



広島マスターズ陸上会報

第28号

2021年1月1日 新年号 発行

編集&発行所 広島マスターズ陸上競技連盟
会 長 宮本 武利
編 集 吉岡 光弘
URL <http://34hmr.com>

事務局 〒732-0067
広島市東区牛田旭2丁目20-1-303 澤田方
TEL/FAX (082) 211-5378
Email: ta2688ka@gmail.com

新年明けましておめでとうございます。昨年は年始めより、新型コロナウイルスの感染が広まり、ほぼ一年中コロナに関するニュースを聞かない日はありませんでした。今年はコロナ禍が一日も早く終息し、元の日常を取り戻せることを切に願っています。

広島マスターズ陸上競技連盟

会長 宮本 武利 (広島市)

会員の皆さまにおかれましてはお健やかに新年をお迎えのことと思います。

平素は温かいご支援、ご協力を賜り感謝申し上げます。



昨年は新型コロナ感染症拡大により、スポーツ大会など多くのイベントが中止になったり、延期されたりしました。会員の皆様が楽しみにしておられた広島マスターズ陸上選手権など、各大会の中止も余儀なくされました。

そんな中、コロナ感染症対策を実施して、9月13日に記録会を開催することができたことは、皆様のご協力によるものと心よりお礼申し上げます。

今年度から日本陸連登録料が徴収されることとなり、会員の皆様にはご負担をかけることとなります。このため、当連盟としては大会の充実を図るなど会員の皆様に喜んでもらえるよう努めたいと思っております。

第40回中国マスターズ陸上選手権大会を10月に三次市陸上競技場で開催を予定しております。多くの選手の皆さんの参加を期待しております。

これからもホームページによる情報発信や各地区練習会、各大会の充実を推進して、「明るく、楽しく、マナー良く」をモットーに、会員の皆さまに喜んで頂ける広島マスターズを目指します。

今後ともご支援ご協力の程、宜しく願い申し上げます。



一柿先生の死を悼む

会員 No. 0079 石原 諒司 (安芸郡)

訃報を知り、大変驚いている。

先生は長年、広島マスターズ陸上の理事長、事務局を務められ、会の発展に寄与されたいわばマスターズ陸上の創始者のひとりです。

私も1982年(昭和57年)に入会させていただき、県、中国、全日本マスターズ陸上はもとより、駅伝、ねりんピック、そして全日本スポレク祭など幅広く参加し、お世話をしていただきました。現地の人と写真撮影をしたり、お土産をいただいたり、楽しい思い出がいっぱいあります。先生は酒好きで、遠征先のホテルでメンバーとともに夜を明かしたこともありました。もちろん広島マスターズ陸上への愛着もひとしおでした。ある会の開会式では、織田幹夫先生から「広島をよろしく頼む」と激励の言葉を受けたと参加者の前でポロポロと涙を流しながら挨拶をされたのです。苦労も多く、資金不足の中まだパソコンが普及していない当時、手書きで案内文を書いたり、奥さんとともに夜中までプログラムを作成されたり、いわばマスターズ陸上に生涯をかけておられたように思えます。

しかし、そんな先生も運命の無情さに逆らえず、晩年は奥様に先立たれ、介護施設で不遇な生活を送られたのです。先生の胸中を思うと気の毒でなりません。

私たち会員は現在広島マスターズ陸上が存続しているのは、一柿先生の大きな尽力があつてのことであることを忘れてはならないと思います。

「謹んでご冥福をお祈りいたします。」

長期在籍者表彰

児玉さん、松田さんは在籍 20 年、河田さん、仁平さんは在籍 30 年表彰を受賞されます。誠にありがとうございます。今後も益々のご活躍を祈念いたします。

今、思うこと

会員 No. 0455 児玉 真里子(福山市)

私が広島マスターズの一員として登録をさせていただいてから、今年度が 20 年目になるということで、事務局の方から原稿の依頼がありました。日頃何も協力できていない私でしたので、いろんな思いを綴ってみようかなと思い、引き受けました。

今年は新型コロナウイルスの感染拡大によって、多くの日常生活が制限される中、マスターズ陸上の大会も軒並み中止となり、残念に思っ過ぎておされた方が多いと思います。もちろん私もその一人ですが、そんな状況の中で、9月に広島マスターズ記録会を開催して頂いたことに改めて感謝の気持ちをお伝えしたいと思います。本当にありがとうございました。

