

美原走ろう会 会報

2023年 第4号

美原走ろう会会長
発行責任者 川田 孝夫
編集責任者 藤本 和典

ついにサブスリー達成
死闘の2:59:55!!

5k	21:16
10k	20:51
15k	20:30
20k	20:51
25k	20:48
30k	21:03
35k	21:39
40k	22:33

やっとサブスリー出来ました!

皆さん、ありがとうございます! 達成まで長くかかりましたがやっと達成できました。神戸マラソンを走るにあたって、正直調子が良くなく、1週間前に15kmペース走を4:15でやりましたが余裕がありませんでした。時計を見ながら必死に!

それが30kmまでペースを継続できて落ち幅も少なく、最後は時計を見ながら必死でしたが気持ちも切れず、なんとかサブスリーを達成できました。



今後はコンスタントに2時間台

今後はコンスタントに2時間台で走れるように頑張りたいと思います。皆さん、応援宜しくお願いします。松野正幸

美原体育協会理事長杯
来賓を迎えて会長挨拶

山田真由美 堺市美原区長も列席
第19回NPO法人美原体育協会理事長杯の開会式が9/3(日)に堺市美原体育館で開催されました。来賓には美原区山田区長をはじめ、堺市市議会の西田ひろのぶ議員他2名の来賓が列席されました。理事長の八田顧問は主催者の開会挨拶をされました。**14団体の行進と選手宣誓**



美原区陸上競技協会をはじめ14団体の選手達が団体旗を掲げて更新し選手宣誓を行いました。



陸協の一員として美原走ろう会

JRC美原、美原走ろう会も美原区陸上競技協会の一員として参加しました。今回は諸事情で出席者が少なかったのが残念です。**ラインダンスの模範演技を披露**



連続TVドラマ「ブギウギ」でお馴染みのラインダンスがエキシビジョンで披露されました。

Official Report

9/3 第19回理事長杯開会式



美原体育協会理事長杯の開会式が美原体育館で開催されました。美原区陸上競技協会をはじめ14団体が大会ホールに結集し400名の出席者と200名の参観者となりました。

10/9 堺市民オリンピック

第49回堺市民オリンピックは短距離だけに縮小され開催されました。

10/15 MGCでパリ代表決定



パリ五輪の代表選考レース兼日本選手権として東京で開催され、男女4名の代表が決まりました。東京五輪の選考会以来2回目の開催となります。

11/5 第55回全日本大学駅伝



伊勢路で開催される全日本大学駅伝は駒澤大学が連覇。上位15位までが関東勢でした。

11/19 神戸マラソン2023



2万人の参加でコロナ禍前の大会に戻り賑わった神戸マラソン。松野さんがサブスリーの快挙!

11/26 クイーンズ駅伝

積水化学が圧巻の優勝。資生堂は有力視されながら連覇ならず。2位は日本郵政グループでした。

Topics

日本のマラソン界はこれでいいのか!!
マラソンなのか駅伝なのか

さすが大迫、川内両ベテラン

10/15男女同時開催されたパリ五輪選考会となるマラソン・グランド・チャンピオンシップ(MGC)で、男子は小山選手(Honda)、赤崎選手(九電工)、女子は鈴木選手(第一生命)、一山選手(資生堂)の4名が内定しました。その結果よりもレース展開で印象に残ったのはレース前半を引っ張った川内選手と前回同様粘りで3位と食い下がった大迫選手でした。



MGC組がブレーキとなった?

積水化学堂々優勝のクイーンズ駅伝

力発揮できず、鈴木、一山両選手

MGCから40日後に宮城県仙台で開催された全日本実業団対応女子駅伝は、連覇を狙う資生堂が優位に展開するも、エース区間3区で一山選手が区間20位と大きく後退、総合4位。同じく3区の鈴木選手も区間8位と伸び悩み、第一生命は6位に終わりました。

MGC辞退の佐藤、新谷が快走

一方優勝した積水化学といえど最長距離10.6kmの3区を佐藤選手、10kmの5区を新谷選手というMGCを辞退した二人に任せ圧倒的強さで優勝しました。

マラソンと駅伝は違うスポーツ

駅伝は日本国内の競技でマラソンは世界的な競技です。しかし駅伝には日本独特の美学があります。駅伝は小学校、中学校、高校、大学と繋がっていきます。マラソンは骨肉を酷使するため成長期の少年時代にはすべきではないと言われています。

駅伝はU-24、マラソンは25~

日本のマラソン界の未来のために駅伝出場枠を24歳以下にすることは如何でしょうか。マラソンを目指す選手は駅伝のスピードを活かして戦う力を養えば。

第19回美原区民まつり
理事長杯と共に19年

11/5に美原区役所前広場で区民まつりが開催されました。



美原走ろう会でも模擬店等お手伝いできるといいですね。

Schedule 12・1・2・3~

- 12/10 第9回美原マラソン大会
- 1/2 新春ジョギング&菅生神社初詣
- 1/21 第78回堺市民駅伝競走大会
- 2/25 大阪マラソン2024
- 泉州国際マラソン(オンライン)
- 3/中旬 ※皆で自然を楽しむ企画
- 4/1 陸連登録
- 4/中旬 新年度定時総会

Information

◆祝勝会・お祝いのご案内

美原走ろう会でサブスリーランナーの登場は、ここ数十年で伊藤さんと村上さんの2名しかありませんでした。11月の神戸マラソンで久々に松野さんが達成してくれ、非常に名誉なことです。12/10には細やかですが祝勝会を予定しています。祝勝会に参加できない会員の皆様も一緒に松野さんの健闘を祝って頂けると有難いです。

松野さんの素顔に迫る
記録達成を支える
“食”



自分のご褒美に1人焼肉!

食通で知られる松野さん。神戸マラソンで念願のサブスリーを達成した日、“祝杯”ではなく大盛ご飯の1人焼肉でした。

マラソン前ルーティンはお好み

一般的にはマラソン前はカーボローディングで Pasta が定番ですが松野さんはチーズ玉のお好み焼き! 結果論ですがそれも達成要因の一つだったかもしれません。

もっと走り込んでスタミナ強化

僕のフルマラソンは前半で貯金を作って落ち幅を少なくして記録を目指す方法で、常にしんどいプランです。もっと距離を踏んで走り切れる足を創り、今後タイム更新を目指していかなければと振り返っています(談)

なんと松野さんの11月月間走行距離はフルマラソンを含んでも129km! これでサブスリー達成とは非凡な能力の持ち主かもしれません。

苦節十数年、雲の上の景色へ

当初はサブスリーは雲の上の話と思っていた松野さん。これからはまた違った景色が見えてくることでしょう。