



広島マスターズ陸上会報

第26号

2020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 磯村 公三
URL <http://34hmr.com>

事務局 〒731-0137
広島市安佐南区山本5丁目32-9 岩本方
TEL/FAX (082) 874-4522
Email: ke.iwamoto@bluce.megaegg.ne.jp

～明けましておめでとうございます～

マスターズ陸上に魅了されて

事務局長 岩本 邦史 (広島市)

会員の皆様、明けましておめでとうございます。
『令和』として初のお正月を迎え、心新たにされた事と思います。

そして、本年は東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。誰もが心待ちにされている事でしょうが、それ以上に本年も『広島マ陸連』を盛り上げて頂きます様お願い致します。

さて、昨年は日本マ連合の発足四十周年記念行事が続く中、長期在籍者(連続二十年)の一人として表彰され、熱走していた頃の自分が脳裏に蘇ってきました。幼少期から走ることが大好きで、在職中もストレス解消を目的に健康ジョグを楽しんでいました。入会の動機は、皆様方と同様、第二の人生を如何に充実させ、健康で楽しく過ごすかとの思いでした。折しも退職直前に、同世代の競技者がマスターズ陸上で果敢に活動されているのを耳にして感銘し、躊躇なく決意した次第です。当初は競技趣向型で、県選・全日本マ・アジア大会等にエントリー。順位や記録を競うことに没頭し、大会ごとに一喜一憂していました。しかし、五～六年を経過した頃、多くの仲間と楽しく競技できるのも、裏で支えてくださる大会役員の存在を知りました。

その後感謝の念と陸上競技愛好者の為に少しでも役立てばとの思いで、一員となるべく公認審判員の資格を取得し現在に至っています。他方宮本会長・波多理事長のご指導と、多くの方々の協力を得て、当連盟の『楽しく・明るく・マナー良く』

をモットーに、三期六年(通算八年)当連盟の事務局を担当させて頂きました。

これも、マスターズ陸上に魅了された賜物と確信しています。お礼申し上げます。

以上標題の一部を簡記致しましたが、最後に、一九九二年日本陸連と日本マ連合との合意に基づき、本年度から日本マ連合全会員は陸連への登録が義務付けられ、名実ともに陸連の一員となります。これを機に、益々の愛着を抱かせる『当連盟』の躍進に向け、全会員のご協力をお願いいたします。

『広島マスターズ陸上競技連盟・万歳！』



楽しく終活しています。

会員 NO. 0977 芦原 広美(広島市)

みなさん、はじめまして、広島マスターズ及びオリンピックプラスに所属しております芦原広美と申します。

私は中学校から実業団まで約10年間陸上競技をしておりました。一度は退いたのですが、我が子がジュニアオリンピッククラブへ入部したことがきっかけ

かけで、また陸上に携わることになりました。
当初は練習に参加はしても試合には敬遠していました。中学生の時陸上雑誌にマスターズの記事が掲載されていたので周知はしていましたが、おばさんになっても陸上はしていないと思っていましたから。あれから長～い年月が経ち親友の誘いもありましたが・・・まさか試合に出場しているなんて夢にも思っていませんでした。

昔は沢山の全国大会に出場し入賞が目標でしたが、今では当日競技場で初めて会った皆さんと女子トークをしつつ、励まし合い、健康を讃えながら楽しむ。改めて競技ができることは幸せだと気づかせてもらっています。そして、この機会を与えてくれた親友とは専門種目は異なりますがお互いかなりの負けず嫌い。その結果、私は混成で彼女は円盤投げでW45の日本記録を樹立することができました。