さて、今回原稿を書くにあたって、10年前に書いた原稿を読み返してみました。そこには「できるだけ長くアスリートでありたい」とありました。その時から10年経過した今、記録はすっかり落ちてしまいましたが、おかげで競技者として続けられています。当時も慢性のアキレス腱周囲炎に悩まされていましたが、今も大事に持ったままです。私と同じでなかなかしぶといアキレス腱で、切れることなく頑張ってくれています。常に“痛い！”のですが、最近とても信頼できる鍼灸の先生に出会ったことで、少し楽に走れるようになっていきます。今年はコロナ禍で大会出場の機会もなく、あまり焦ることなく治療できたのかもしれない。

2つめには、「周囲の人に対して感謝の気持ちを持つ」と書いていました。マスターズ陸上の世界に入って、これまで多くの人と出会い、楽しく充実した気持ちを持ち続けてこられたのは、周囲の人に恵まれたからだと思う気持ちに変わりはありません。私事なのですが、今年10月に母が上腕骨を骨折し、手術し今も入院しています。当然のことながら、面会には一切行けず、1ヶ月以上顔も見えてませんが、リハビリを頑張っているようです。そんな母とのできごとです。昨年群馬で開催された全日

本マスターズ大会の時のことですが、直前にアキレス腱周囲炎を悪化させてしまい、歩行も困難な状況になりました。出場をあきらめ、ホテルの予約もキャンセルし、すでにホテルに送っていた荷物も送り返してもらい、行かない決断をしていた時に、鍼灸の先生を紹介してもらい、大会に出たい旨を伝えると、深夜にも関わらず親身になって治療してくださいました。それでも群馬まではやっぱり遠いし、“どうしようか…”とぐずぐずと悩んでいる私に、母が“行けばいいが。悩むのだったら行った方がいい。行って走れなかったらしょうがない。”と背中を押してくれました。私はこれまでたくさんの人に支えられてきましたが、近くにいる母が一番の理解者であり、応援者であったと改めて気づきました。結局走ることはできませんでしたが、行って良かったと今でも思っています。

最後にこれからの夢を書いてみます。何年後に退職するかはわかりませんが、仕事から離れたら、計画的に真面目に練習したいと思います。10年後にまた原稿の依頼が来たら、10年間の思いをまた綴りたいですね。これからもマスターズ陸上とともに、しっかり人生を歩んでいきたいと思っています。みなさん、これからもよろしくお祈りします。

~~~~~ 在籍 20年

会員 No. 0469 松田 敏之(世羅郡)

マスターズ陸上に入会して早いもので、20年の歳月が経過しました。まずは、ほとんどの故障もなく継続出来ている事に家族や周囲に感謝をしています。また、多くの人に出会えた事も大きな励みになりました。

陸上競技を本格的に始めたのが中学3年生で、跳躍を中心に、三段跳を専門種目として今日に至ります。マスターズ陸上に初参加したのが、2000年 第18回広島マスターズ陸上選手権大会(びんご)でした。約20年間のブランクがあり、まともに出来るのだろうか非常に不安な気持ちでいっぱいでしたが、競技場に入って目に飛び込んで来たのが自分の親世代 それ以上の人達が普通に競技されている事に驚きの連続で、その光景からなにか力をもらった気持ちになりました。

これまで多くの大会に参加しましたが、2017年 第38回全日本マスターズ陸上選手権大会(和歌山 紀三井寺)

最終日が台風の為中止になり残念な気持ちでしたが、会場を後にする時運営スタッフの方からナンバープレートを見て、

「遠方より有り難うございました。またの機会に」と、声をかけて頂き、次に繋がる一言になりました。

今年はコロナの影響で多くの大会が中止になり、今現在も拡大状況にあります。しかし記録会の実績もあり、来年広島マスターズ大会が開催出来る事を祈りつつ運営に係わり、協力して盛り上げたいものです。



第33回全日本マスターズ陸上選手権大会（岡山）にて

~~~~~  
**マスターズ陸上の楽しみ**

**会員 No. 0115 河田 慎司（広島市）**

記録を目指して練習し、大会に出場することも楽しみの一つですが、他にもっと楽しいことがあります。それは人との交わりです。本格的に大会へ出場するようになった15年前は、全国大会に行っても人と話すことはあまりありませんでした。回を重ねるごとに少しずつ話せるようになり、それが楽しみになりました。練習の内容や記録のこと、最近の調子はどうとか、世間話をすることも多くなりました。全国各地から集まったいろんな方や大学時代の先輩と出会うことも楽しいものです。

