

# 2022年に樹立された マスターズ県記録・日本記録・世界記録

## ●県記録

2023.02.25現在

氏名	所属	クラス	種目	記録	
石井 雄大	阿南町	M25	60m	7.39	
石井 雄大	阿南町	M25	100m	11.69	
下里 直弥	松本市	M30	400mH	54.69	
上原 隆伸	松本市	M35	砲丸投	11.97	
上原 隆伸	松本市	M35	ハンマー投	45.90	
上原 隆伸	松本市	M35	重量投	11.54	
上原 隆伸	松本市	M35	投てき五種	2561	
石川 和義	飯山市	M35	三段跳	15.53	日本新記録
高橋 邦幸	長野市	M45	60m	7.58	
西沢 紀元	大町市	M45	3000mSC	10:27.27	
西沢 紀元	大町市	M45	5km	16:07	日本新記録・県創設
西沢 紀元	大町市	M45	20km	1:10:49	日本新記録・県創設
西沢 紀元	大町市	M45	マラソン	2:29:41	県創設
日馬 正貴	安曇野市	M45	立五段跳	13.73	
中嶋 憲一	駒ヶ根市	M50	60m	7.69	
高木 秀昭	松本市	M50	立五段跳	13.34	
須崎 一弘	上田市	M50	やり投	49.02	
前田 真孝					
小町谷直樹	長野県	M50	4×400mR	4:35.69	県創設
上條 健					
上柳 豪					
大谷 拓哉	松本市	M55	3000mW	17:15.11	
前田 真孝	伊那市	M55	走幅跳	5.50	
加藤 則行	佐久市	M55	立五段跳	12.73	
丑澤 和彦	長野市	M55	ハンマー投	45.29	
市川 武	長野市	M60	5000m	18:12.46	
市川 武	長野市	M60	ハーフマラソン	1:29:45	県創設
田中 米人	茅野市	M65	棒高跳	1.80	県創設

## ●日本記録

氏名	所属	クラス	種目	記録	樹立日	場所
石川 和義	飯山市	M35	三段跳	15.53	6/26	松本市
西沢 紀元	大町市	M45	20km	1:10:49	9/18	秋田県
西沢 紀元	大町市	M45	5km	16:07	12/11	茨城県
小口 親司	岡谷市	M85	マラソン	4:07:56	4/17	長野市
小口 親司	岡谷市	M85	ハーフマラソン	1:57:03	10/23	諏訪市

## ●世界記録

氏名	所属	クラス	種目	記録	樹立日	場所
小口 親司	岡谷市	M85	ハーフマラソン	1:57:03	10/23	諏訪市

氏名	所属	クラス	種目	記録	
伊藤 文男	上田市	M65	立五段跳	12.03	
黒岩 邦義	中野市	M70	80mH	15.67	
山田 賢一	安曇野市	M70	3000mW	22:59.66	
山岡 清孝	岡谷市	M70	10km	57:45	県創設
小俣 攻	伊那市	M75	立五段跳	8.30	県創設
布施 元弘	佐久市	M80	やり投	37.32	
山田栄一郎	長野市	M80	重量投	11.99	県創設
小口 親司	岡谷市	M85	ハーフマラソン	1:57:03	日本新記録・世界新記録・県創設
小口 親司	岡谷市	M85	マラソン	4:07:56	日本新記録・県創設
野池 裕子	佐久市	W35	3000mW	16:03.70	日本新記録
中田 裕美	軽井沢町	W35	砲丸投	10.58	
熊谷 香織	安曇野市	W40	60m	8.11	
高畑 志野	松本市	W40	200m	26.77	
高畑 志野	松本市	W40	80mH	12.20	
高畑 志野	松本市	W40	400mH	1:07.06	日本新記録
高畑 志野	松本市	W40	走高跳	1.42	
高畑 志野	松本市	W40	立五段跳	12.36	日本新記録
高畑 志野	松本市	W40	砲丸投	8.40	
依田 郷子	長野市	W40	棒高跳	2.50	
安田 弘江	木曾町	W55	走幅跳	4.67	
西澤 香	松本市	W55	立五段跳	10.82	県創設
矢澤美代子	飯田市	W70	3000mW	19:14.53	県創設
矢澤美代子	飯田市	W70	5000mW	32:08.75	県創設
矢澤美代子	飯田市	W70	5kmW	32:53	日本新記録・県創設
大日向暁子	松本市	W70	立五段跳	11.14	日本新記録・県創設
田口三七子	長野市	W80	60m	12.58	
田口三七子	長野市	W80	200m	50.83	県創設

氏名	所属	クラス	種目	記録	樹立日	場所
野池 裕子	佐久市	W35	3000mW	16:03.70	10/1	長野市
高畑 志野	松本市	W40	立五段跳	12.36	6/5	岐阜県
高畑 志野	松本市	W40	400mH	1:07.06	10/16	長野市
矢澤美代子	飯田市	W70	5kmW	32:53	10/10	岩手県
大日向暁子	松本市	W70	立五段跳	11.14	6/19	愛知県

## ●2023年3月31日発行

発行：長野マスターズ陸上競技連盟  
 発行人：山岡清孝  
 編集：広報委員会  
 印刷：(有)中央タイプ  
<http://nagano-masters.jp/>