これから・・・陸上マスターズが掲げている「生涯現役」のスローガンに寄り添いながら日々邁進し2021年に行われる【ワールドマスターズゲーム2021 関西】に出場する夢を「母さん陸上バカ」と、言いながらも応援してくれている家族と叶えたいと思っています。いつも宿泊する遠征は「家出してくる!」と言ってるけど、この時は「試合に行ってくるね。」と、言えるか微妙ですけど。

~~~~~

### 怪我&故障からの復帰へ

会員 NO. 0317 尾崎 悦子 (尾道市)

全日本マスターズ陸上(群馬)大会競技場で、前田副理事長より原稿依頼が有り、広島マスターズ陸上連盟にお世話に成ってばかりで何か恩返しができるか・・・と、今私に出来る事…参考に成ればと、広報誌への寄稿をお受けしました。

私事で申し訳有りませんが、1月に母が脳梗塞で緊急入院したり、3月に孫2年生が広大病院にて心臓のカテーテル緊急手術で入院。

6月に全山陰大会にて棒高跳踏切練習中に左足首捻挫をしてしまい。やはり、仕事をしながら家族の世話等々忙しくして毎日継続していた基本トレーニングの時間を取れなく成ると、大会に出て今まで

の様なパフォーマンスをしようとする怪我や故障の原因に繋がります。

今まで幾度か怪我をしてきましたが、やはり練習不足による筋肉の減少による怪我のように思われます。怪我をすれば、練習できない、練習できなければ、筋肉が落ちる、筋肉が減少すれば、また怪我をするの繰り返しなので、無理なく怪我をしない程度の練習の継続が力なり!!と思います。

少しずつでも時間を工夫し筋トレを継続し楽しく競技できますように。

健康第一! 大会で皆様にお会いできるのを楽しみに頑張らしましょう。

編注;全日本マ大会を始め数々の大会で頂点を極め続けてきた広島マが誇るアスリートの尾崎さんも人間(失礼)積み重ねた練習の土台が少しでも緩むと故障も。努力の人、尾崎さんのあの笑顔との再会を楽しみにしています。

~~~~~

Dr 白石宏先生・オリンピック支えた郷土の誇り
会員 NO. 0425 前田 征四郎 (竹原市)

中国新聞(4月20日25p)に「郷土勢五輪物語」に大竹市出身・日体大出の白石宏先生の活躍が掲載されていたのでご覧になられた方も多いと思います。92年のバルセロナオリンピック女子マラソンの2日前に有森選手が左足を引きずり

「先生お願いします。」レース当日2位で競技場に戻ってきた姿は感動的で多くの陸上競技ファンの胸を打ったのは有名な話。他にもカールルイス、水泳の北島康介、柔道の斎藤仁選手たちの金メダルを陰で支えた恩人。詳しくは新聞をお読み頂くとして「神の手」としてまさに「オリンピックの裏方」として多くの競技者のメダルに寄与された。

かくいう私も「神の手」で復活させて頂いた一人、ほのぼのとした気分で記事を読み返した。2003年に長い間痛みを抱えていた膝痛で診察を受けた。当時も東京と広島を掛け持ちで診察されていて、幸い先生の予約が取れ楽々園の診療所を訪ねると、親身になって聞いて下さり、「半月板治療は私の最も得意としている部位、大丈夫治してあげる・・・」との言葉で見たこともない長い針で患部を治療して頂

いた。数か月後の2回目の診察後に「もう大丈夫、痛みが有ってもランニングを開始しなさい、但し練習後のストレッチ、アイシング、と温湿布をきちんとやるように」。1か月後に薄皮を剥ぐように痛みが取れ、3か月後にはインターバルトレーニングが再開できました。長い間の痛みとの戦いは何だったのだろうか？ 多くのランナーが故障と戦っておられる事を思う時、お医者さんを選ぶ大切さ！まさに神の手のお蔭と感謝しています。

** マスターズ陸上を楽しむ多くの仲間もトレーニングを続ける中で「故障との戦い」を続けておられますが故障した時の神頼み？ 「自分に合ったDr とのお付き合い（信頼して・・・）を心がける」ことが大切と思います。

~~~~~

### 椎間板ヘルニア

会員 NO. 0569 佐藤 宏幸（広島市）

中学から陸上を始めて 25 歳まで現役で競技を続けた。それから 10 年後に再びマスターズ陸上で競技に復帰した。また陸上が出来た事に幸せを感じてのめり込んでいき既に12年目のシーズンを終えた。

大きなケガをする事なく過ごしてきたが去年の真冬、練習中に激痛と倦怠感に襲われ整形外科を受診した。椎間板ヘルニアだった。すぐに手術を決断し3月に人生初めての入院をした。

退院後は5月の試合に出る気で、すぐウォーキング、ジョグから開始した。しかし足音でわかるくらい左脚の力が入らなかった。その後数試合に出場したが散々な結果だった。今シーズンは少しは記録が上がってきたが満足のいくものではなかった。焦ってはいけないと自分に言い聞かせつつもやっぱり焦りと悔しさがある。

競技場で仲間に出会ったり競う事は楽しいが、やっぱり満足いく結果を出して帰る時は格別だ。またそのような思いをしながら帰途に就きたいものだ。みんな多かれ少なかれケガや痛みがあるようだが楽しんで競技をされている。広島マスターズがもっと会員数が増え、県内での競技会も増えてますます盛り上がってほしいと願う。

