

## 走人ニュース



## 例会の風景 第1110回 10月12日

雨の心配もなく、気持ちよい天気でしたが、走る人には少し暑かったようです。

第1110回例会結果 (10月12日) 曇 温度 28℃ 湿度 57%

順位	氏名	申告タイム	結果	誤差	2周
1	二宮 博昭	0:18:30	0:18:37	00:07	0:38:09
2	川北 浩志	0:19:40	0:19:53	00:13	0:40:47
3	池本 和夫	0:21:00	0:20:42	00:18	0:41:58
4	川橋 豊	0:20:30	0:19:42	00:48	0:40:20
5	坂井 善治	0:22:00	0:21:11	00:49	
6	福田 真栄	0:30:00	0:28:57	01:03	
7	金安 由香子	0:22:30	0:23:35	01:05	
8	木村 善則	0:30:00	0:28:54	01:06	
9	竹内 淳	0:24:00	0:25:07	01:07	0:53:20
10	富田 真生	0:24:00	0:22:08	01:52	0:44:39
11	野村 悠斗	0:24:00	0:21:28	02:32	0:46:21

内周) 原田 孝一 (応援) 吉田がイトヘルパー

〈計測〉小池佳代子・栗津温重・大澤実・堀田真人 (最後尾)



例会終えて家路へ

## 大会記録

11月2日 (日) 第27回大阪淀川市民マラソン 二宮 博昭

ハーフマラソン男子 708位/2427人 1° 57' 23"

福知山マラソンの練習がてら走りました。河川敷で平坦なコースで走りやすかったです。

## 大会記録

2025年京都丹波ロードレース大会 11月3日 (月・祝)

丹波ロードレースのハーフで、年代別6位入賞できました。年をとっても、良い事がありました。また、孫のそうすけも、小学生の6位入賞しました。

川橋 豊 1:49:33 男子ハーフマラソン (70歳以上) 6位

近田 蒼佑 11:39 男子3km小学生 6位

足立 浩一 1:33:17 男子ハーフマラソン (60~69歳) 5位

## 例会の風景 第1111回 10月26日

今にも雨が降り出しそうな曇り空。しかし皆さんの元気な走りのせいか、降らずに終わってほっとしました。時差スタート組は二宮さん一人では淋しいので池本さんを誘うという一幕もありました。

(原田孝一)

第1111回例会結果(10月26日) 曇・小雨 温度21℃ 湿度76%

順位	氏名	1周	2周
1	二宮 博昭	19:11	39:49
2	富田 真生	21:14	41:48
3	池本 和夫	21:33	44:13
4	錦川 珠己	22:18	45:03
5	野村 悠斗	23:40	51:41
6	澤田 智美	25:42	52:29
7	村木 健太郎	27:57	1:01:41
8	杉原 道生	28:01	
8	木村 善則	28:01	
10	大澤 実	28:05	

<計時>原田孝一・荘司浩・栗津温重・堀田真人(最後尾)

(応援)吉田が仆へルパー



マイペースで走る  
野村くん。



### 例会後 LSD

例会開始前に雨が降り、あいにくの曇天でしたが、例会後 LSD のときは、雨が降っていませんでしたので、御所内周を1周しました。10月後半になり、景色は秋の気配でした。走っている途中のイチョウの銀杏の独特の匂いが秋を感じさせました。1周して、梨の木神社に戻った途端に雨が降ってきました。参加のみなさんには、雨男・雨女は、おられなかったようです?(二宮)

参加者：富田真生、池本、村木、原田孝一、木村、錦川、澤田、二宮(8名)



2025年10月19日  
鴨川 LSD



2025年10月19日 鴨川 LSD

朝に雨が降っていましたが、集合時間ごろには雨がやみ、走りやすい天気になりました。10時スタートの

予定でしたが、「力の湯」が10時開店に変更になっており、また、「力の湯」の食堂がリニューアル工事中で閉店となっていましたので、LSD+お風呂のみとなりました。

前年に復路でコースを間違え、迷われる参加者がいたので、今回はスタート前にコース案内を行い、体操・ストレッチをした後、30分遅れの10時30分にスタートしました。往路は、みんな一緒にゆっくりとしたペースで、コースの分岐地点では止まり、復路のコース確認をしました。

折り返しの八幡「さくらであい館」では、スタートの遅れのため、15分ほどの休息（トイレ、給水、ソフトクリームの給食など）時間としましたので、今回は、あいにく、景色を楽しめる展望台まで登ることはできませんでした。

復路は、それぞれのペースでゴールまで走りました。複数台の自転車で伴走し、最後尾とコースの間違いそうな分かれ道にコース案内として先回りしてもらいましたので、無事、みなさんゴールをしました。ランニングシーズン始めのよいトレーニングになったと思います。（二宮）