Vol. 42

# 長野マスターズ陸上競技連盟会報

## マスターズ陸上参加から30年、更なる未来は

山田 栄一郎（会長2017～2018 理事長・事務局長2011～2016）

大正7年生まれ我が母は、大柄で活動力があり農作業では男勝りとも噂されていたが、50代半ばで糖尿病となり70代まで毎日インシュリンを自ら注射していた。自重した日々の生活であったものの97歳の天寿を全うした。私は幼少時病弱であり、元氣なスポーツ少年に憧れ高校入学時より走中心の陸上競技を始めた。運動をすれば元氣、活力が湧いてくるのでいろいろの種目に挑戦し、3年次では槍投げ、ハンマー投げが中心となった。大学は地元の教育学部で自転車通ったが学ぶ事が多く、年間数回の大会は競技会1ヶ月前から始めるような消極的なものであった。しかし、この反動は就職した高校教師になって表れた。疲れを知らないグリーンボーイは、手を掛ければ信じられないように伸びていく。雪深い県境の学校では赴任して3年目、男子生徒たちが花輪でクロカンスキーリレー種目に全国制覇してくれた。また、相撲の盛んな木曾谷の高校では顧問を命ぜられ、廻しを締めて生徒の稽古相手をし、後援会OBからちゃんこ料理を振る舞ってもらった。一度だが32歳で日本選手権に出てハンマーを46m投げ、同じ年に岐阜市で開催された東海選手権の十種競技では5千点半ばを記録した。思うにこの年齢が人生最高の強靱さを示したように思う。次の転任先は長野市内の高校で、陸上部員50名を擁して6年間に、県大会で男子が3回総合優勝してくれた。



第21回アジア(マレーシア)マスターズ選手権大会にて  
 右に山田栄一郎さん  
 中央は95歳のスリラムランさん(インド)  
 左は90歳の陳さん(台湾会員)

15年余、運動もせず50代に入ったら人間ドックで糖尿病境界値と診断された。母親兄妹7人中4人がこの病気であったので、自分も素因を受け継いでいると覚悟した。医師からは薬物療法と運動療法があるが・・・と告げられ、自分は後者が好きですからと返答し、直ぐマスターズ陸上に加入させて貰った。脳内の運動神経回路には走、跳、投の動きはインプットされている。しかし、筋力がかなり退化した状態でいきなり競技に臨めば大げがをする恐れから、4～5年掛けて身体作りを目標に取り組んだ。生徒が下校後、校内の戸締まりしグラウンドに出て、小一時間走り、補強運動を習慣づけた。退職後も特に大腿部裏のハムストリングが鬼門で、走り幅跳びでは度々、肉離れを起こした。61歳から本格的に競技会に参加し、初の海外ではプリズベンで未経験の投擲五種に出て8位となり日本記録であった。しかし表彰で8人が並んでみると一番のチビ、槍投げ以外の投擲4種目はこんな大男たちには力学的に太刀打ちできないことを悟った。帰国後、世界で通用する種目は何かと考えた。自分にはスプリントも幅跳びもほどほどできる。それに国体教員の部で10回クロカンスキーに入賞した強い心肺もある。円盤、槍はお手の物と言うことで五種競技(BJ・JT・200・DT・1500)を選んだ。国内の大会に出てみると、各種目700点前後のバランスよい点となる。これで行けば世界の頂点も狙えると判断し、更に2千年以上前の古代オリンピックでは中心種目ではないか。人類史上に残るスポーツ文化にも憧れた。

我が国のメジャースポーツは野球と言われ続けたが、昨今はサッカーが凌駕している観がある。高校野球では数校が集まってチームを編成し大会に臨む姿が多くなった。原因は少子化だ。我が国の年間出生数は35年前まで2百万人を維持してきたが年々減少し、昨年の令和4年には80万人に満たない数まで低下した。新しい競技種目も増え、子供たちの奪い合いをしている。

それに引き替え栄養や生活環境の改善から、中高年者の数は鰻登りだ。15年ほど前、総合型地域スポーツクラブの設立推進のため、南信のE市で講演した折り「これからは人生百年時代ですよ・・・」と話したら、参加者からエーとの声が漏れたが、今は常識になっている。年々増加する高齢者を取り込み、運動して貰い健康維持を図り、医療費を軽減する。この一翼を担うのがマスターズ陸上であろう。健康志向の高まりから2014年度は連合の全国会員数が1万2千名を超えることもあったが今は減少傾向という。本県も2016度は最高の336名を記録したが、減少傾向が続きコロナ禍とはいえ2021年度は231名と、往時の7割を切ってしまった。各県の様子を見ると東京を始め愛知、神奈川、千葉、埼玉は活動が盛んで、競技会には実人員3百～5百名の選手が参集する。かたや少ない県は百名程の県もある。地域性だけでなく組織役員の熱意と運営能力の有無も感じられる。私も本連盟30周年記念式典を機に78歳で会長職を退いた。情性で留まれば組織体は必ず衰退する。スポーツ界に多い老害である。本連盟も更なる発展を願ってやまない。

## 「3年ぶりの県大会」

深谷 昌生



2022年、コロナ禍で中断されていたマスターズ陸上の県大会が開催されました。私も、7月の飯田大会、9月の長野市大会に短距離走(60m,100m)のエントリーをしました。個人的には2020年に右脹脛を肉離れし、以来全力での走行をほとんど行えなかった不安がありました。それでも、療養中に上半身、特に背中筋のトレーニングを取り入れたお陰で、体幹の安定と腕降りの力強さが増したので、飯田大会では100m、60mとも、50歳以後での自己ベストが出せました。何より、久しぶりに全力で「競走」が出来たのはとても喜ばしいものでした、「生きている実感」が競走には有ります。ところが、長野市大会は走行フォームを崩してしまい自滅、悔しくて予定になかった11月の東日本大会に遠征して、「まあまあ」の成績でシーズンを終えました。元々陸上経験無しで、50歳を機に始めた短距離走、はっきりいってタイムは遅いのですが、それでも競走でしか味わえない充足感を求めて今後も続ける所存です。コロナが無くなることは無いでしょうから、今後も葛藤と工夫の中で大会が行われるのでしょうか。ですので、私共も普段の生活から極力気を付けて、大会の運営にも協力の姿勢で臨みたいですね。開催に関わる方々、選手の皆様、2023年もよろしくお願い致します。

## 長期在籍者表彰 —5名の方が表彰を受けました—

- 20年連続在籍者 内山 了治 様
- 30年連続在籍者 竹入 平治 様・田中 米人 様・高橋 政幸 様・清水 茂美 様

## 編集後記

3年ぶりに長野県での大会が開催され、2大会の記録を会報に載せる事が出来ました。老眼に鞭打って大会の記録を会報用に直す時間が延べ18時間もかかりました。もっと早くできる方法があるのではないかと。諏訪湖マラソンで32回連続完走できました。(清水 茂美)