~~~~~

私とチーム

会員 NO. 1051 高田 健一（安芸郡）

マスターズに参加して4シーズンが経過しました。記録はさっぱりですが、怪我もなく、継続して参加出来ています。参加した当初は、約四半世紀ぶりの競技とあって筋力不足、体重増加、練習不足と頭で思っている以上に体が動かず、まともに競技することが出来ていなかった。それは4シーズン経っても解消されていないですが・・・。

そもそもマスターズ参加のきっかけは、高校時代の後輩からの声かけにより、先にマスターズへ参加していた高校時代の練習仲間と共に「マスターズに出場してリレーを走りましょう。」という熱き思いからだった。そのおかげで何とかリレーメンバーも揃い、チーム結成 2 年目にして M45 クラスの 4×100mリレーの県記録を達成することができました。それ以降はメンバーの怪我や手術等いろいろな要因で記録を更新することはできなかった。

しかしながら、記録よりもチームとしてリレーを走ることが個人種目にも増して達成感を大きく感じることが出来ます。また、高校時代の恩師もマスターズの大会で再会出来たりして、恩師と当時の練習仲間が揃うと気分も青春時代へタイムスリップした感じで自分への活力にもなっています。

競技運営の方々に感謝しつつ、チームと共にこれからも末長くマスターズに参加出来たらと思います。

お知らせ

~~~~~事務局だより~~~~~

### ○事務局の変更について

2020年2月1日から、事務局が変更されます。

〒732-0067

広島市東区牛田旭2丁目 20-1-303

澤田孝弘 方

広島マスターズ陸上競技連盟事務局

TEL / FAX (082)211-5378

E-mail: [ta2688ka@gmail.com](mailto:ta2688ka@gmail.com)

○広島マスターズ陸上競技連盟登録会員数

登録者数 297名 (男性 256名 ・ 女性 41名)

協賛会員 2名

総計 299名 2019年11月末日

2020年予定

第37回中国マスターズ駅伝大会

日時: 3月22日(日) 備北丘陵公園 開催

- ◇ -

第38回広島マスターズ陸上選手権大会

日時: 6月7日(日) 開催 予定。

「尾道市びんご運動公園陸上競技場」

- ◇ -

世界マスターズ陸上競技選手権大会 開催予定

日時: 7月20日(月)~8/1 カナダ・トロント

- ◇ -

第39回中国マスターズ陸上選手権大会

日時: 7月25(土)~26日(日) 開催 予定

「益田市」

- ◇ -

第41回全日本マスターズ陸上選手権大会

日時: 10月2日(金)~4日(日)

「福井市9.98競技場」 開催 予定

- ◇ -

2020年広島マスターズ陸上記録会

日時: 9月13日(日)

「庄原市上野総合公園陸上競技場」 開催予定

第37回中国マスターズ駅伝大会

2020年3月22日(日)ご協力をお願いします。

駅伝大会(庄原・備北丘陵公園)が昨年に引き続き開催、「会員の皆さんの大会」を目指したいと思っております。其処でお願いですが、競技に参加されないマスターズ会員の皆さんの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。

# 大会結果

第40回記念国際・全日本マ陸上競技選手権大会

(於:9/13~16 群馬県前橋市) 3位まで

| 男子   |       |        |            |       |       |
|------|-------|--------|------------|-------|-------|
| クラス別 | 氏名    | 種目     | 記録         | 風力    | 備考    |
| M80  | 世羅 繁治 | 3000mW | 23' 19" 45 |       | ②位入賞  |
| M70  | 波多 伸樹 | 800m   | 2' 48" 05  |       | ②位入賞  |
|      |       | 1500m  | 5' 45" 83  |       | ②位入賞  |
| M65  | 磯村 公三 | 60m    | 8" 85      | -1.4  | ③位入賞  |
|      |       | 河田 慎司  | 60m        | 8" 53 | -1.4  |
|      | 梶本 裕二 | 走幅跳    | 4m67       | -0.6  | ②位入賞  |
|      |       | 森本 謙二  | 棒高跳        | 2m60  |       |
| M60  | 澤田 孝弘 | 砲丸投    | 8m98       |       | ③位入賞  |
| M45  | 大石 博暁 | 走幅跳    | 5m01       | +1.8  | ①位入賞  |
| M-24 | 神田 直季 | 円盤投    | 39m25      |       | ①位入賞  |
| M-24 | 神田 直季 | 400m   | 50" 39     |       | ①位 GR |

|     |       |        |        |    |      |
|-----|-------|--------|--------|----|------|
| M65 | 磯村 公三 | 4x100m | 57" 25 | 1走 | ③位入賞 |
|     | 河田 慎司 |        |        | 2走 |      |
|     | 大原 博文 |        |        | 3走 |      |
