

4年ぶりの海外大会

諏訪支部 矢澤 恵一

5月12日から20日まで韓国の全羅北道で開催された、アジアパシフィックマスターズゲームズに参加して来ました。2019年のマスターズ選手権以来4年振りの海外大会です。前回マレーシア大会では100m銀、200m金 4×100mR金だったので、メダルを取らずには帰れない大会です。最初に100mが開会式前に行われました。

メダルをもって開会式にのぞむ為にも負けられません。（開会式は選手同士、国を超えての交流の場所なので、メダルがあるとめっちゃ話しかけられます（笑））

本来海外大会はラウンド制で行われるのですが、今回はタイムレースでした。僕は、最終組だったので、ほかのレースを見てからの出場でした。皆さん持ちタイムより振るわない様子だったので、タイム的には大きなミスさえなければ勝てそうだったので、リラックスして挑めました。号砲が鳴り、飛び出した感触は良好！しかし途中スパイクのピンが引っかかり、あわや転倒かと思ったが何とか逃げ切りゴール！タイムこそ振るいませんでしたが、何とか金メダルを獲得できました。

その後の開会式はとにかく凄かったです。スタジアムいっぱいの観客、日本では消防法引かかるレベルの盛大な花火！海外の国際大会開会式は国の威信をかけているのが伝わる、盛大なものでした。

大会の急な日程変更で、4×200mRに参加することができなくなってしまったので、

次の200mが最後の競技となりました。100mを得意とするスピード先行型と、400mを得意とするスタミナ後半型の駆け引きもある200m、僕は前半いかに飛ばして、

逃げ切るかに、かかっています。しかし、出走レーンは、1番外の8レーン、ライバルは400mの後半型選手。内側のレーンであれば、スタート直後にインから抜き、心をおろすことができ、優位に立つことができますが、アウトレーンなので、相手のスピード距離感が掴めません。とにかく全力でぶち込み逃げるべきですが、後半大きくダレるので、その辺の加減が難しい、先行しているので、勝てるかもという驕りが芽生え後半を考え、少しセーブしたままコーナーをトップでぬけました。…しかし、相手はスタミナたっぷり後半型。ジリジリ詰められ抜かれてしまいました。トータル2位の銀メダルに終わりました。タイム的には勝てない相手ではなかったのですが、悔やまれる戦いでした。悔いは残りましたが、コロナで4年という間があきましたが、また海外の方々と競えたことは、とても喜ばしく思いました。

リベンジを誓い次回は11月フィリピン アジアマスターズ選手権、1から頑張ってください！



初めての故障！79歳諏訪市最年長市会議員

諏訪支部 近藤 一美

私には誇るべき競技大会での記録は全くありません。陸上部出身者でもなくただ走る事の好きなだけの高齢者であります。

二十歳から走り始めましたので、59年間走り続けていることになります。ちなみにベスト記録はハーフで1時間35分、フルで3時間38分で誇れるような記録ではありません。

今年は、6月に安曇野マラソン完走、10月に諏訪湖マラソン、11月に松本フルマラソンを予定しております。記録はハーフで2時間を切りたい。フルで5時間を切りたいと思っておりますが、最終的には故障なく完走できれば良いと考えております。

その故障ですが、私の自慢は一度も故障したことがないというのが自慢でしたが、昨年9月に諏訪湖マラソンに向けて、練習を少し強化していたのですが、ある日朝起きたら腰に痛みがあり走れなくなりました。

ビックリしてすぐ整形外科に行きました。

医者は、私の症状を聞くなり、典型的な「腰痛椎間板狭窄症」ですね、高齢者は誰でもなりますよと、いたって事務的に病名を告げられました。痛み止めの薬、湿布薬をいただき、腰の牽引に通院をしてください。と言われ3週間通いました。本屋さんで「腰痛椎間板狭窄症」は医者では治らない、「ストレッチ体操で直す」と言う本を購入し朝晩実行しました。

そのかいあって、3週間で全く痛みがなくなり諏訪湖マラソンも無事完走出来ました。

その後、お医者さんに治りました、諏訪湖マラソン完走しました報告したのですが、そんなに早く治るはずがないと不思議に思われました。

1年後の現在も症状が出ませんので医者にはいっていません。

今年6月の安曇野マラソンは4月の選書の関係もあり、全く練習なしで完走はしましたが、太ももの筋肉を痛めてしまい、リハビリ中です。何とか諏訪湖マラソンに間に合わせたいと思っております。