＊ウォーキング：少し走って、後はひたすら歩きました。途中から木村さんが加わり3名に。5kmほどで折り返しました。

【参加者23名：ウォーキング2名、サイクリング4名、ジョギング17名

・ウォーキング 栗津温重・原田孝一 ・サイクリング 谷口博志・栗津稔美・宮村秀志・遠藤隆之  
・ラン 村上耕一・富田真生・錦川珠己・澤田智美・米田友子・村木健太郎・細井勝博・二宮博昭・木村善則・酒井直子・富士原さん・池本和夫・坂井善治・土居誉生・清水結貴・川橋豊・熊川博丈】

（熊川さんは途中まで参加。木村さんは、6km走られた後、ウォーキングに参加。）

（復路、しんどくなった人は、自転車に代わり番こに乗りました。）

## 鴨川LSD 初参加 米田 友子

10月19日(日)、初めて、鴨川LSDに参加させて頂きました。

御所の周りを一周しか走れない私にとって、鴨川サイクリングロードの往復20kmを走れるか不安でしたが、鴨川沿いの景色を見て、一緒に走るランナーズの方々と会話をしながら走っていたら、気づくと、10km先のさくらであい館に到着していました。

でも、帰りの10kmは、やはり私には長距離すぎて、途中で、自転車に乗せて頂いたりして、やっとの思いでゴールまで走りました。そして、長時間、待っていてくださったランナーズの皆さまが、ゴールで温かい言葉をかけてくださり、本当に感動しました。

来年は、20kmを完走できるように、これからも頑張っていきたいと思います。



<今後のお知らせ>

◇ 11月23日(日) 「第34回福知山マラソン大会バスツアー」

\*マラソンのスタート時間が30分早くなっているため、バスツアー出発時間を6:30に早めます。

【参加予定(現在13名)・・・(フルマラソン) 澤田・川北・二宮博昭・川橋・錦川・村上・池本・福田真栄・福田昌樹  
(ハーフマラソン) 富田真生・栗津温重(応援) 富田良一・堀田】 バスツアーの席は、若干名あり!

申込・お問合せ：二宮(090-7369-7263)・富田良一(090-7550-4866)・栗津(090-2044-9111)まで。

\*11月23日(第4日曜なので)「御所例会」も並行して行います。



◇ 2026年1月17日(土) 「LSD・ウォーキング・サイクリングと新年会」 聖護院御殿荘



\*LSD・ウォーキング・サイクリング 集合：12時 聖護院御殿荘 出発：12:30 終了：16時 入浴

LSDのコースを検討中です。

\*新年会 聖護院御殿荘にて 受付：16時(入浴可) 宴会開始：17時 (別紙お知らせ)



◇ 2026年2月15日(日) 「第14回京都マラソン」

\*ボランティア参加予定者 ペースランナー：川北・川橋 補(細井)

沿道整理：\*大澤・木田ミヅエ・木田千愛・池田一夫・三井裕子・原田孝一・坂井・村木・橋爪・村上

島方式：\*栗津温重・木村・増田・松若恭伸・小池・宮村・遠藤隆之・酒井・杉原・谷口ますみ

(問い合わせ：栗津(Tel090-2044-9111)・大澤(Tel080-5702-3528)にご連絡を)

\*陸協審判も役員として参加。 \*ランナーとして参加される人たち、がんばって!



◇ 3月1日(日)「第46回篠山マラソンバスツアー」

篠山マラソンバスツアーを今回大会も企画中です...マラソン後のぼたん鍋をみなさんで楽しみませんか!

「篠山マラソン大会」エントリー受付中です。大会エントリーは各自でお願いいたします。

大会日：2026年3月1日(日) エントリー期間は10月1日～12月20日まで

種目：フルマラソン(先着8000名)、リレーマラソン(150組300名)

篠山マラソンバスツアーの詳細は、後日、お知らせします。(栗津・二宮)

◇ 3月15日(日)「第48回京都嵐山ハーフマラソン」

私たちで作る市民マラソン大会です。現在、要項を作成中。 大会へのご参加、また、大会運営へのご協力をお願いします。

○「京都ランナーズ創立50周年記念誌」を作成中です。2025年度内、発刊をめざします。

次回、編集作業は12月6日(土)に予定(新スポ事務所で)。ご興味ある方は栗津(Tel090-2044-9111)に声をかけてください。(編集に、谷口博志さん、原田孝一さんが参加されました)

○ 2026年年女・年男のみなさんへ。また、抱負をお聞きますので、お心積もりを!