|     | 森本 謙二 |        |        | 4走 |      |

| 女子   |        |       |            |      |      |
|------|--------|-------|------------|------|------|
| クラス別 | 氏名     | 種目    | 記録         | 風力   | 備考   |
| W70  | 山本 恭子  | 800m  | 3' 49" 62  |      | ②位入賞 |
|      |        | 3000m | 16' 04" 94 |      | ③位入賞 |
|      | 西川 八重子 | 800m  | 4' 11" 84  |      | ③位入賞 |
| W65  | 長崎 ひな子 | 60m   | 9" 97      | 0.0  | ③位入賞 |
|      |        | 200m  | 35" 16     | -2.3 | ③位入賞 |
|      | 植野 英子  | 砲丸投   | 8m30       |      | ②位入賞 |
|      |        | 円盤投   | 19m10      |      | ③位入賞 |
| W60  | 尾崎 悦子  | 80mH  | 17" 28     | +0.4 | ②位入賞 |
|      |        | 立五段跳  | 9m82       |      | ②位入賞 |

No38回中国マスターズ陸上競技選手権大会

新記録者 岡山県陸上競技場

|     |        |        |          |
|-----|--------|--------|----------|
| M95 | 柳本 泰芳  | 60m    | 14.35    |
| M85 | 向井 富士男 | 砲丸投げ   | 8m08     |
| M85 | 向井 富士男 | やり投    | 19m86    |
| M80 | 世羅 繁治  | 3000mW | 22:28.87 |
| M80 | 岩本 邦史  | 200mH  | 45.33    |
| M80 | 岩本 邦史  | 1500m  | 6:54.74  |
| M80 | 大小田 靖男 | 三段跳び   | 7m91     |
| M70 | 磯村 公三  | 60m    | 8.60     |
| M60 | 塚本 昭彦  | 3000m  | 10:41.23 |
| M55 | 半田 浩基  | 走高跳    | 1m60     |
| M55 | 西谷 吉弘  | 400mH  | 1:08.23  |
| M45 | 坂本 亮平  | 60m    | 7.45     |
| M30 | 中平 圭祐  | ハンマー投  | 53m61    |
| W60 | 尾崎 悦子  | 走幅跳    | 3m62     |
| W55 | 児玉 真里子 | 400m   | 1:13.42  |
| W35 | 越水 万理  | 100m   | 13.31    |

広島マスターズ陸上競技連盟2019年度記録会クラス別1位記録一覧

(2019年10月13日 庄原市上野総合公園陸上競技場)

【男子】

| 種目    | クラス | 登録番号 | 氏名   | 所属     | 記録    | 風速       | 備考   |
|-------|-----|------|------|--------|-------|----------|------|
| 60m   | M30 | 34   | 1001 | 竹本 周平  | 安芸郡   | 7"31     | +2.0 |
| 60m   | M35 | 34   | 855  | 吉田 龍介  | 廿日市市  | 7"36     | +2.0 |
| 60m   | M40 | 34   | 867  | 佐々木 綱  | 広島市   | 7"67     | +2.1 |
| 60m   | M45 | 34   | 1079 | 藤井 和彦  | 広島市   | 7"97     | -0.5 |
| 60m   | M50 | 34   | 484  | 小川 博正  | 安芸郡   | 7"79     | +1.5 |
| 60m   | M55 | 34   | 1127 | 山形 弘彦  | 東広島市  | 8"35     | +2.2 |
| 60m   | M60 | 34   | 379  | 檜山 聖宗  | 豊田郡   | 8"96     | +0.0 |
| 60m   | M65 | 34   | 115  | 河田 慎司  | 広島市   | 8"37     | -0.2 |
| 60m   | M70 | 34   | 99   | 梅田 敬造  | 竹原市   | 11"92    | +2.0 |
| 60m   | M75 | 34   | 88   | 高野 兼夫  | 広島市   | 9"76     | +2.0 |
| 100m  | M30 | 34   | 1173 | 森本 亮祐  | 広島市   | 11"69    | +2.0 |
| 100m  | M35 | 34   | 855  | 吉田 龍介  | 廿日市市  | 11"84    | +2.0 |
| 100m  | M40 | 34   | 1097 | 山田 辰也  | 福山市   | 12"66    | +2.1 |
