言い聞かせている。イヤホンから30年ぶりの日経平均株価の高値関連のニュースが流れる。めまぐるしく動く経済にとつては大事だろうが、私には関係ない。

目先のラップタイムばかりでなく心拍数や発汗量に気配りしつつ、無理はしないうえ、果重視の人、短く急ぐ人、長くゆつくりの人と様々だ。私は自分なりに設定したい。

目配り気配り心掛け交通安全

会社員 児玉 誠司
(広島県 60)

今朝も直進レーンだけが渋滞している。隣の右折専用レーンを快走する車両をうらやんでいると、謀ったかのように割り込みの左ウィンカーが点滅する。なるほど、あおり運転などのトラブルにつながるのもうなずける。

「渋滞学」なるものがあり、車間を詰めて合流や割り込みを拒否する方が逆効果らしい。あと5分早く家を出れば渋滞の列に並ぶことも無く、割り込まれる可能性は下がるのと言いつつ聞かせ、今朝も1台分の車間距離を空け、「入っていいよ」と意思表示が、「合流させてくれてありがとう」のハザードランプが点滅すると心が和む。地元ナンバーにはついつい期待してしまうもの。譲り譲られ、広島道の道が人に優しい場所であって欲しい。

No.734 児玉誠司さんの記事

「朝日新聞」声

2021年4月1日付

2021年4月11日(日)、新庄橋例会にてリジュエル貞本川さん(3歳)、リジュエル貞本六(6歳)さん、景山十造さん(9歳)。ラジオ体操とスタートシーン



【例 会 記 録】

10^{キロ}・20^{キロ}達成基準タイム, 10^{キロ} = 年齢, 5^{キロ} = 年齢 / 2, ☆ = 75歳以上
(新庄橋コース・3月14日)

10^{キロ}の部

817	大賀 精一	47.25	21段
885	佐藤 稔	47.46	13段
626	永田今日子	48.38	1段
810	加藤 隆一	48.46	21段
316	上別府隆男	49.58	11段
788	児房 正和	50.18	19段
694	小田 一智	50.35	5級
871	佐々木 明	51.43	7段
797	リジュル リー	51.47	14級
27	森政 憲子	55.36	6段
644	松本 恒幸	57.21	☆18段
667	長澤 和夫	59.12	3段
227	松尾 弘之	60.26	8段
478	金井 憲明	61.09	13段
775	小林 康郎	61.59	12段
222	植杉 康生	62.09	☆13段
473	橋本 悟	62.10	☆13段
530	鳥越 守	62.55	☆13段
81	喜連 安代	63.39	3段
31	前田 茂	63.41	11級
782	土井 義夫	76.45	☆1段
666	塩村 年男	76.45	9級

(アンカーマン)

697 糸曾 啓雄 81.37 ☆ 7級

5^{キロ}の部

330	中田 憲治	22.19	4段
736	黒田 眞幸	23.18	12段
154	石井 明弘	27.18	☆11段
323	川本 忠司	28.39	7段
589	山城 進	28.10	☆12段
567	浜本 幸子	28.58	7段
118	中村 進	29.27	5級
770	根波 貴子	29.48	1段
88	田中 貫	30.09	2段
687	入君 昭人	30.40	7段
26	森政 克之	30.59	1段
129	山野 一美	32.05	5段
881	小坂 謙司	32.20	2級
116	森下 真	33.22	4段
879	中福 秀治	33.40	1段
553	福田喜久子	34.13	☆4段
95	丸口 孝子	34.26	3段
131	谷野理恵子	35.24	4級
655	村岡 悦子	36.39	1級
654	村岡 靖俊	36.55	☆3段

552	福田 義郎	39.22	☆2級
466	栗栖 克江	42.39	☆4級
776	圓崎 知子	42.43	8級
94	丸口 坂光	43.16	☆5級
734	児玉 誠司	44.10	15級
610	日野 信彦	44.44	☆8級
883	大胡 洋	45.22	13級
40	熊本智恵美	45.24	25級

(アンカーマン)

80	喜連 潤一	48.33	14級
49	上田 一	49.18	15級
796	リジュル 貞本六	81.37	79級

(新庄橋コース・4月11日)