マスターズの大会は来年80歳で5000mを1キロ6分、30分を切ることを目標に出場をしたいと思っております。



編集後記

ブタベスト世界陸上、女子やり投げ北口榛花 金メダルおめでとう。1000mサニブラウンもメダルに近づく存在になりました。来年のオリンピックが楽しみです。

会報作成に於いて、3名の方に文章を書いて頂き感謝しています。

8月に県選手権大会が開催されました。暑さに負けずに参加した選手の活躍を結果と写真で振り返りました。

選手権大会の記録を整理していると参加したことのない種目にチャレンジしたくなりました。（清水 茂美）

2023年10月1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. 43

長野マスターズ陸上競技連盟会報

陸上競技人生を思い出しつつ

白鳥 隆夫（会長2013～2016 理事長・専務理事1999～2010）



令和5年7月に、長野マスターズ広報委員長より「会報43号に載せる文章を書いて欲しい」との連絡を頂き躊躇しつつも光栄のこととお引き受けました。内容につきましては、私に任せて頂きましたので「高校時代」「大学時代」「勤務時代」の三時代に区分して当時を思い出しつつ新聞記事などを参考に綴ってみました。個人名も多く出まして失礼な部分もありますが、お許し願いたいと思います。

『高校時代』

私を陸上競技の虜にしてくれたのは、高校時代の恩師 柴秀雄先生であります。高校での運動部としては「野球」しか頭にありませんでしたが、その思いを根本から取り崩して頂いたのは柴先生でした。

入学後の最初の授業は「体力測定」と称して100m・走幅跳・砲丸投・1500mの測定があり、様子もわからないまま全力をつくしました。運動部は野球部しか認識がありませんでしたので野球部に入りましたが、初日から一年生は練習後部室の清掃をすることが仕事でした。

部室を仲間と出るのは夜の10時過ぎ片道13k余りの通学距離がありましたので、家に帰り着くのは11時過ぎ、これでは高校生活が続けられないと思三日で退部しました。野球部を続けた多くの仲間に対しては今も尊敬の念を持ち続けています。

体力測定後、柴先生より呼び出しがあり「陸上競技部に入らないか」と説得され学校から10分程の所にありました市営陸上競技場で先輩方が練習している姿を見せて頂き入部を決めました。

柴先生は競技場へは生徒より先に見えてウォーミングアップから本練習まで見守っておられるのが常でした。

「クルクルとまわって投げればすぐインターハイだよ」と言われ12ポンドの高校生用のハンマーを初日から練習をしました。練習場と仲間に恵まれ余り知られていないハンマー投げを始めました。練習場には夏休み中、県外の大学生が合宿に来ており指導を受け二年生で神戸市でのインターハイに出場したものの身長166cmしかない自分の体力のなさを感じ悩みましたが柴先生より「男が一度決めたことを途中で断念することは情けない」と激励され続けることを決意しハンマー投げのみでなくハードル競技にも挑戦し県の10傑に入る記録を出すこともできました。（S36年県陸上10傑 ハンマー投(5.443k)1位(7.257k)3位・110mJH10位・200mH7位）

三年時には、静岡インターハイで5位、秋田国体では4位に入賞することができました。この秋田国体は民宿でお世話になりました佐野家は現在も交流を続け秋田の皆さん方の温かい県民性を味わっています。

『大学時代』

千葉県にあります順天堂大学の体育学部に入學し、私が入学した時代には部員も少なく関東地区では下位に所属し箱根駅伝も予選から出場する状況でしたが4年生時には長距離選手が充実し箱根駅伝で優勝するまでに躍進しましたが、私個人としましては、投てき選手としては体力のなさには勝てず競技部内のマネージャーや合宿所の寮長を歴任しながら卒業を迎えました。卒業後は長野県内への入試試験があり高校の体育教師として採用されました。

『勤務時代』

それぞれの学校で、陸上競技部の顧問として全国大会出場を目指し、生徒と共に努力しました。

勤務校と全国大会に出場した選手名と種目を記します。

中野実業高校

高森勝夫(棒高跳)黒岩邦義(110mH)金沢利昌(ハマ-投)

大宮 正(女80mH)全国定時制通信制大会優勝

望月高校

今井典子(走高跳)国体7位 今井典夫(ハマ-投)