| 100m  | M45 | 34   | 1079 | 藤井 和彦  | 広島市   | 12"46    | +4.5 |
| 100m  | M50 | 34   | 484  | 小川 博正  | 安芸郡   | 12"47    | +3.0 |
| 100m  | M55 | 34   | 662  | 高木 年晃  | 福山市   | 13"42    | +2.8 |
| 100m  | M60 | 34   | 379  | 檜山 聖宗  | 豊田郡   | 14"53    | +0.4 |
| 100m  | M65 | 34   | 115  | 河田 慎司  | 広島市   | 13"51    | -0.6 |
| 100m  | M75 | 34   | 88   | 高野 兼夫  | 庄原市   | 15"69    | +1.4 |
| 200m  | M30 | 34   | 1001 | 竹本 周平  | 安芸郡   | 23"68    | +4.6 |
| 200m  | M35 | 34   | 855  | 吉田 龍介  | 廿日市市  | 23"75    | +4.6 |
| 200m  | M40 | 34   | 1144 | 藤原 修   | 広島市   | 24"56    | +4.6 |
| 200m  | M45 | 34   | 1079 | 藤井 和彦  | 広島市   | 24"94    | +0.8 |
| 200m  | M50 | 34   | 1099 | 杉山 浩司  | 岩国市   | 27"88    | +0.8 |
| 200m  | M55 | 34   | 662  | 高木 年晃  | 福山市   | 26"99    | +0.8 |
| 200m  | M60 | 34   | 1115 | 岩見 健次  | 広島市   | 33"42    | +0.1 |
| 200m  | M65 | 34   | 1178 | 本多 洸雄  | 廿日市市  | 28"32    | +0.1 |
| 200m  | M75 | 34   | 88   | 高野 兼夫  | 広島市   | 33"49    | -1.0 |
| 400m  | M60 | 34   | 379  | 檜山 聖宗  | 豊田郡   | 1'10"29  |      |
| 400m  | M75 | 34   | 425  | 前田 征四郎 | 竹原市   | 1'19"71  |      |
| 800m  | M50 | 34   | 1165 | 西岡 宏文  | 広島市   | 2'13"60  | 県記録  |
| 800m  | M55 | 34   | 870  | 西谷 吉弘  | 福山市   | 2'28"95  |      |
| 800m  | M60 | 34   | 1115 | 岩見 健次  | 広島市   | 3'12"02  |      |
| 1500m | M30 | 34   | 1195 | 御厨 雄大  | 安芸郡   | 4'27"46  |      |
| 1500m | M35 | 34   | 1145 | 奥原 康裕  | 東広島市  | 4'29"09  |      |
| 1500m | M40 | 34   | 1120 | 村瀬 太章  | 福山市   | 4'49"33  |      |
| 1500m | M50 | 34   | 1165 | 西岡 宏文  | 広島市   | 4'50"81  |      |
| 1500m | M60 | 34   | 1207 | 上川内 良任 | 廿日市市  | 6'41"48  |      |
| 1500m | M65 | 34   | 497  | 高橋 利明  | 安芸郡   | 5'54"92  |      |
| 1500m | M75 | 34   | 492  | 木原 三郎  | 三原市   | 6'46"23  |      |
| 3000m | M30 | 34   | 1195 | 御厨 雄大  | 安芸郡   | 9'34"20  | 県記録  |
| 3000m | M35 | 34   | 1145 | 奥原 康裕  | 東広島市  | 9'25"76  |      |
| 3000m | M40 | 34   | 1120 | 村瀬 太章  | 福山市   | 10'10"14 |      |
| 3000m | M50 | 34   | 515  | 西中 文仁  | 安芸高田市 | 12'53"49 |      |
| 3000m | M55 | 34   | 839  | 山高 浩司  | 廿日市市  | 11'02"12 |      |
| 3000m | M60 | 34   | 724  | 塚本 昭彦  | 福山市   | 10'56"99 |      |
| 3000m | M65 | 34   | 497  | 高橋 利明  | 安芸郡   | 12'34"35 |      |
| 3000m | M75 | 34   | 492  | 木原 三郎  | 三原市   | 13'27"43 |      |
| 3000m | M80 | 34   | 438  | 岩本 邦史  | 広島市   | 16'28"37 |      |
| 80mH  | M70 | 34   | 890  | 磯村 公三  | 安芸郡   | 17"41    | +3.5 |
| 110mH | M40 | 34   | 752  | 権田 仁史  | 広島市   | 16"90    | -0.5 |