10^{キロ}の部

330	中田 憲治	44.46	9段
810	加藤 隆一	48.19	22段
788	児房 正和	50.29	20段
871	佐々木 明	50.40	9段
817	大賀 精一	53.01	16段
316	上別府隆男	53.02	8段
814	田中 竜太	53.04	8級
694	小田 一智	55.00	9級
118	中村 進	56.13	7級
644	松本 恒幸	56.44	☆20段
227	松尾 弘之	57.05	12段
667	長澤 和夫	57.46	5段
661	原田 康利	59.36	☆16段
40	熊本智恵美	60.07	18級
775	小林 康郎	60.39	13級
222	植杉 康生	65.15	☆11段
81	喜連 安代	67.07	1級
697	糸曾 啓雄	77.17	☆2級
770	根波 貴子	77.17	17級

(アンカーマン)

5^{キロ}の部

27	森政 憲子	26.26	5段
241	山田まゆみ	26.45	2段
859	中川 祥子	26.51	1段
26	森政 克之	27.18	5段
589	山城 進	27.18	☆13級
666	塩村 年男	28.20	7段
883	大胡 洋	30.22	4段
550	木谷美穂子	30.35	2段
530	鳥越 守	31.05	☆7段
879	中福 秀治	32.30	3段
881	小坂 謙司	33.32	3級
311	西川 昭	34.00	☆6段
304	日比野政彦	34.05	1段
170	糸賀 栄司	34.06	2段
553	福田喜久子	35.27	☆3段

540	大内陽一郎	35.36	1級
94	丸口 坂光	35.50	☆4段
95	丸口 孝子	36.01	☆2段
776	圓崎 知子	36.19	1級
655	村岡 悦子	37.17	1級
116	森下 真	38.22	2級
552	福田 義郎	38.44	☆1級
312	西川八重子	38.49	☆1級
155	山内 晴繁	40.23	5級
734	児玉 誠司	40.30	11級
122	上田 一博	43.32	☆4級
610	日野 信彦	48.07	☆11級
588	森川 悟郎	51.30	☆12級
797	リジュル リー	59.46	41級
49	上田 一	66.46	32級
166	景山 十造	66.46	☆22級
80	喜連 潤一	77.05	42級

(アンカーマン)

3^{キロ}の部

349 成安 露子 23.26 ☆

【各地の大会記録】

◎30^{キロ}走

開催日：2020年11月3日(火)

開催地：広島県(竹原市)

目標 名前 記録

2:55 永田今日子 2時間23分51秒

2:55 児房 正和 2時間32分38秒

◎第3回仁賀ダムマラソン大会

開催日：2020年11月23日(月)

開催地：広島県(竹原市)

フルマラソンの部

目標 名前 結果

3:55 永田今日子 3時間27分46秒

3:59 黒田 眞幸 3時間48分38秒

4:30 中田 憲治 4時間01分58秒

4:05 児房 正和 4時間12分03秒

4:10 佐々木 明 4時間23分36秒

ハーフマラソンの部

3:00 日比野政彦 2時間39分12秒

10^{キロ}の部

40'00 宍戸 治夫 42分08秒

51'00 上別府隆男 48分54秒

◎とびしまチャレンジ★フルマラソン

開催日：2020年12月20日(日)

開催地：広島県(大崎下島)

永田今日子 3時間29分44秒

◎第5回エディオンスタジアム広島 10 20 30km

開催日：2021年1月31日(日)

開催地：広島県(広島市)

30*男子高校生以上(66)

50 黒田 眞幸 2.39.44

30*女子高校生以上(9)

5 永田今日子 2.30.05

8 廣田 真希 3.21.02

◎仁賀トライアル【ハーフ】

開催日：2021年2月14日(日)

開催地：広島県(竹原市)

順位 氏名 タイム

49 中田 憲治 1時間39分53秒

65 上別府隆男 1時間51分40秒

◎錦帯橋ロードレース

開催日：2021年3月7日(日)

開催地：山口県(岩国市)

氏名 グロスタム ネットム

5*一般女子

村岡 悦子 0:37:28 0:36:11

20*一般男子

日比野政彦 2:25:08 2:17:32

村岡 靖俊 2:45:10 2:38:07

◎仁賀トライアル【フル】

開催日：2021年3月21日(日)

開催地：広島県(竹原市)