そして、何よりの楽しみは夫婦二人での旅行です。全国大会や県外の大会に行くたびにその地を観光して帰ること、おいしいものを食べ、名物を買って帰り、旅行を振り返りながらいただくのも楽しいものです。昨年の全国大会は群馬県前橋市でした。大会終了後、日光から草津温泉を巡りました。東照宮の美しさに感嘆し、華厳の滝を見てその壮大さに歓声を上げました。草津温泉では「草津よいとこ一度はおいで…」の湯を堪能しました。その旅行の中で特に心に残っているのは、前橋から日光へ行く途中に立ち寄った星野富弘美術館です。星野富弘

さんの言葉や、生き方からこれからも頑張る力をもらいました。

今年は新型コロナウイルス感染症のため県内外の大会が中止となり、どこにも行けませんでしたが、庄原での記録会を開催していただいたことは本当に嬉しいことでした。来年はいろいろな大会が開催されることを楽しみに、今日も2人で練習しています。

~~~~~  
大会の苦い思い出

会員 No. 0141 仁平 勝雄（福山市）

沖縄でアジアマスターズ大会が行われました。その年の中国大会の成績もよかったので欲張り、短距離3種目を申し込みました。しかし、参考となる記録も知らず不安でした。また、練習する相手もおらず熱の入らないものでした。それでも大会が近づくにつれて意識も気分も徐々に高まり、練習にも自然と熱が入るようになり、自分なりにベストな状態で臨むことができました。大会当日は台風に見舞われ、暴風雨でレースが中断することもありました。飛行機が欠便となり、4～5日先まで空席が出ないようなニュースが入り、長く休むことができないことからキャンセル待ちの手配で右往左往させられ、競技に集中できない大会となってしまいました。外国の選手とコミュニケーションをとってみたいと思っていましたが、帰りの便の手配やスタートラインに並んでも風雨をしのぐのに精一杯で、選手の顔の記憶ができないまま競技途中で帰ることになった残念な大会でした。

継続は力なりという言葉があるように毎日継続して行うことが健康維持及び増進であったり、成績向上につながったりするのではないかと信じています。私は今後も年齢に応じた記録に挑戦していくつもりです。そのために運動・栄養・休養のサイクルを大切にし、必要な闘争心や自信、競技に集中する力を身につけ、発揮できるように頑張っていきたいと思います。



日本マスターズ記録挑戦

会員 No. 1195 御厨 雄大 (安芸郡)

皆様こんにちは。昨シーズンから広島マスターズに入会している御厨と申します。

入会のきっかけは、年代別に記録が分かれているので年齢を重ねる上で走ることにモチベーション維持に繋がると思ったからです。年齢、性別に関わらず己への挑戦を続けるランナーと切磋琢磨し、自分も成長できる機会が増えていると感じます。

私事ですが、2020年2月の大島ロードレース10kmでマスターズM30日本記録を更新できました。昨秋1マイルのマスターズ日本記録を更新しましたが、1マイルが日本マスターズの対象外になっており、10kmは日本記録への再挑戦でした。無事記録更新し、正式に認定されて安心しました。

普段は朝夕に府中町の空城山公園やその周辺を走り、毎週水曜日は安芸郡陸協の練習会が空城山の土グラウンドで行われ、中学生や社会人ランナーと練習しています。中学生の日々の成長を感じながら、一緒にインターバルやペース走を行っています。

最近ではコロナ禍の中多くのレース、大会が中止になり練習に対するモチベーションの維持も大変ですが、いい休養になりリフレッシュできた方や、練習量が落ち調子も下がり気味の方もいらっしゃると思います。私は後者で、調子を落としていましたが、最近では少しずつ練習量も以前通りに戻ってきており、再度頑張っていこうと練習に励んでいます。また皆様とマスターズの試合等でお会いできることを楽しみにしています。

編注；2月2日 第36回サザン・セト大島ロードレース大会10km

M30 御厨雄大(みくりや ゆうだい) 32分27秒
素晴らしい記録おめでとございます。

2020 オリンピック Year

会員 No. 0611 長崎 ひなこ (広島市)

子どもの頃、学校の視聴覚室のテレビでクラスのみなどと一緒に応援したTOKYOオリンピックがまたやってくる。新国立競技場の完成直後、五輪のモニュメントの前で孫たちと一緒に記念写真を撮ったし、聖火ランナーの応募もしてみた。自分の中でも徐々に盛り上がりを感じ

ていた。

そんなさなかに新型コロナが蔓延してしまった。その影響は余りにも大きく、マスターズ陸上もことごとく大会が中止されることになってしまった。

こんな状況の中、広島マスターズは記録会を9月13日に実施した。感染対策を十分にした大会運営は目を見張るものがあり、感動すらあった。(うれしいことに自分の記録は平凡なものではあったが、今期唯一のものとなった。)

本当に予測もしなかった2020オリンピックYearになってしまったが、延期となった来年の開催に向けて動いている。マスターズ陸上は？期待をもって来期を迎えたい。

人生100年、マスターズ陸上と共に…

会員 No. 0980 細田 ヤエ子(広島市)

来年は還暦だという頃、私はこのままで良いのか？と思いはじめ、若かった頃子供達と近隣の土師ダム、聖湖、もみの木マラソン大会に参加したことを思い出し、また走ってみようかと…60才で広島平和マラソン10kmに初挑戦。それからは毎年参加、少しでもタイムを縮めようと毎日走り始めました。2016年宮本会長の奥様に勧められて、マスターズ陸上に入会しました。お陰様で、ねんりんピックにも秋田、和歌山に出させて頂き、6位、5位と入賞できました。全国レベルの高さに驚き、しっかり刺激をもらい、他県のお友達も出来ました。

これから先どんなことがあるか？いつまで走れるかわからないけれど、いつまでも元気で前向きに楽しく有意義な日々を送りたい。早くコロナ禍が収束し、色んな大会が開催され、私も参加できることを願っています。

孫を迎えに保育園に行くと、外で遊んでいた孫が私を見つけて全速力でかけて来て私に飛びつく。私も毎度のことで両手を広げて足腰にぐっと力を入れて受け止め、暫く抱っこする。公園に行くと

「おばあちゃんが鬼で～」

と、逃げるので本気で追いかける。外で遊んでいる子供達と元気で走れる幸せに感謝しています。先日ジョギングをしていたらすれ違いに

「細田さん？」

こっくりすると、

「おめでとうございます,今日の新聞に載っていたね…」
コロナ禍ですべての大会が中止の中,唯一開催された庄原上野公園・マスターズ記録会の結果だ。まだ見ていなかったけど,嬉しいやら恥ずかしいやら…。人生100年といわれる昨今,頭も体も動かしていつまでも元気で走り続けたいと思っています,皆さんと共に。これからもご指導のほど,よろしくお願ひします。

編注; 細田さんは W70 (3000m) 16 分 51 秒, 新種目 FW(2000m) 14 分 56 秒で優勝。…特に FW の記録は当分県記録として輝き続けるでしょう。