| 300mH | M60 | 34   | 1115 | 岩見 健次  | 広島市   | 1'00"88  |      |
| 400mH | M55 | 34   | 870  | 西谷 吉弘  | 福山市   | 1'08"10  | 県記録  |
| 走高跳   | M40 | 34   | 867  | 佐々木 綱  | 広島市   | 1m65     |      |
| 走高跳   | M45 | 34   | 659  | 佐藤 宏幸  | 広島市   | 1m50     |      |
| 走高跳   | M50 | 34   | 1056 | 行友 靖裕  | 福山市   | 1m50     |      |
| 走高跳   | M65 | 34   | 770  | 山崎 義美  | 広島市   | 1m40     |      |
| 走幅跳   | M40 | 34   | 907  | 岩佐 光繁  | 広島市   | 5m89     | +1.4 |
| 走幅跳   | M45 | 34   | 659  | 佐藤 宏幸  | 広島市   | 5m12     | +2.1 |
| 走幅跳   | M50 | 34   | 484  | 小川 博正  | 安芸郡   | 5m50     | +1.4 |
| 走幅跳   | M60 | 34   | 846  | 澤田 孝弘  | 広島市   | 4m81     | -0.7 |

|      |     |    |      |       |      |       |      |
|------|-----|----|------|-------|------|-------|------|
| 走幅跳  | M65 | 34 | 115  | 河田 慎司 | 広島市  | 4m67  | -0.5 |
| 走幅跳  | M70 | 34 | 890  | 磯村 公三 | 安芸郡  | 3m80  | +1.0 |
| 走幅跳  | M75 | 34 | 88   | 高野 兼夫 | 広島市  | 3m07  | +1.5 |
| 三段跳  | M40 | 34 | 907  | 岩佐 光繁 | 広島市  | 13m01 | -0.2 |
| 三段跳  | M45 | 34 | 827  | 里中 俊英 | 広島市  | 10m50 | +0.2 |
| 三段跳  | M50 | 34 | 347  | 熊野 直洋 | 広島市  | 10m18 | +0.0 |
| 三段跳  | M85 | 34 | 1138 | 松島 哲夫 | 三次市  | 5m42  | -0.5 |
| 立五段跳 | M30 | 34 | 1001 | 竹本 周平 | 安芸郡  | 15m95 | 県記録  |
| 立五段跳 | M35 | 34 | 855  | 吉田 龍介 | 廿日市市 | 12m74 |      |
| 立五段跳 | M40 | 34 | 867  | 佐々木 綱 | 広島市  | 14m03 |      |
| 立五段跳 | M45 | 34 | 827  | 里中 俊英 | 広島市  | 13m64 | 県記録  |
| 立五段跳 | M50 | 34 | 347  | 熊野 直洋 | 広島市  | 12m14 |      |
| 立五段跳 | M55 | 34 | 272  | 浜野 隆一 | 三原市  | 12m86 | 県記録  |
| 立五段跳 | M65 | 34 | 115  | 河田 慎司 | 広島市  | 11m62 |      |
| 立五段跳 | M75 | 34 | 88   | 高野 兼夫 | 広島市  | 9m75  | 県記録  |
| 立五段跳 | M85 | 34 | 1138 | 松島 哲夫 | 三次市  | 7m86  |      |
| 砲丸投  | M50 | 34 | 343  | 明見 章成 | 広島市  | 6m60  |      |
| 砲丸投  | M55 | 34 | 1196 | 山下 智之 | 福山市  | 9m64  |      |
| 砲丸投  | M60 | 34 | 1185 | 村田 聡之 | 三原市  | 9m30  |      |
| 砲丸投  | M65 | 34 | 784  | 植野 邦夫 | 東広島市 | 8m65  |      |
| 砲丸投  | M80 | 34 | 801  | 井長 保佑 | 東広島市 | 9m52  |      |
| 砲丸投  | M85 | 34 | 1138 | 松島 哲夫 | 三次市  | 6m76  |      |
| 円盤投  | M40 | 34 | 1170 | 山中 稔  | 福山市  | 14m18 |      |
| 円盤投  | M50 | 34 | 951  | 高橋 博文 | 福山市  | 30m47 |      |
| 円盤投  | M55 | 34 | 1196 | 山下 智之 | 福山市  | 28m53 |      |
| 円盤投  | M60 | 34 | 846  | 澤田 孝弘 | 広島市  | 36m15 |      |
| 円盤投  | M65 | 34 | 810  | 大原 博文 | 呉市   | 32m34 |      |
| 円盤投  | M70 | 34 | 99   | 梅田 敬造 | 竹原市  | 18m26 |      |
| 円盤投  | M75 | 34 | 88   | 高野 兼夫 | 広島市  | 19m62 |      |
| 円盤投  | M85 | 34 | 1138 | 松島 哲夫 | 三次市  | 14m11 |      |