順位 氏名 タイム

39 永田今日子 3時間38分01秒

45 中田 憲治 3時間48分59秒

46 大賀 精一 3時間51分39秒

52 黒田 眞幸 3時間58分23秒

◎仁賀トライアル【フル】

開催日：2021年3月28日(日)

開催地：広島県(竹原市)

順位 氏名 タイム

13 上別府隆男 4時間26分18秒

17 佐々木 明 4時間45分27秒

◎とびしまハーフ

開催日：2021年4月4日(日)

開催地：広島県呉市

順位 氏名 タイム

21 中田 憲治 1時間37分23秒

29 永田今日子 1時間42分06秒

58 日比野政彦 2時間34分17秒

(記録：:Runnet,Homepage)

◎マスターズ記録会

開催日：2021年3月24日(水)

場所：エディオンサブグランド

時間：10:00~12:30

3000名

2 山城 進 15.30

3 高野 兼夫 15.46

4 浜本 幸子 15.50

5 植杉 康生 16.22

開催日：2021年4月7日(水)

場所：エディオンサブグランド

時間：10:00~12:30

3000名

1 小房 正和 14.07

4 浜本 幸子 15.51

2 山城 進 16.00

3 高野 兼夫 16.07

5 植杉 康生 16.14

(記録提供：No.621 高野兼夫)

【中国・四国エリア】および各地大会 pick up!		※時間差で定員に達した大会もあります。					2021/05版			
開催日	大会名	開催地	主要種目					参加料	申込期間	前回評価
			5*	10*	ハーフ	フル	Ultra/Trail			
5月	23日 第9回稲毛花のマラソン	千葉県	○	○	○	○		6000	3/4-5/6	
	29-30 第1回 球磨川リバイバルトレイル	熊本県					160,100	35000	3/12-4/30	
	30日 Nagi Peaks Tough Trail Challenge 2021	岡山県					57,32	14000	3/22-5/7	
6月	5日 第1回ゆのつトレイルランニング2021	島根県	5.6k	11.2k				3500	3/17-5/10	
	モントレイル 戸隠マウンテントレイル	長野県					20,10,3,2	7000	3/21-5/10	
	5-13 すいか・ながいも健康マラソン特別大会2021	TATTA	○	○				2000	3/29-4/30	
	6日 第1回 もみのき森林公園 新緑トレイル	広島県	7.5k	15k	22.5	30k		6000	3/3-6/6	
	12-13 第20回OverNight60kmみちくさウルトラマラソン	神奈川県					60	8000	4/5-5/29	
7月	13日 第1回 中央森林公園 風薫るハーフマラソン	広島県			○			5000	4/5-5/26	
	20日 2021三原・白竜湖トレイルランレース	広島県					22	7500	4/1-5/17	
	4日 中央アルプススカイラインジャパン2021	長野県					38,7,20,1,10,6	10000	4/2-6/20	
	11日 第7回 奥比叡・仰木棚田トレイルラン	滋賀県					28,16	8800	2/20-6/18	
8月	シーサイドリレーマラソン2021 in 呉ポートピアパーク	広島県					4時間耐久リレー	3600	4/9-6/23	
	18日 第1回 やまぐち萩往還マラニック&ウォーク	山口県					100,66	15000	4/10~	
	21日 OSJ MAHIRUSANCHI TRAIL 50K	秋田県					50	11000	2/16-7/16	
9月	28日 第24回立山登山マラニック	富山県					65,27	28000	5/9-6/9	
	5日 第4回 日本最北端わっかない平和マラソン2021	北海道	○	8k		○		10000	4/1-6/30	
	19日 第22回NACトレイルランinニセコ	北海道					30,10,5	6300	4/14-8/22	
10月	19日 第12回安芸太田しわいマラソン2021	広島県					100,88	15000	4/1-7/2	
	3日 松本マラソン2021	長野県				○		12000	4/29-6/27	
	10日 いわて北上マラソン大会	岩手県	○	○		○		6000	4/15-8/20	
	31日 第6回水戸黄門漫遊マラソン	茨城県				○		8000	4/23-6/30	
11月	第8回中能登トレジャートレイルラン	石川県					50,25	12000	4/1-7/31	
	7日 下関海響マラソン2021	山口県				○		16000	4/30-5/14	
	第2回美作・後山ベルピールトレイルラン	岡山県					42,30,15	9000	4/26-10/12	
14日 おかやまマラソン	岡山県				○		14000	4/15-5/17		