鷹野綱子(砲丸投)

丸子実業高校

丸山清孝(やり投)長野IH5位 坂田 守(ハマ-投)

小林敬和(混成五種)大学進学後、全日本選手権10種競技で優勝

小林美恵子(やり投)

屋代南高校

稲葉勇一(ハマ-投)内堀勝人(ハマ-投)丑沢和彦(ハマ-投)

上田東高校

小林 強(やり投)塚田英彦(400m)宇都宮IH3位

横山瑞恵(400m)



マスターズを取り巻く環境は平穏ではありませんが、皆さん理想を持ち続け、競技にかける<青春>を楽しんでほしいと思います。

第34回 長野マスタース陸上競技選手権大会

(2023年8月27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

種目	クラス	記録	風速	順位	氏名	所属	新記録区分
60m	M25	7.56 (+0.8)	1	松澤 憲亮 (29)	山梨県		
	M30	7.53 (-0.8)	1	山口 悠太 (34)	愛知県		
		8.16	2	清水 尚樹 (32)	飯田市		
	M35	7.38 (+0.8)	1	鈴木 翔大 (38)	愛知県		
		7.53	2	長谷部伸一 (39)	長野市		
		8.11	4	名取 和彦 (38)	佐久市		
	M40	7.16 (+0.4)	1	小野 宏貴 (41)	岐阜県	GR	
		7.99	3	松田 淳 (44)	辰野町		
	M45	7.45 (+0.7)	1	栗本 直規 (47)	愛知県		
		7.63	3	小根山恭夫 (48)	長野市		
		8.00	4	矢澤 恵一 (47)	富士見町		
		9.01	5	福田 淳 (49)	安曇野市		
	M50	7.68 (+2.0)	1	広瀬 誠 (50)	岐阜県		
		7.95	4	高木 秀昭 (53)	松本市		
		8.15	6	小松 直人 (50)	松本市		
	M55	7.80	1	武田 秀和 (55)	長野市	GR	
		8.49	4	小町谷直樹 (55)	駒ヶ根市		
		8.82	5	深谷 昌生 (57)	茅野市		
		9.08	6	鈴木 昇 (56)	長野市		
		9.28	7	相澤 昇 (59)	御代田町		
		9.28	7	田中 淳 (62)	小諸市		
	M60	8.63 (+1.7)	1	田中 淳 (62)	小諸市		
		8.63	3	会津 英昭 (64)	長野市		
		8.67	4	山岸 寛美 (62)	長野市		
		8.93	5	藤牧 博和 (62)	長野市		
11.67		6	田中 藤明 (64)	長野市			
M65		9.04 (+2.6)	1	田中 延男 (65)	長野市		
M75	9.56 (+2.6)	1	天沼 昭彦 (78)	軽井沢町			
	12.42	2	藤本 正彦 (77)	池田町			
100m	M25	12.02 (-0.3)	1	松澤 憲亮 (29)	山梨県		
	M30	11.85 (-0.3)	1	保脇隆之介 (31)	安曇野市		
		13.21	4	清水 尚樹 (32)	飯田市		
		13.10	5	大橋 尚弘 (35)	小諸市		
	M35	11.46 (+0.6)	1	鈴木 翔大 (38)	愛知県		
		11.99	2	長谷部伸一 (39)	長野市		
		12.91	4	名取 和彦 (38)	佐久市		
		13.10	5	大橋 尚弘 (35)	小諸市		
	M40	11.34 (-1.4)	1	小野 宏貴 (41)	岐阜県		
		12.58	4	岡本 真平 (44)	飯田市		
		12.85	6	松田 淳 (44)	辰野町		
	M45	11.88 (-0.9)	1	栗本 直規 (47)	愛知県		
		12.25	2	小根山恭夫 (47)	長野市		
		12.65	4	向山 健 (45)	長野市		
		14.13	5	矢澤 恵一 (47)	富士見町		
	M50	12.38 (-1.0)	1	広瀬 誠 (50)	岐阜県		
		13.04	4	小松 直人 (50)	松本市		
		M55	12.76	1	奥山 雄一 (59)	愛知県	
			12.83	3	武田 秀和 (55)	長野市	
			13.29	5	前田 真孝 (58)	伊那市	
		13.49	6	小町谷直樹 (55)	駒ヶ根市		
		14.18	8	深谷 昌生 (57)	茅野市		
		M60	13.10 (-1.1)	1	田中 淳 (62)	小諸市	
	14.18		3	会津 英昭 (64)	長野市		
14.27	4		山岸 寛美 (62)	長野市			
14.88	5		田中 藤明 (64)	長野市			
15.57	6		柳原 渉 (61)	上田市			
M65	14.86 (-0.2)	1	伊藤 文男 (67)	上田市			
	14.90	2	田中 延男 (65)	長野市			
	15.59	3	小林 博幸 (68)	中野市			
M70	17.51 (-0.2)	1	齋藤 忠守 (73)	富士見町			
	17.51	1	天沼 昭彦 (78)	軽井沢町			
M75	15.03 (+1.5)	1	小俣 攻 (79)	伊那市			