| 槍投   | M35 | 34 | 1013 | 桑田 和佳 | 東広島市 | 55m42 | 県記録  |
| 槍投   | M40 | 34 | 1170 | 山中 稔  | 福山市  | 27m09 |      |
| 槍投   | M45 | 34 | 1084 | 武 直哉  | 広島市  | 35m39 |      |
| 槍投   | M50 | 34 | 951  | 高橋 博文 | 福山市  | 41m91 |      |
| 槍投   | M60 | 34 | 846  | 澤田 孝弘 | 広島市  | 32m46 |      |
| 槍投   | M65 | 34 | 770  | 山崎 義美 | 広島市  | 29m13 |      |
| 槍投   | M70 | 34 | 99   | 梅田 敬造 | 竹原市  | 21m09 |      |

【女子】

|       |     |    |      |        |      |          |      |
|-------|-----|----|------|--------|------|----------|------|
| 60m   | W50 | 34 | 836  | 則清 園恵  | 広島市  | 9"55     | -0.3 |
| 60m   | W55 | 34 | 972  | 清見 久美子 | 広島市  | 9"65     | -0.3 |
| 60m   | W65 | 34 | 611  | 長崎 ひな子 | 広島市  | 9"72     | -0.3 |
| 60m   | W85 | 34 | 1143 | 荻荷谷ハヤ子 | 三次市  | 15"76    | -0.3 |
| 100m  | W50 | 34 | 977  | 芦原 広美  | 広島市  | 13"88    | +1.3 |
| 100m  | W65 | 34 | 611  | 長崎 ひな子 | 広島市  | 16"12    | +1.3 |
| 100m  | W85 | 34 | 1143 | 荻荷谷ハヤ子 | 三次市  | 26"36    | +1.3 |
| 200m  | W50 | 34 | 836  | 則清 園恵  | 広島市  | 31"79    | +2.8 |
| 200m  | W65 | 34 | 611  | 長崎 ひな子 | 広島市  | 33"72    | +2.8 |
| 1500m | W70 | 34 | 623  | 西川 八重子 | 呉市   | 8'31"66  |      |
| 3000m | W70 | 34 | 623  | 西川 八重子 | 呉市   | 18'22"43 |      |
| 80mH  | W50 | 34 | 977  | 芦原 広美  | 広島市  | 13"35    | +2.3 |
| 走幅跳   | W50 | 34 | 977  | 芦原 広美  | 広島市  | 4m60     | -0.2 |
| 走幅跳   | W55 | 34 | 972  | 清見 久美子 | 広島市  | 3m91     | +1.3 |
| 走幅跳   | W65 | 34 | 1021 | 沖田 裕子  | 三次市  | 2m71     | +0.4 |
| 立五段跳  | W50 | 34 | 977  | 芦原 広美  | 広島市  | 10m46    | 県記録  |
| 立五段跳  | W55 | 34 | 972  | 清見 久美子 | 広島市  | 9m69     |      |
| 立五段跳  | W65 | 34 | 864  | 河田たま代  | 広島市  | 8m44     |      |
| 砲丸投   | W25 | 34 | 1109 | 薮武 彩織  | 東広島市 | 9m92     |      |
| 砲丸投   | W65 | 34 | 344  | 植野 英子  | 東広島市 | 8m18     |      |
| 円盤投   | W25 | 34 | 1109 | 薮武 彩織  | 東広島市 | 28m36    |      |
| 円盤投   | W65 | 34 | 344  | 植野 英子  | 東広島市 | 18m15    |      |
| 槍投    | W50 | 34 | 836  | 則清 園恵  | 広島市  | 15m09    |      |
| 槍投    | W55 | 34 | 972  | 清見 久美子 | 広島市  | 18m58    |      |

| 第24回(2019)中国マ陸上混成大会 (9/8 於 津山市陸上競技場) |       |    |      |      |     |       |     |       |      |      |       |     |         |     |          |    |      |
|--------------------------------------|-------|----|------|------|-----|-------|-----|-------|------|------|-------|-----|---------|-----|----------|----|------|
| 男子                                   |       |    |      |      |     |       |     |       |      |      |       |     |         |     |          |    |      |