新型コロナウイルス感染症予防をした上で例会、行事に参加願います。

〔5月の例会と行事〕

～例会～

◎広域公園コースです

期日 5月9日(第2日曜)
集合 午前9時30分
場所 第二球技場の電光表示盤下スペース(陸上競技場側)
内容 10km、5kmを走ります。希望の方は記録をとります。

その他 駐車場は沢山あります。
・アストラムライン⇒広域公園前駅下車⇒徒歩10分
・バス⇒広島バスセンター・横川駅(花の季台・こころ団地線)Aシティ中央バス停下車⇒徒歩10分
・バス⇒広島バスセンター・横川駅(修道大学方面)修道大学前バス停下車⇒徒歩10分

◎広域公園コースです

期日 5月23日(第4日曜日)
集合 午前9時30分
場所 第二球技場の電光表示盤下スペース(陸上競技場側)
内容 10km、5kmを走ります。希望の方は記録をとります。

その他 駐車場は沢山あります。
・広島バスセンター・横川駅からバス(広島高速4号線経由)で「Aシティ花の季台行き」又は「セントラルシティこころ行き」に乗車、Aシティ中央で下車、徒歩約10分。
・アストラムライン「広域公園行き」に乗車、広域公園前駅で下車、徒歩約10分。

〔5月の当番幹事〕

4班の皆さんです。

中福 秀治
植杉 康生 高野 兼夫
原 隆文 日野 信彦
山田まゆみ

〔6月の例会と行事〕

～例会～

◎みずとりの浜公園コースです

期日 6月13日(第2日曜)
集合 午前9時30分
場所 みずとりの浜公園(佐伯区五日市町)
内容 商工センター草津港方面の広島湾側コース5km、10kmを走ります。希望の方は記録をとります。
その他 駐車場(8時30分～)無料
・五日市駅南口から徒歩約14分。
・広電修大協創中高前駅出口から徒歩約15分。

◎みずとりの浜公園コースです

期日 6月27日(第4日曜日)
集合 午前9時30分
場所 みずとりの浜公園(佐伯区五日市町)
内容 商工センター草津港方面の広島湾側コース5km、10kmを走ります。希望の方は記録をとります。
その他 駐車場(8時30分～)無料
・五日市駅南口から徒歩約14分。
・広電修大協創中高前駅出口から徒歩約15分。

☆会報発送日 6月25日(金)
二葉公民館 午後5時00分
広島市東区総合福祉センター6F

〔6月の当番幹事〕

5班の皆さんです。

田中 竜太
上別府隆雄 柴田 勉
中元 一望 根波 貴子
リジュエル・リー

〔5月生まれの方〕

2日 山下 卓治
3日 沼田 美咲、森政 憲子
4日 児玉真里子
6日 加藤 隆一
9日 圓崎 知子
10日 兼田 則章、桑原 豊
佐藤 進

12日 高下嘉代子、高山 堯
村上 英樹
15日 石橋 輝雄、成安 露子
18日 清水 初男
20日 笠井 勝就、金尾 豊
21日 入君 昭人
23日 木村 泰之
26日 喜連 安代、高杉 耕二
27日 石原 諒司、高野 兼夫
28日 大内陽一郎
30日 仁井内忠之、沼田 郁子
(合計26名)

〔6月生まれの方〕

1日 山野 一美
2日 大原 康伸
7日 白須賀 律、中田 憲治
10日 西亀 博之
13日 飯田 卓司
19日 大胡 洋、斉藤 明広
吉山 透
21日 水戸 靖生
23日 佐々木 明
24日 大舌 郁代
25日 丸口 坂光、水嶋 和雄
27日 楨本 豊
28日 山本 行剛
29日 福留 征二
30日 駒津 美江
(合計18名)

〔昭和歩こう会 参加者募集〕

◎音戸の瀬戸公園

月日 5月1日(土)
集合 JR呉駅 10時
案内 広島駅発9時29分
安芸路ライナー広行
呉着10時2分になります。
連絡先 No.894古谷 定彦
電話 082-922-2826
携帯 090-4145-5707

〔会費納入のお願い〕

2021年度会費の支払いは下記に振込願います。
・郵便振替口座番号
01350-5-3142
・加入者名 広島壮年走ろう会