## 2022年度 事業報告

### 1.実施事業

	実施事業	月日	備考
1	2022年度登録	通年	231名（陸連長野M 144名）
2	会報発行(41号)	3月末	
3	賛助・協賛会員募集		
4	第21回東海マスターズ陸上競技選手権大会	6/5（日）	多治見市運動公園星ヶ台競技場
5	第33回長野マスターズ陸上競技選手権大会	7/10（日）	飯田市総合陸上競技場
6	第43回全日本マスターズ陸上競技選手権大会	中止	参加選手 155名（県外71名）
7	第23回長野マスターズ陸上競技長野市大会	10/1（土）	福井県営陸上競技場
8	第34回都道府県全日本マスターズ駅伝大会（不参加）	12/19（日）	長野市陸上競技場
9	2022年度理事会	2023.2.19	参加選手 196名（県外85名）
10	2022年度評議員会	2023.3.12	東京昭和記念公園
11	研修会	2023.3	安曇野市豊科交流センター
12	栄章表彰	通年	松本市勤労者福祉センター
13	日本新記録等の申請	通年	中止
14	練習会・講習会	2023.3	世界記録記念章、日本記録記念章

[その他]・運営委員会（役員会）年内3回開催 ・長期在籍者表彰（郵送）

### 2.事務局・専門委員長報告

#### 事務局 中村 一郎

長野マスターズ陸上競技連盟としては、3年ぶりに選手権大会及び長野市大会を開催することができました。準備や当日の運営面等で不手際もありましたが、長野陸協、長野市陸協をはじめ各方面の皆様のお力のおかげで無事終了することが出来ました。ありがとうございました。久しぶりに会うことができた仲間の方と笑顔で語り合っている姿とみることで、大会を開催出来てよかったと思えました。

#### 事務局登録担当 西澤 香

皆様のご協力によりスムーズに登録業務を進めることができました。2022年度第1～9次登録者は、昨年同様231人、うち新規登録者18人(2021年度10人、2020年度20人)でした。以下、2019年度～2022年度の支部別登録状況です。

2019～2022年度支部別登録状況（人）（ ）内：JAAF長野M団体登録者

支部	2019	2020	2021	2022
飯山	9 (6)	8 (6)	6 (4)	5 (3)
中野・須坂	20 (7)	19 (8)	18 (9)	18 (12)
長野市	49 (33)	51 (34)	45 (27)	49 (36)
千曲	5 (3)	5 (3)	5 (3)	4 (2)
上田	32 (25)	30 (23)	25 (19)	20 (15)
佐久	32 (24)	27 (22)	24 (19)	26 (20)
安曇平	33 (21)	28 (16)	30 (17)	33 (19)
松本	24 (15)	13 (6)	13 (7)	16 (6)
塩尻・木曾	13 (4)	11 (5)	12 (6)	12 (6)
諏訪	21 (11)	24 (13)	21 (12)	16 (9)
上伊那	30 (18)	30 (19)	21 (10)	20 (9)
飯田・下伊那	11 (7)	9 (5)	11 (7)	12 (7)
計	279 (174)	255 (160)	231 (140)	231 (144)

#### 記録委員長 矢澤 美代子

2022年度は、県内外ともコロナ対策をしながらほぼ通常どおり競技会開催されました。長野マスターズでも選手権大会・記録会と2大会開催でき多くの記録が更新されました。  
 ●世界記録 男子1名 ●日本記録 男子3名 女子4名  
 ●県記録 男子32種目 女子18種目  
 （県記録は更新・新設種目を含む）最終ページ参照

#### ロード・駅伝委員長 佐藤 悦夫

本年度も残念ながら昨年同様活動報告がありません。

#### 事務局財務担当 百瀬 晶文

会計的には残り3分の1期間を残して事業未消化状態での報告になりますが、選手権大会での収益は例年に比べ、会員減少、会場変更（松本→飯田）などによる参加費の減少と大会経費上昇により大幅減収となりました。反面、長野市大会では大会経費が予算を下回り、収益は増加しています。今後の全国駅伝、理事会・評議員会などの支出状況にもよりますが、長野市大会の収益で一昨年のコロナ事情で発生した特別会からの繰入金返済が可能となる見込みです。

#### 競技委員長 山本 大八

2022年度も新型コロナウイルス感染は終息に至らず、オミクロン株の登場で急激な拡大を見ましたが、本年は7月10日の選手権大会、10月1日の長野市大会とも無事開催できました。飯田市で開催された選手権大会では、少ないスタッフの中、受付簿に工夫を加え、ほぼスムーズに選手を迎えられたことに安堵し、感謝申し上げます。まだまだ新型コロナウイルス感染拡大の影響により、コロナ前の参加者数には届きませんが、参加された県外選手からは「アナウンスが素晴らしい、競技をする上でモチベーションを上げることができた。来年もぜひお願いしたい」「長野の大会は毎年楽しみにしている。景色も、雰囲気もいい」といったうれしい言葉も聞かれました。来年に向けて競技委員長としてのご願いがございまして、必ず支部長を通して申込みいただきますようお願いいたします。数名の参加者に、直接競技委員長あて申込みされる方が見受けられ、プログラム編成に影響を及ぼしますので、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。また、各支部長の皆様におかれましては、日頃から支部会員の取りまとめ等ご協力を頂いているところですが、本年の大会において、選手の申込内容と異なる種目、クラスといった記載が見られました。お忙しいとは存じますが、参加種目、クラス、参加料などのチェックを宜しくお願いいたします。来る2023年度が、陸上競技を生業スポーツとするマスターズ選手の皆さまにとって、より一層素晴らしい一年となることをお祈り申し上げます。