~~~~~

9月13日コロナ禍の中で,広島マスターズ陸上主催の記録会が庄原市上野総合公園陸上競技場で開催されました。

## コロナ禍での記録会を終えて

会員 No. 0818 黒木 潤 (三原市)

今秋の記録会には感慨深いものがあります。

振り返ると,三つの山場を思い出します。

一つは,県選の参加料の返金をしながら,会員への心苦しさが日増しに募ったこと。

二つ目は,高体連県大会の研修に臨み,感染防止策の運営を直に見ることができたこと。

そして三つ目は,7月の理事会で,理事の皆さんから数々の建設的なご意見をいただき,記録会を「実施する」から「実施できる」と心強く思ったことです。

手探りで準備も整い,当日を迎えました。

体調記録用紙も,皆さんのご理解をいただいて全員が提出され,上々の滑り出しです。

補助員不在の中,競技の合間に会員が用器具の準備や片づけに,審判員と一緒に動き回る姿は,胸が熱くなるとともに,新しい競技風景を見る思いでした。

競技中の皆さんの生き生きとした表情,喜色満面の笑顔には,嬉しさで胸一杯でした。

多くの方々の支えがあつてこそこの記録会でした。とりわけ会員の連帯感の強さには感じ入りました。ありがとうございます。

また,競技会でお会いしましょう。

**編注**; 実行委員長を務められた黒木さんには,大変な心労やその他のご苦勞があつたことと推察します。お世話になりました。

## 参加選手&役員の皆さんに感謝

受付係より

今年度初めてのマスターズ陸上大会(記録会)はハラハラドキドキ,日本陸連のガイダンスに沿って「実行委員会を立上げ」慎重に準備を重ねてきました。

果たしてこれで十分だろうか?選手役員の皆さんが遵守してくれるだろうか?直近になって仲間の家族等に感染者が出ないだろうか?若し,クラスターに発展したら…対応できるだろうか?準備対策はこれで十分だろうか?