| クラス                                  | 名前    | 年  | 走幅跳  |      |     | やり投   |     | 200m  |      |      | 円盤投   |     | 1500m   |     | 合計<br>得点 | 順位 | 備考   |
|                                      |       |    | 記録   | 風速   | 得点  | 記録    | 得点  | 記録    | 風速   | 得点   | 記録    | 得点  | 記録      | 得点  |          |    |      |
| M60                                  | 澤田 孝弘 | 61 | 4.77 | +0.8 | 746 | 33.95 | 559 | 28.45 | -1.6 | 719  | 33.08 | 567 | 6.04.43 | 623 | 3.214    | 1  | 大会新  |
| 女子                                   |       |    |      |      |     |       |     |       |      |      |       |     |         |     |          |    |      |
| クラス                                  | 名前    | 年  | ハードル |      |     | 走高跳   |     | 砲丸投   |      | 走幅跳  |       |     | 800m    |     | 合計<br>得点 | 順位 | 備考   |
|                                      |       |    | 記録   | 風速   | 得点  | 記録    | 得点  | 記録    | 得点   | 記録   | 風速    | 得点  | 記録      | 得点  |          |    |      |
| W50                                  | 芦原 広美 | 50 | 13.6 | -0.1 | 860 | 1.33  | 771 | 9.36  | 648  | 4.72 | +0.1  | 822 | 2.53.44 | 680 | 3.781    | 1  | 日本マ新 |

### 第 32 回都道府県対抗全日本マスターズ駅伝競走大会

日時： 2019年11月17日(日) 場所：愛知県 愛・地球博記念公園

| 順位 | タイム      | 所属 | 選手名         | タイム         | 選手名         | タイム         | 選手名         | タイム         | 選手名   | タイム         | 選手名   |
|----|----------|----|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------|-------------|-------|
| 15 | 01:45'54 | 広島 | 奥原 泰弘       | 10:00:34'39 | 塚本 昭彦       | 15:00:53'31 | 山高 浩司       | 18:01:12'53 | 高川 敏彦 | 17:01:29'55 | 御厨 雄大 |
|    |          |    | 11:00:16'09 | 13:00:18'30 | 19:00:18'52 | 21:00:19'22 | 13:00:17'02 | 10:00:15'59 |       |             |       |

### 第 8 回 全日本マスターズロードレース大会成績表<男子 3km>

クラスM35 高木 靖幸 広島 11分09秒 1位

## 2020年広島マスターズ陸上競技連盟総会・開催

2020年1月26日(日)13:30～ 場所:ホテルチュウリツヒ東方(広島市東区光町2-7-31)

## 第37回中国マスターズ駅伝広島大会開催

2020年(令和2年)3月22日(日) 会場:庄原市国営備北丘陵公園内

## 2020年広島マスターズ陸連会員登録申込書…12月末受付開始

○ 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。(2020年2月1日から、事務局が下記に変更されます。)

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

TEL/FAX (082)211-5378 E-mail: [ta2688ka@gmail.com](mailto:ta2688ka@gmail.com)

### 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、まずは深く感謝をし、お礼を申し上げます。

早いもので元号が変わり半年が経ち、令和元年の締めくくりの、会報作成中です。今後広島マスターズ陸上のさらなる発展、会員増加が期待されますよう。広報委員会も、皆様のお力添えで、より楽しく親しみのある広報誌を目指して、取り組んでいきます。

次号は6月発行予定です。

編集委員