#### 広報委員長 清水 茂美

●会報誌について  
 3年ぶりに行われた県競技会の結果と事業報告・事業計画の内容を入れ、年度末に発刊。

## 2023年度 事業計画

### I 基本方針(目標)

- 1 会員の増加を図るとともに県内競技会を充実し、より多くの参加選手を招くことにより、財務の健全化と活動の活性化を図ります。
- 2 事務局と各専門委員会の連携を密にし、一体的な取り組みをします。
- 3 会員の全日本選手権や県外競技会への参加の促進に努めます。
- 4 長野国体(2028年)後に、全日本マスターズ選手権長野大会開催を計画するに当たり、県陸協との連携を強めながら開催計画を検討するとともに、その費用の確保を進めます。
- 5 JAAF登録義務化に伴い積極的に県陸協との連携を深め、会員の中から公認審判員資格取得者を増やし、陸協主催競技会運営に協力していきます。

### II 実施事業計画

	実施事業	月日	備考	事業
1	22023年度登録	通年	M連合、陸連登録	⑩⑧
2	会報発行(42、43号)	年2回	9月、3月発行	⑥
3	賛助・協賛会員募集	通年	主催事業で取組み	⑩
4	第34回長野マスターズ陸上競技選手権大会	2023.8.27（日）	飯田市総合運動場陸上競技場	②
5	第44回全日本マスターズ陸上競技選手権大会	2023.10.7～9	維新みらいふスタジアム(山口市)	④
6	第24回長野マスターズ陸上競技記録会	未定	未定	②
7	第36回全日本マスターズ駅伝競走大会	未定		③
8	2023年度理事会	2024.2月中旬	松本市	⑨
9	日本新記録等の申請	通年		⑤⑦
10	栄章表彰	評議会又は選手権	世界・日本記録記念章他	⑦
11	2023年度評議員会	2024.3月中旬	松本市	⑨
12	研修会	2024.3月中旬	評議員会と併催	①
13	練習会・講習会	2024.3月下旬	松本市	①

### [事業内容]

- ①講習会、練習会、実技指導、懇親会の開催
- ②長野マスターズ陸上競技選手権大会及び記録会長野市大会を開催
- ③都道府県対抗全日本マスターズ駅伝等の代表選考と派遣
- ④各種大会への積極的参加と促進
- ⑤公認記録申請
- ⑥会報発行、HP運営等の広報活動
- ⑦諸記録章等、顕彰に関すること
- ⑧日本マスターズ連合、日本陸連への登録
- ⑨諸会議の開催
- ⑩会員増強、支部活動活性化及び財政の確立

## 2023年度 近県エリア及び全日本の競技日程

(参加条件にエリア制限を設けた競技会もありますので、詳しくは各連盟HPの大会要項をご覧ください)

月	日	競技会	会場
4	30	第19回 富山マスターズ陸上競技大会	高岡市宮城光寺陸上競技場
5	14	第28回 三重マスターズ陸上競技選手権大会	三重交通Gスポーツの杜伊勢第2競技場
5	28～29	第33回 全日本マスターズ混成競技選手権大会	静岡県草薙陸上競技場
5	28	第22回 東海マスターズ陸上競技選手権大会	静岡県草薙陸上競技場
6	4	第28回 岐阜マスターズ陸上競技選手権大会	多治見市星ヶ台陸上競技場
6	25	第35回 福井マスターズ陸上競技選手権大会	福井県営陸上競技場（9.98スタジアム）
6	25	第24回 茨城マスターズ陸上競技選手権大会	石岡市運動公園陸上競技場
7	2	第32回 愛知マスターズ陸上競技選手権大会	ウェーブスタジアム刈谷
7	2	第41回 石川マスターズ陸上競技選手権大会	西部緑地公園陸上競技場
7	8	第41回 東京マスターズ陸上競技選手権大会	江東区夢の島競技場（予定）
8	27	第34回 長野マスターズ陸上競技選手権大会	飯田市松尾総合運動場
8	27	第36回 埼玉マスターズ陸上競技選手権大会	熊谷スポーツ文化公園陸上競技場
10	7～9	第44回 全日本マスターズ陸上競技選手権大会	山口県維新みらいふスタジアム
10	15	第42回 富山マスターズ陸上競技選手権大会	五福公園五福陸上競技場
10	22	第39回 静岡マスターズ陸上競技選手権大会	草薙陸上競技場



第33回 長野マスタース陸上競技選手権大会

(2022年7月10日飯田市総合運動場陸上競技場) 結果・長野県選手・県外選手1位

男子

Table of men's track and field results, including 60m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 5000m, 80mH, 100mH, 110mH events.

Table of men's track and field results, continuing from the previous table with various distance events.

Table of men's field events results, including 3000m強歩, 4x400m, 走高跳, 棒高跳, 走幅跳, 三段跳, 立五段跳, 砲丸投, 円盤投.



Table of women's track and field results, including 円盤投, ハンマー投, やり投 events.

女子

Table of women's track and field results, including 60m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 3000m強歩, 棒高跳, 走幅跳, 三段跳, 立五段跳, 砲丸投, 円盤投, やり投 events.