心配と不安が募る中,いざ蓋を開けてみると…選手・役員の皆さんが完璧なまでに事前に送付された「ガイダンス」を守って1週間の健康管理チェック表を提出,見事なまでの体調管理でした。

黒木実行委員長のきめ細かいコロナ対策の指標に,「表示版」「消毒液」「作業手順」等々を各所に設置しました。その効果もあつて,競技場外で受付を担当した12名のメンバーは,時間と共に心配が安堵へと変わっていきました。審判を担当して下さった庄原陸協の皆さんと広島マスターズ陸上のとの関係プレーの賜物と思います。今大会は中国5県の皆さんにも参加枠を拡げ,一体感を示す事も出来ました。ウイズコロナの中,この大会運営が次年度に活かされる事と思います。関係されたあらゆる皆さんにお礼申し上げます。

~~~~~

新種目「フリーウオーク 2000m」参加へのお誘い

会員 No. 0425 前田 征四郎 (竹原市)

9月の記録会から「フリーウオーク」の名称でスタートしました。

これは高齢者に難しいとされる競歩から・・・1歩進めた歩型を問わないウォーキング種目として広島マスターズ陸上が新たに考案し,誰でも気軽に参加できるように設けた新種目です。(競技規則は,いずれかの足が接地している事のみ)

生涯陸上競技者としても,リハビリ中の方,そしてランニングはちょっと今は無理?な会員の皆さんに最適です。マスターズ創設種目の60m,立五段跳は,今では主要種目となりました。

これらに続いて…新種目として定着させ,多くの方に親しんで頂こうと思います。県記録として認められます

ので、会員の皆さんの積極的な参加をお待ちしています。

~~~~~

## 新種目 2000mフリーウォークに参加して

会員 No. 1095 水川 映一 (福山市)

皆さん 今日。私は3年前から広島県マスターズ陸上に選手登録して、陸上競技未経験者でもあり60m走を主に出場してきました。

9月13日に庄原で広島マスターズ陸上記録会があり、新型コロナウイルス感染防止策をとって行われ、一役員として参加選手受付をした後、新種目の2000mフリーウォーク60歳以上～(早歩き)と60m走に出ました。

2000mフリーウォークはルールがロスオブコンタクト(片足どちらかが常に接地していること)のみで、自分でも失格はないだろうという気楽な気持ちでした。スタートして200m、4番目位につけていたが、思い切ってペースを上げ、トップに立ったが500m位でほぼ一杯になり、後1周400m、後200mという感じで気力、体力を振り絞り全体の1位でゴール。

2年前から、60m走の練習の息抜きのつもりで、自宅近くの高屋川河川敷を約4km警備の仕事以外の週4日位午前8時30分頃から早歩きしています。(朝、日光を浴びるとメラトニンというホルモンが出て、骨粗しょう症予防と夜間睡眠時の熟睡に良いとのことです。)

参加してみて楽しめたし、普段の早歩きが川縁の四季折々の風景を見ながらとても楽しいです。

余談ですが、高平慎士さん(引退したが、200m走が専門で、世界選手権陸上男子4×100mリレーでアジア新記録のメンバー)が、月刊陸上競技で高校生向けに200m走の練習方法中スプリントドリルとして、自らたまに競歩を行う、それには腕振りと骨盤の動きに注意を払う必要があるのだ、早く走るためのヒントが隠されていると言っています。自分は、中、長距離走にもたまに気分転換のつもりで早歩き(1km位から始め3km位をほぼ全力で行う)すれば、腕振りと足の動きも意識して結構心肺にくるし、面白いかもしれないと思っています。