	23.07	2	小俣 攻 (79)	伊那市			
200m	M25	25.32 (-0.7)	1	原 由樹 (29)	山梨県		
	M30	24.31 (-0.7)	1	山口 悠太 (34)	愛知県		
	M35	23.19 (-0.7)	1	鈴木 翔大 (38)	愛知県		
		26.43	2	名取 和彦 (38)	佐久市		
200m	M35	27.18 (-0.7)	3	大橋 尚弘 (35)	小諸市		
	M40	22.68 (-1.2)	1	小野 宏貴 (41)	岐阜県	GR	
	M45	25.57 (-1.2)	1	栗本 直規 (48)	愛知県		
	M50	26.05 (-1.4)	1	柴田 伸孝 (54)	岐阜県		
	M55	26.15	1	徳永増美津 (56)	愛知県		
		27.11	3	前田 真孝 (58)	伊那市		
		27.49	4	小町谷直樹 (55)	駒ヶ根市		
		28.72	6	上柳 豪 (59)	伊那市		
		31.72	7	坂本 隆一 (57)	南木曾町		
		M60	26.56 (-1.4)	1	田中 淳 (62)	小諸市	
	M65	31.19 (-1.4)	1	田中 延男 (65)	長野市		
	M70	37.16 (+0.1)	1	仲上 敏美 (73)	大桑村		
	M75	31.75 (+0.1)	1	天沼 昭彦 (78)	軽井沢町		
		39.51	2	高田 次雄 (76)	上田市		
	M30	56.27	1	松島 良太 (30)	愛知県		
		M40	52.71	1	前内 洸介 (40)	神奈川県	GR
		1:02.28	2	有賀 稔 (42)	中野市		
		M50	59.08	1	眞武耕一郎 (54)	岐阜県	
		M55	1:02.87	1	森山 賢一 (59)	神奈川県	
		M60	1:09.15	1	中嶋 雅孝 (60)	滋賀県	
	M65	1:14.50	2	藤沢 久義 (61)	長野市		
		1:17.52	1	仙石 照雄 (66)	岐阜県		
		1:25.25	3	浅品 孝史 (67)	長野市		
		M70	1:19.19	1	高山 博士 (71)	須坂市	
		1:25.18	2	仲上 敏美 (73)	大桑村		
M75		1:33.89	1	高田 次雄 (76)	上田市		
	1:44.38	2	藤本 正二 (77)	池田町			
M40	2:17.74	1	小林 祐也 (41)	長野市			
	2:18.54	2	大村 一 (44)	塩尻市			
	M45	2:21.64	1	丸山 義文 (46)	飯綱町		
	M50	2:24.79	1	杉本 敦司 (51)	岐阜県		
	M55	2:30.16	1	森山 賢一 (59)	神奈川県		
	M60	3:00.56	1	中嶋 雅孝 (60)	滋賀県		
M65	3:32.21	1	浅品 孝史 (67)	長野市			
	M70	3:26.43	1	仲上 敏美 (73)	大桑村		
	M35	5:32.70	1	池元 佑輔 (36)	神奈川県		
	M40	4:25.65	1	大村 一 (44)	塩尻市		
	4:41.47	2	小林 祐也 (41)	長野市			
	M45	4:43.49	1	丸山 義文 (46)	飯綱町		
M50	4:33.00	1	山田 展行 (51)	安曇野市			
	5:22.52	2	堀川 健一 (50)	長野市			
	M55	5:20.04	1	森山 賢一 (59)	神奈川県		
M60	6:16.66	1	中嶋 雅孝 (60)	滋賀県			
	M70	7:55.49	1	山岡 清孝 (72)	岡谷市		
	M75	6:08.97	1	平塚 光明 (75)	岐阜県		
	M35	11:20.21	1	池元 佑輔 (36)	神奈川県		
		M40	10:20.26	1	大村 一 (44)	塩尻市	
		M45	10:37.73	1	丸山 義文 (46)	飯綱町	
M70	16:58.21	1	山岡 清孝 (72)	岡谷市			
	M85	18:56.94	1	石川 正男 (85)	山梨県	大会創設	
	M25	16:28.74	1	奥野 直伸 (25)	東京都	GR	
M35	19:08.66	1	池元 佑輔 (36)	神奈川県			
	M40	17:55.44	1	小林 祐也 (41)	長野市		
	M45	18:07.00	1	中村賢太郎 (49)	飯田市		
M55	20:05.63	1	横山 武 (59)	岐阜県			
	21:18.98	2	寺沢 真 (57)	松本市			
	M35	24:59.90	1	村上 嵩 (36)	岐阜県		
M55	20:34.09	1	塚越 晋也 (56)	群馬県			
	M70	25:16.28	1	山田 賢一 (72)	安曇野市		
	M75	25:56.85	1	小田 美一 (76)	愛知県		
M25	46.56	1	松澤 憲亮 (29)	山梨県	大会創設		
			小北 大志 (30)				
			佐野 道造 (29)				
			原 由樹 (29)				