# 第23回 長野マスタース陸上競技長野市大会

(022年10月1日長野市営陸上競技場) 結果・長野県選手・県外選手1位

## 男子

種目	クラス	記録	風速	順位	氏名	所属	新記録区分	
60m	M30	8.01	(+0.7)	1	保脇隆之介	安曇野市		
		8.11		2	清水 尚樹	飯田市		
		M35	7.81	(+0.7)	1	由井 玄太	山梨県	
			M40	7.40	(-0.2)	1	茂木 厚裕	埼玉県
		M45	7.94		2	岡本 真平	飯田市	
			8.03		3	伊藤 文	長野市	
	8.18			4	松田 淳	辰野町		
	8.24			5	有賀 稔	中野市		
	10.00			6	松本 隆匡	長野市		
	M50		7.58	(-0.2)	1	高橋 邦幸	長野市	KR
		7.84		3	小根山恭夫	長野市		
		8.32		4	小松 真人	松本市		
		8.45		5	氣賀澤和人	駒ヶ根市		
		M55	7.61		1	氷見 和人	富山県	GR
	7.69			2	中嶋 憲一	駒ヶ根市	KR/GR	
	7.78			5	武田 秀和	長野市	GR	
	8.50			8	和田 謙二	長野市		
	M60	8.07	(-0.7)	1	奥山 雄一	愛知県		
		8.34		2	宮崎 達	安曇野市		
		8.48		4	佐藤 清隆	佐久市		
		8.89		5	深谷 昌生	茅野市		
		9.15		6	鈴木 昇	長野市		
		M65	8.21	(-1.4)	1	山下 哲司	埼玉県	
	8.36			2	田中 淳	佐久市		
8.68			3	山岸 寛美	長野市			
8.87			4	会津 英昭	長野市			
10.49			6	小林 利明	長野市			
M70	8.23		(-1.4)	1	菊池 広吉	群馬県		
	9.33		2	齊間 紀一	千曲市			
	9.86	(-1.2)	1	黒岩 邦義	中野市			
	12.42	(-1.2)	1	藤本 正二	池田町			
	12.92		2	小俣 攻	伊那市			
	11.51	(-1.2)	1	伊東 一修	長野市			
M85	11.95	(-1.2)	1	石塚 一義	佐久市	GR		
	12.79	(+0.0)	1	保脇隆之介	安曇野市			
	12.93		2	清水 尚樹	飯田市			
	13.19		3	上條 祐輝	安曇野市			
	M35	12.40	(+0.0)	1	由井 玄太	山梨県		
		14.38		2	神田 政樹	長野市		
M40	11.97	(-0.7)	1	前田 篤士	東京都			
	12.70		3	岡本 真平	飯田市			
	13.02		4	松田 淳	辰野町			
	13.21		5	和田 一生	長野市			
	M45	12.08		1	高橋 邦幸	長野市		
12.26			3	小根山恭夫	長野市			
13.03			4	小松 真人	松本市			
13.22			5	木藤 崇	小諸市			
13.47			6	氣賀澤和人	駒ヶ根市			
M50		12.19		1	氷見 和人	富山県	GR	
	12.24		2	中嶋 憲一	駒ヶ根市	GR		
	12.53		5	武田 秀和	長野市			
	12.82		6	高木 秀昭	松本市			
	M55	13.10		1	清水 信幸	埼玉県		
		13.23		3	前田 真孝	伊那市		
13.35			4	宮崎 達	安曇野市			
13.84			6	佐藤 清隆	佐久市			
13.93			8	上柳 豪	伊那市			
M60		13.12		1	簡井 誠	東京都		
	13.60		3	田中 淳	佐久市			
	13.86		4	山岸 寛美	長野市			
	14.05		5	山本 大八	須坂市			
	14.07		6	会津 英昭	長野市			

種目	クラス	記録	風速	順位	氏名	所属	新記録区分	
100m	M65	13.31	(+0.9)	1	菊池 広吉	群馬県		
		14.65		2	伊藤 文男	上田市		
		15.09		3	齊間 紀一	千曲市		
		M70	21.96	(+0.9)	1	篠原 教雄	須坂市	
			M75	15.92	(+0.9)	1	橋本 幸治	長野市
		M80	20.26		2	小俣 攻	伊那市	
	18.92		(+0.9)	1	伊東 一修	長野市		
	M85		18.73	(+0.9)	1	石塚 一義	佐久市	
	M30		26.84	(-1.1)	1	清水 尚樹	飯田市	
	M40		24.59	(-1.1)	1	前田 篤士	東京都	
			27.40		2	岡本 真平	飯田市	
	200m	M45	26.54	(-1.1)	1	小松 真人	松本市	
27.89			2	氣賀澤和人	駒ヶ根市			
M50		25.04	(+1.0)	1	中嶋 憲一	駒ヶ根市		
M55		27.33	(+1.0)	1	前田 真孝	伊那市		
27.78			2	上柳 豪	伊那市			
M60		27.34	(+1.0)	1	田中 淳	佐久市		
400m	M65	30.01		2	山岸 寛美	長野市		
		32.84	(+0.6)	1	小林 博幸	中野市		
		M75	34.37	(+0.6)	1	橋本 幸治	長野市	
		38.99		2	高田 次雄	上田市		
		M80	41.01	(+0.6)	1	伊東 一修	長野市	
		M45	1:05.67		1	小林 靖幸	長野市	
	M50	1:01.31		1	河野 光一	山梨県		
		1:14.12		2	上條 健	塩尻市		
		M55	1:01.70		1	小林 一義	新潟県	
		1:07.78		3	高木 学	中野市		
		1:13.91		4	河原田和芳	長野市		
		M60	1:00.13		1	簡井 誠	東京都	GR
800m	M65	1:19.56		1	浅品 孝史	長野市		
		M70	1:36.75		1	水上 善三	東京都	
		M75	1:30.89		1	高田 次雄	上田市	
		1:45.85		2	藤本 正二	池田町		
		M40	2:15.80		1	小林 祐也	長野市	
		M45	2:20.17		1	丸山 義文	飯綱町	
	M50	2:17.24		1	河野 光一	山梨県		
		M55	2:24.43		1	森山 賢一	神奈川県	
		2:40.45		2	高木 学	中野市		
		2:49.94		3	原 浩美	上松町		
		M60	2:29.00		1	市川 武	長野市	
		3:02.86		2	藤沢 久義	長野市		
1500m	M65	3:21.06		1	浅品 孝史	長野市		
		M70	3:26.29		1	依田 邦人	東御市	
		M75	3:33.20		1	高田 次雄	上田市	
		M40	4:48.59		1	小林 祐也	長野市	
		M45	4:49.31		1	中村賢太郎	飯田市	
		5:01.09		2	堀川 健一	長野市		
	M50	4:26.89		1	山田 展行	安曇野市	GR	
		4:49.21		2	利根川裕雄	千曲市		
		M55	5:12.61		1	百瀬 州一	安曇野市	
		5:50.38		2	原 浩美	上松町		
		6:08.41		3	神崎 実	富士見町		
		M60	5:05.53		1	市川 武	長野市	GR
3000m	M65	6:54.94		1	浅品 孝史	長野市		
		M70	7:08.66		1	依田 邦人	東御市	
		M45	10:27.70		1	丸山 義文	飯綱町	
		M55	10:09.48		1	中澤 俊喜	長野市	
		10:45.36		2	百瀬 州一	安曇野市		
		12:31.72		3	高木 学	中野市		
	M60	11:02.05		1	市川 武	長野市		
		M70	15:18.78		1	依田 邦人	東御市	