では、長々と書きましたが広島県マスターズ陸上を愛する人が一人でも増えることを願い、自分も病氣、けがに気をつけ、少しでも長く参加し続けたいです。



高屋川河川敷にて

~~~~~

2020年記録会に参加して

会員 No. 0140 山田 悦子 (三原市)

希望に満ちた新しい年が明けました。

今年こそは新型コロナウイルスを撲滅し、オリンピック、パラリンピックが再開されることを祈っています。そして、マスターズの試合のすべてが行われることも願っています。

私は、去年はコロナのために大会が行われるかどうか不安の中、夏の猛暑だったり、長雨だったり、満足な練習ができませんでした。そんな中タイミング良く古希を迎え、庄原の記録会(9月13日)に「走って」「投げて」「跳んで」挑戦しました。

家族の見守りをしながら畑で投擲の練習、仕事の移動時に公園で走り、スタンディングだけの跳躍の練習でした。(怪我をしてはいけません!)との思いで、60m走ではスパイクがはけませんでした。投擲、跳躍では試技数を最低限にして試合に臨みました。気持ち的には消化不良でしたが、明日への生活を考えれば満足な一日でした。

そして忘れてはいけないのは、大会を支えてくださる役員の方々の努力があったからこそでした。(今回はコロナ対策で大変な思いで運営されたことでしょうか)感謝しています。

マスターズの試合は、5歳ごとの年齢の刻みの大会です。目標を持って挑戦できることが最高の魅力です。

これからも日々の生活の中で、トレーニングを行い、いろいろなスポーツ(ゴルフ、バレーボール、登山、...)を楽しみながら陸上競技生活を長く続けたいと思っています。



広島マスターズ陸上競技連盟 2020 年度記録会成績一覧

(9月13日 庄原市上野総合公園陸上競技場)

男子 (広島県1位のみ)

60m	M24-	34	1241	脇坂 健太	庄原市	1'8"88	0.3	
60m	M30	34	1153	松浦 崇史	広島市	1'7"42	0.3	
60m	M35	34	855	吉田 龍介	廿日市市	1'7"64	0.3	
60m	M45	34	659	佐藤 宏幸	広島市	1'7"98	2.1	
60m	M50	34	484	小川 博正	安芸郡	1'7"75	0.5	
60m	M55	34	568	亀岡 洋海	広島市	1'8"14	1.4	
60m	M65	34	880	吉澤 文範	福山市	1'8"95	-0.3	
60m	M70	34	115	河田 慎司	広島市	1'8"41	0.2	県記録
60m	M75	34	774	兼本 博之	福山市	1'9"85	0.5	
60m	M80	34	427	大小田 靖男	東広島市	1'10"05	0.5	県記録
100m	M25	34	1238	上村 大地	広島市	1'13"59	2.3	
100m	M30	34	1153	松浦 崇史	広島市	1'11"61	2.3	
100m	M35	34	975	牧園 広幸	広島市	1'11"81	0.7	
100m	M45	34	1079	藤井 和彦	広島市	1'12"63	1.1	
100m	M50	34	484	小川 博正	安芸郡	1'12"44	1.4	
100m	M55	34	568	亀岡 洋海	広島市	1'13"10	1.1	
100m	M60	34	846	澤田 孝弘	広島市	1'13"18	1.4	
100m	M65	34	1178	本多 逸雄	廿日市市	1'13"56	1.4	
100m	M70	34	115	河田 慎司	広島市	1'13"58	3	
100m	M75	34	774	兼本 博之	福山市	1'15"61	3	
200m	M30	34	1153	松浦 崇史	広島市	1'23"52	0.6	
200m	M45	34	1079	藤井 和彦	広島市	1'25"27	2	
200m	M55	34	662	高木 年晃	福山市	1'27"64	2.7	
200m	M60	34	846	澤田 孝弘	広島市	1'27"72	2.7	
200m	M65	34	1178	本多 逸雄	廿日市市	1'28"06	1.7	
200m	M70	34	1211	松浦 辰行	広島市	1'34"66	1.7	
200m	M75	34	1037	友永 輝明	庄原市	1'34"36	1.7	
400m	M45	34	1221	福島 州一郎	安芸郡	1'10"7"25		
400m	M60	34	600	木村 英徳	東広島市	1'10"6"33		
400m	M65	34	497	高橋 利明	安芸郡	1'11"1"35		
800m	M24-	34	1241	脇坂 健太	庄原市	1'24"6"20		
800m	M25	34	1236	山口 博史	呉市	1'20"6"78		県記録
800m	M50	34	1165	西岡 宏文	広島市	1'22"2"08		
800m	M60	34	1115	岩見 健次	広島市	1'31"8"85		
800m	M65	34	128	田村 正憲	安芸郡	1'24"2"27		
1500m	M25	34	1236	山口 博史	呉市	1'44"5"56		
1500m	M30	34	1230	澤田 幸治	三原市	1'41"8"22		県記録
1500m	M40	34	1145	奥原 康裕	東広島市	1'42"8"30		
1500m	M45	34	1088	山下 賢治	広島市	1'44"6"51		