種目	クラス	記録	風速	順位	氏名	所属	新記録区分	
5000m	M45	17:01.03		1	下嶋 昭美	下条村		
		18:11.64		2	中村賢太郎	飯田市		
		18:25.16		3	小林 亮太	安曇野市		
	M50	22:49.87		1	宮本 明	東京都		
		M55	17:01.29		1	中澤 俊喜	長野市	GR
			18:19.51		2	百瀬 州一	安曇野市	
100mH	M50	16.36	(+0.2)	1	鈴木 健吾	愛知県		
	M60	15.92	(+1.6)	1	山下 哲司	埼玉県		
	M65	17.95	(+1.6)	1	高橋 裕	群馬県		
110mH	M40	19.60	(+0.8)	1	和田 一生	長野市		
	M45	17:59.73		1	中島 隆久	岐阜県	GR	
		M55	17:15.11		1	大谷 拓哉	松本市	KR/GR
3000m強歩	M60	19:35.67		1	大和 健	長野市		
	M65	18:51.46		1	八巻 功	神奈川県	GR	
	M70	19:06.19		1	真下 治之	群馬県	大会創設	
走高跳	M30	1.55		1	保脇隆之介	安曇野市		
		M50	1.55		1	大河原進一	群馬県	
	M65	1.30		1	宮原 清司	佐久市	大会創設	
棒高跳	M75	1.00		1	高橋 裕	群馬県		
	M55	2.10		1	小俣 攻	伊那市		
	M60	2.80		1	笠原 孝志	上田市		
	M65	2.80		1	小山 吉明	長野市		
		1.80		2	新井 誠	御代田町		
	M65	1.70		1	田中 米人	茅野市		
走幅跳	M70	2.60		1	建部 猛	新潟県	GR	
	M75	2.00		1	森尾 正照	山梨県		
	M35	5.06	(+0.1)	1	石井 康介	愛知県		
		M40	5.14	(+0.1)	1	有賀 稔	中野市	
		M45	5.00	(+0.0)	1	宮澤 憲二	筑北村	
	M50	5.31	(-0.6)	1	高木 秀昭	松本市		
		4.50	(-0.9)	2	和田 謙二	長野市		
		4.41	(-0.7)	3	上條 健	塩尻市		
		M55	4.74	(-0.5)	1	前田 真孝	伊那市	
		M60	5.45	(+0.0)	1	青木 英晴	神奈川県	GR
			4.98	(-0.7)	2	山本 大八	須坂市	GR
	4.66		(-0.4)	3	藤牧 博和	長野市		
三段跳	M65	4.48	(+0.2)	4	杉本 光正	中野市		
	3.23	(+0.1)	7	小林 利明	長野市			
	M65	4.16	(-0.5)	1	川崎 昭二	東京都		
	4.08	(-0.2)	2	前川 和夫	須坂市			
	3.88	(-0.6)	3	伊藤 文男	上田市			
	M70	3.52	(-0.6)	1	大澤 新平	愛知県		
砲丸投	M45	11.80	(+1.0)	1	横田 修	群馬県		
	M50	11.75	(+0.7)	1	高木 秀昭	松本市	GR	
	M60	12.09	(-1.1)	1	青木 英晴	神奈川県	NR/GR	
		9.15	(+0.0)	2	笠川 真一	駒ヶ根市		
	M65	9.51	(+2.8)	1	川崎 昭二	東京都		
	円盤投	M25	9.38	(7.260kg)	1	大楽 雅弘	千葉県	大会創設
M35		10.50	(7.260kg)	1	上原 隆伸	松本市	GR	
		5.38		2	渡邊 倫	白馬村		
M40		8.81	(7.260kg)	1	小川 智之	群馬県		
M50		7.13	(6.000kg)	1	酒井 安彦	千曲市		
M55		5.56	(6.000kg)	1	山中 勝也	富山県		
		M60	9.58	(5.000kg)	1	神保 辰男	神奈川県	
M65		10.86	(5.000kg)	1	川口 均	千葉県		
		8.40		3	太田 豊	白馬村		
		M70	10.54	(4.000kg)	1	岡田 節男	群馬県	
		M35	32.07	(2.000kg)	1	上原 隆伸	松本市	GR
		8.83		2	渡邊 倫	白馬村		
	M40	22.19	(2.000kg)	1	小川 智之	群馬県		
M45	27.65	(2.000kg)	1	木藤 崇	小諸市			
	21.00		2	宮澤 憲二	筑北村			
	M55	39.30	(1.500kg)	1	梅田 秀幸	新潟県	GR	
	M60	34.17	(1.000kg)	1	神保 辰男	神奈川県		
		32.72		3	百瀬 晶文	松本市		



●女子

種目	クラス	記録	風速	順位	氏名	所属	新記録区分
60m	W35	8.55	(-0.8)	1	池田 美貴	富山県	
	W40	8.18	(-0.8)	1	熊谷 香織	安曇野市	GR
				3	青地 実樹	小諸市	
	W45	9.17	(-0.8)	1	青木 江里	佐久市	
	W55	9.29	(+0.4)	1	柴田 泉	千葉県	GR
	W60	10.33	(+0.4)	1	高塚 弘美	佐久市	
				2	小林 悦子	長野市	
W80	12.58	(+0.4)	1	田口三七子	長野市	KG/大会創設	
100m	W35	13.92	(-0.8)	1	池田 美貴	富山県	
	W40	13.21	(-0.8)	1	高橋 小夜	栃木県	GR
				2	熊谷 香織	安曇野市	GR
				3	青地 実樹	小諸市	
	W45	14.68	(-0.8)	1	青木 江里	佐久市	
	W50	15.28	(-0.8)	1	吉田ゆかり	小布施町	
	W55	15.07	(-0.8)	1	柴田 泉	千葉県	
W40	26.77	(+0.2)	1	高畑 志野	松本市	KR/GR	
W45	30.69	(+0.2)	1	青木 江里	佐久市		
W55	35.65	(+0.2)	1	東山久美子	富山県		
W80	50.83	(+0.2)	1	田口三七子	長野市	県設/大会創設	
400m	W45	1:08.30		1	渡邊 綾	埼玉県	GR
	W60	1:15.26		1	益田はるみ	神奈川県	GR
800m	W45	2:41.26		1	渡邊 綾	埼玉県	

種目	クラス	記録	風速	順位	氏名	所属	新記録区分
800m	W60	2:53.84		1	益田はるみ	神奈川県	GR
1500m	W50	6:18.67		1	小山奈津子	千葉県	
3000m	W50	13:09.49	(-0.3)	1	小山奈津子	千葉県	
80mH	W40	12.20	(+1.0)	1	高畑 志野	松本市	KR/GR
	W55	14.47		1	八幡 晶子	新潟県	大会創設
3000m強歩	W30	18:28.10		1	下保木千秋	岐阜県	GR
	W35	18:03.70		1	野池 裕子	佐久市	NR/KR/GR
	W70	19:15.24		1	矢澤美代子	飯田市	大会創設
走高跳	W55	1.20		1	八幡 晶子	新潟県	
棒高跳	W40	2.30	(+0.3)	1	依田 郷子	長野市	大会創設
走幅跳	W40	4.81	(-0.5)	1	高畑 志野	松本市	
	W60	3.42	(-0.2)	1	高塚 弘美	佐久市	GR
三段跳	W35	10.19	(+0.9)	1	池田 美貴	富山県	大会創設
	W55	9.63		1	西澤 香	松本市	GR
種目	クラス	記録	(重量)	順位	氏名	所属	新記録区分
砲丸投	W35	9.89	(3,000kg)	1	中田 裕美	軽井沢町	GR
	W60	6.63	(2,000kg)	1	奥村 元子	埼玉県	
	W75	7.49	(1,000kg)	1	市川 節子	安曇野市	
円盤投	W60	18.00	(0.750kg)	1	奥村 元子	埼玉県	
	W75	18.30	(3,000kg)	1	市川 節子	安曇野市	
ハンマー投	W60	27.24	(600g)	1	奥村 元子	埼玉県	GR
やり投	W45	24.62	(400g)	1	向山ますみ	伊那市	
	W75	14.00		1	市川 節子	安曇野市	

## 2023-2024年度 長野マスターズ陸上競技連盟役員

役職	氏名	現住所
顧問	伊藤 利博	長野市風間
顧問	堀 浩	茅野市宮川
顧問	白鳥 隆夫	上田市上室賀
顧問	山田 栄一郎	長野市北長池
参与	鶴見 文子	安曇野市豊科
参与	大日向 暁子	松本市岡田
参与	前川 和夫	須坂市新田町
会長	山岡 清孝	岡谷市湊
副会長	矢沢美代子	飯田市北方
理事長	山本 大八	須坂市墨坂
事務局長	中村 一郎	大町市大町
理事	高橋 政幸	飯山市飯山
理事	徳武雄次郎	長野市富竹
理事	藤牧 博和	長野市村山
理事	小出 盛人	上田市本郷
理事	加藤 則行	佐久市前山
理事	大宮 直人	南木曾町田立
理事	百瀬 晶文	松本市波田
理事	神崎 実	富士見町富士見
理事	飯塚 義博	上伊那郡南箕輪村
理事	北原 治	駒ヶ根市赤穂
理事	清水 茂美	諏訪市小和田
監事	太田 豊	白馬村北城
監事	宮本 吉富	上田市緑が丘
評議員	橋澤 克之	飯山市静間
評議員	*	
評議員	山岸 寛美	長野市新諏訪
評議員	会津 英昭	長野市三輪

役職	氏名	現住所
評議員	泉 従道	上田市下室賀
評議員	西沢 逸郎	上田市常磐城
評議員	天沼 昭彦	軽井沢町
評議員	百瀬 州一	安曇野市穂高
評議員	山村 俊一	松本市島内
評議員	征矢野 隆夫	木曾町
評議員	斎藤 忠守	富士見町落合
評議員	竹入 平治	箕輪町
評議員	三浦 正司	飯田市北方
事務局員	百瀬 晶文	松本市波田
事務局員	西澤 香	長野市青木島
事務局員	小出 盛人	上田市本郷
広報委員長	清水 茂美	諏訪市小和田南
広報委員	神崎 実	富士見町富士見
広報委員	大宮 直人	南木曾町田立
競技委員長	山本 大八	須坂市墨坂
競技委員	藤牧 博和	長野市村山
競技委員	加藤 則行	佐久市前山
記録委員長	高橋 正幸	飯山市飯山
記録委員	上原 隆伸	松本市和田
記録委員	熊谷 香織	安曇野市豊科
ロード駅伝委員長	徳武雄次郎	須坂市上町
駅伝委員	飯塚 義博	南箕輪村
駅伝委員	北原 治	駒ヶ根市赤穂
駅伝委員	芳川 千恵	木島平村
栄章審議委員	山岡 清孝	岡谷市湊
栄章審議委員	矢沢美代子	飯田市北方
栄章審議委員	中村 一郎	大町市大町