1500m	M50	34	1165	西岡 宏文	広島市	1'52"2"85		
1500m	M60	34	600	木村 英徳	東広島市	1'51"2"02		
1500m	M65	34	128	田村 正憲	安芸郡	1'51"6"47		
3000m	M30	34	1230	澤田 幸治	三原市	1'9"05"13		中国記録 県記録
3000m	M40	34	1145	奥原 康裕	東広島市	1'9"33"08		県記録
3000m	M45	34	1120	村瀬 太章	福山市	1'10"17"46		
3000m	M50	34	1237	佐竹 智志	廿日市市	1'12"51"73		
3000m	M60	34	724	塚本 昭彦	福山市	1'11"06"84		
3000m	M65	34	128	田村 正憲	安芸郡	1'11"08"95		
3000m	M75	34	492	木原 三郎	三原市	1'14"01"73		
FW2000m	M65	34	1095	水川 映一	福山市	1'13"24"95		
FW2000m	M75	34	88	高野 兼夫	広島市	1'14"44"48		
FW2000m	M80	34	62	世羅 繁治	呉市	1'16"44"83		
80mH	M70	34	115	河田 慎司	広島市	1'14"27	2.1	
400mH	M55	34	870	西谷 吉弘	福山市	1'10"8"58		
300mH	M60	34	1115	岩見 健次	広島市	1'10"4"60		
300mH	M65	34	497	高橋 利明	安芸郡	1'10"1"07		

2021 年予定

第 38 回中国マスターズ駅伝大会

期日: 3月14日(日) 開催予定

庄原市備北丘陵公園

第 39 回広島マスターズ陸上選手権大会

期日: 6月13日(日) 開催予定

尾道市びんご運動公園陸上競技場

2021 年広島マスターズ陸上記録会

期日: 9月12日(日) 開催予定

庄原市上野総合公園陸上競技場

第 40 回記念中国マスターズ陸上選手権大会

期日: 10月23(土)~24日(日) 開催予定

広島県みよし運動公園陸上競技場

第 38 回中国マスターズ駅伝大会

2021 年 3 月 14 日(日)ご協力をお願いします。

駅伝大会(庄原・備北丘陵公園)が一昨年に引き続き開催されます。「会員の皆さんの大会」を目指したいと思います。そこでお願いですが、競技に参加されないマスターズ会員の皆さんにも全面的なご協力をお願いしたいと思います。

「皆で支えあう・私達の大会」として協力頂ける方は、

090-4578-4288 ・ 0824-88-2284 大会実行委員会

滝口 和博 迄連絡をお願いします。

2021 年広島マスターズ陸上競技連盟総会開催

日時: 2021 年 2 月 14 日(日)13:30~

場所: ホテルチューリッヒ東方 2001

(広島市東区光町 2-7-31)

※例年行われていました総会後の懇親会は、中止します。



走高跳	M25	34	1225	中前 俊太	広島市	1	1m50		
走高跳	M35	34	809	五百旗頭 保伸	福山市	1	1m55		
走高跳	M40	34	867	佐々木 綱	広島市	1	1m60		
走高跳	M45	34	659	佐藤 宏幸	広島市	1	1m50		
走高跳	M65	34	770	山崎 義美	広島市	1	1m40		
走高跳	M75	34	78	見藤 宣晃	世羅郡	1	1m10		
走幅跳	M25	34	1225	中前 俊太	広島市	1	6m08	1.6	
走幅跳	M50	34	484	小川 博正	安芸郡	1	5m35	2.1	
走幅跳	M55	34	568	亀岡 洋海	広島市	1	5m06	0.8	
走幅跳	M70	34	115	河田 慎司	広島市	1	4m62	2.6	
走幅跳	M75	34	762	塔迫 章	尾道市	1	3m11	-0.5	
三段跳	M40	34	766	石原 享一郎	広島市	1	11m68	2.2	
三段跳	M50	34	827	里中 俊英	広島市	1	10m43	0.5	
三段跳	M55	34	272	浜野 隆一	三原市	1	10m66	3.2	
三段跳	M75	34	762	塔迫 章	尾道市	1	6m38	0.6	
三段跳	M80	34	427	大小田 靖男	東広島市	1	7m66	3.6	
立五段跳	M25	34	1225	中前 俊太	広島市	1	12m74		
立五段跳	M40	34	867	佐々木 綱	広島市	1	13m53		
立五段跳	M50	34	827	里中 俊英	広島市	1	13m27		県記録
立五段跳	M55	34	272	浜野 隆一	三原市	1	12m25		
立五段跳	M70	34	115	河田 慎司	広島市	1	11m39		中国記録 県記録
立五段跳	M75	34	88	高野 兼夫	広島市	1	9m40		
立五段跳	M80	34	427	大小田 靖男	呉市	1	9m74		
砲丸投	M55	34	1196	山下 智之	福山市	1	9m02		
砲丸投	M65	34	728	種田 潔	広島市	1	10m14		
砲丸投	M80	34	801	井長 保祐	東広島市	1	9m11		
円盤投	M45	34	893	西坂 官	廿日市市	1	34m79		
円盤投	M55	34	1196	山下 智之	福山市	1	28m90		
円盤投	M60	34	846	澤田 孝弘	広島市	1	38m25		