\*は、中野・須坂から2名以内選出していただきます。

## 第34回 長野マスターズ陸上競技選手権大会 要項

### ▽ 新型コロナ対策について

最新のJAAF「陸上競技活動再開のガイダンス」に準拠し、競技会運営を行う。今後のコロナ状況により本要項に変更が生じた場合は随時、長野マスターズHP (<https://nagano-masters.jp/>) にその情報を掲載するので、参加者は必ず最新情報を確認のうえ、申込みおよび参集の判断をすること。

- 主催** 長野マスターズ陸上競技連盟
- 共催** 信濃毎日新聞社・(公財)信毎文化事業財団
- 主管** (一財)長野陸上競技協会
- 後援** 長野県教育委員会・SBC信越放送
- 日時** **2023年8月27日(日)** 午前9時30分競技開始
- 会場** **飯田市総合運動場陸上競技場**(競技場コード:172050)  
〒395-0822 飯田市松尾7445 TEL:0265-22-4511(スポーツ課)
- 参加資格** 2023年8月27日現在満18歳以上の日本マスターズ陸上競技連合登録者で、かつ2023年度(公財)日本陸上競技連盟の登録者に限る。なお、新型コロナ・ウイルス等感染拡大状況によっては、参加資格の範囲を変更することがある。
- 競技クラス** 大会当日の満年齢18~24歳と25歳以上の5歳刻み年齢クラス区分とする。
- 競技種目** ※ハードルの種目が全て実施できない場合もある。

(男子22種目)	60m	100m	200m	400m	800m	1500m	3000m	5000m
3000mW	80mH(M70~)	100mH(M50~65)	110mH(~M45)					
走高跳	棒高跳	走幅跳	三段跳	立五段跳				
砲丸投	円盤投	ハンマー投	やり投	4x100mRクラス別				
(女子20種目)	60m	100m	200m	400m	800m	1500m	3000m	
3000mW	80mH(W40~)	100mH(~W35)						
走高跳	棒高跳	走幅跳	三段跳	立五段跳				
砲丸投	円盤投	ハンマー投	やり投	4x100mRクラス別				

- 競技規則** 2023年度の(公財)日本陸上競技連盟競技規則、(公社)日本マスターズ陸上競技連合競技規則及び本大会要項により実施する。
- 参加制限** 1人3種目以内とする。個人種目にリレーは含まない。(リレーは無料、個人種目申込者に限る)リレーのチーム編成は支部単位とする。\*併催の県実業団選手権に出場する種目への申込はできない。
- 参加料** 1種目=3,000円 2種目=4,000円 3種目=5,000円
- 申込方法**
  - 県内者** 所属する支部事務局へ支部指定の期限までに所定の申込用紙に参加料を添えて申し込む。(大会事務局への直接申込は受け付けない)
  - 県外者** [長野マスターズ陸上競技連盟Webサイト]にある所定の申込用紙に必要事項を記入し、参加の振り込みを証明するものを添付する。参加料は当連盟指定口座へ送金する。尚、申し込み期間は**6月19日(月)から受付開始し、7月21日(金)必着とする。**
- 郵送先** 〒382-0099 長野県須坂市墨坂1-2-36 長野マスターズ陸上競技選手権大会 大会事務局 山本 大八 TEL:090-4182-4766
- 振込先** ゆうちょ銀行・郵便局より送金▶▶▶ ゆうちょ銀行(総合口座) 記号11110 番号43210461 他金融機関より送金▶▶▶ ゆうちょ銀行 普通 店名:一一八 口座番号:4321046 加入者名 長野マスターズ陸上競技連盟
- 表彰** 出場し、記録を残した方全員に賞状を授与する。各種目優勝者には優勝メダルを授与する。
- ナンバーカード** 参加選手は所持するナンバーカード(県番号+登録番号)を使用する。なお、新たに登録した県内選手には、当日受付にて配布する。
- 受付** 大会当日、午前7時30分から競技場玄関ホールにて行う。受付の際、体調管理チェックシートを提出する。
- 競技の実施細目**
  - 全天候用スパイクピンを使用し、長さは9mm以下(走高跳、やり投は12mm以下)とする。
  - 3000m(男子20分・女子25分)、5000m(男子25分)、3000mW(男子30分・女子35分)の制限時間を設ける。これを超えた場合は新たな周回に入れない。
  - 走高跳及び棒高跳を除き、フィールド競技(跳躍・投てき)の試技数は4回までとする。
  - 棒高跳ポールは、各自持参する事。(競技場宛での送付も可)
  - 踏切板の位置は、走幅跳1m及び2m、三段跳び5m、7m、9m、11m、13m、とする。
  - 投てき器具は、主催者側が用意したものを使用する。
  - その他の細目については、プログラムの「競技注意事項」を遵守し競技すること。

### 18. その他

①参加者の受付状況を、受付締切10日後を目途に、また競技日程を競技開催日の5日前までに[長野マスターズ陸上競技連盟Webサイト]に掲載する。参加者への郵送は、原則行わない。②納入された参加料は、理由の如何に関わらず返金しない。③賞状は必ず持ち帰ること。ただし郵送希望者には郵送料を徴収し、後日郵送する。\*賞状のみ定形郵便(120円)、賞状及びメダルはレターバックライト(370円)\*「あて名」は、大会当日に選手自身が記入すること。④個人情報については、大会運営に必要なことのみを使用目的とする。⑤事前に健康診断を受けるなど、自己の健康管理には充分留意し参加すること。⑥競技中の傷病に対し主催者は応急処置は行うが、一切責任を負わないものとする。⑦大会当日、主催者は参加者に対し、一日レクリエーション傷害保険に加入する。また、万一の場合に備え、参加者は健康保険証を持参することが望ましい。⑧新型コロナウイルス感染症拡大対策について今後の状況を判断し、長野マスターズ陸上競技連盟ホームページに掲載します。⑨駐車場について、競技場内の駐車場は許可書が無いと使用できない。・下図の「飯田コアカレッジ様」「コープながの様」、「創価学会様」の駐車場を利用すること。・なお駐車場での事故、違反行為、トラブル等については本人の責任において処理すること。