円盤投	M65	34	728	種田 潔	広島市	1	33m48		
円盤投	M75	34	88	高野 兼夫	広島市	1	17m99		
円盤投	M80	34	62	世羅 繁治	呉市	1	11m18		
槍投	M45	34	1084	武 直哉	広島市	1	34m56		
槍投	M55	34	951	高橋 博文	福山市	1	38m17		
槍投	M60	34	908	西本 茂昭	広島市	1	18m18		
槍投	M65	34	648	森本 謙二	呉市	1	28m04		

○広島マスターズ陸上競技連盟登録会員数

登録者数 264名 (男性 228名・女性 36名)

賛助会員数 3名

総計 267名

2020年11月末日

○ 大会の情報や、マスターズに関してのご要望、お気づきのことがありましたら事務局へご連絡下さい。

広島マスターズ陸上競技連盟事務局

■事務局 〒732-0067

広島市東区牛田旭2丁目20-1-303 澤田孝弘 方

編集後記

会報の発行にあたり広報より寄稿をお願いしたところ、公私ともにお忙しい中、快く引き受けていただいた方々に先ずは深く感謝をし、お礼を申し上げます。

今号を編集している11月下旬では、新型コロナウイルス感染者数は毎日増加の一途をたどり、未だに収束の気配が見えないどころかますます深刻化している状況です。しかし、欧米諸国ではワクチンの開発が進み、間もなく接種が始まるとの報道もあり、何とか一縷の光明がさしてきたようにも思えます。

今は感染予防が第一であって、(特に高齢者の多いマスターズ陸上会員においては)練習どころではない状況ですが、それでも気長にできることを続けて、競技をやめないようにしたいものです。

「明けない夜はない」、今は猛威を振るっているコロナ禍もいつかはきっと終息します。「あんな頃もあったよね。」と、きっとまた笑顔で競技ができるようになることを信じています。その日が来るまで、今はぐっと我慢して力を蓄えておく時ではないでしょうか?

この広報誌は皆さんの原稿により成り立ちます。日々の競技に関すること、それ以外の何でも自由にご寄稿いただきますようお願い致します。

次号は6月発行予定です。(この頃までにはコロナ禍が終息していますように…)

原稿・広報誌についてのお気づきの点・ご要望などの送付先(原稿は題名・会員番号・地区名・あれば写真やイラストなども添えて、500字程度でお願いします。)

Eメール(添付ファイル)または郵送で送ってください。

〒720-0014 福山市千田町藪路17 吉岡 光弘

Email:jn4ftf0528@docomo.ne.jp

編集委員

女子(広島県1位のみ)

60m	W24	34	1216	西谷 きなり	福山市	1	8"75	1.4	中国記録 県記録
60m	W45	34	1234	堀 奈美	東広島市	1	9"60	1.4	
60m	W50	34	977	芦原 広美	広島市	1	8"58	1.4	中国記録 県記録
60m	W65	34	611	長崎 ひな子	広島市	1	10"24	-0.3	
60m	W70	34	140	山田 悦子	三原市	1	11"73	-0.3	
60m	W80	34	1218	高橋 瑛子	広島市	1	15"43	-0.3	
100m	W24	34	1216	西谷 きなり	福山市	1	14"44	0.8	県記録
100m	W50	34	836	則清 園恵	広島市	1	15"61	0.8	
100m	W65	34	611	長崎 ひな子	広島市	1	16"69	0.8	
200m	W24	34	1216	西谷 きなり	福山市	1	30"23	1.5	県記録
200m	W50	34	977	芦原 広美	広島市	1	29"66	1.5	中国記録 県記録
200m	W55	34	455	児玉 真里子	福山市	1	32"30	1.5	
200m	W65	34	611	長崎 ひな子	広島市	1	35"87	1.5	
400m	W55	34	455	児玉 真里子	福山市	1	1'15"08		
3000m	W50	34	815	井上 真実	福山市	1	15'05"63		
3000m	W55	34	1243	東屋 千由里	広島市	1	13'11"76		
3000m	W70	34	980	細田 ヤエ子	広島市	1	16'51"57		
FW2000m	W70	34	980	細田 ヤエ子	広島市	1	14'56"81		
80mH	W50	34	977	芦原 広美	広島市	1	13"42	1.4	中国記録 県記録
走幅跳	W50	34	977	芦原 広美	広島市	1	4m73	2.8	
立五段跳	W65	34	864	河田 たま代	広島市	1	8m42		
立五段跳	W70	34	140	山田 悦子	三原市	1	7m83		中国記録 県記録
砲丸投	W50	34	977	芦原 広美	広島市	1	8m91		
砲丸投	W65	34	344	植野 英子	東広島市	1	7m29		
砲丸投	W70	34	140	山田 悦子	三原市	1	6m54		県記録
円盤投	W65	34	344	植野 英子	東広島市	1	16m61		
円盤投	W70	34	140	山田 悦子	三原市	1	13m90		県記録
槍投	W50	34	836	則清 園恵	広島市	1	17m75		
槍投	W70	34	140	山田 悦子	三原市	1	20m68		中国記録 県記録