種目	クラス	記録	風速	順位	氏名	所属	新記録区分
4x100m	M55	48.50	1	奥山 雄一 (59)	愛知県		
				渡辺 実 (57)			
				徳永増美津 (56)			
				加藤 公司 (55)			
	M60	58.11	1	藤沢 久義 (61)	長野県	GR	
				山岸 寛美 (62)			
				藤牧 博和 (62)			
				会津 英昭 (64)			
		M65	1:04.09	1	高山 博士 (71)	長野県	大会創設
					小林 博幸 (68)		県創設
				浅品 孝史 (67)			
				田中 延男 (65)			
走高跳	M30		1.75	1	保脇隆之介 (31)	安曇野市	
	M45		1.50	1	佐藤 徳仁 (47)	愛知県	
	M55	1.25	1	小林 広幸 (56)	伊那市		
	M60	1.50	1	岩元 義和 (62)	富士見町		
	M65	1.20	1	小林 博幸 (68)	中野市		
	M70	0.95	1	田中 清 (70)	三重県		
	M75	0.95	1	小俣 攻 (79)	伊那市		
棒高跳	M50	2.20	1	後藤 幸治 (53)	愛知県		
	M60	1.80	1	新井 誠 (61)	御代田町		
	M65	1.70	1	田中 米人 (67)	茅野市		
走幅跳	M40	5.19 (-0.9)	1	黒澤 亮介 (40)	愛知県		
		4.84 (-0.4)	2	有賀 稔 (42)	中野市		
	M45	5.11 (+0.4)	1	宮澤 憲二 (48)	筑北村		
	M55	5.03 (+0.2)	1	前田 真孝 (58)	伊那市		
	M60	4.89 (+0.6)	1	山本 大八 (63)	須坂市		
		4.60 (+0.2)	2	藤牧 博和 (62)	長野市		
	三段跳	M45	10.45 (+2.6)	1	日馬 正貴 (45)	安曇野市	
		10.35 (+2.9)	2	宮澤 憲二 (48)	筑北村		
M50		11.30 (+3.3)	1	高木 秀昭 (53)	松本市		
立五段跳	M55	9.16 (+3.1)	1	太田 正巳 (56)	東京都		
	M60	10.34 (-0.1)	1	清水 安治 (62)	滋賀県		
	M65	9.42 (+0.8)	1	関 善広 (66)	岐阜県		
	M35	14.53	1	吉川 翼 (36)	南箕輪村	KR/GR	
	M45	13.32	1	日馬 正貴 (45)	安曇野市		
		10.77	2	福田 淳 (49)	安曇野市		
M50		13.22	1	高木 秀昭 (53)	松本市		
砲丸投	M30	10.23 (7.260kg)	1	鎌田 悟司 (34)	愛知県		
	M45	7.43 (7.260kg)	1	福田 淳 (49)	安曇野市		
	M50	9.00 (6.000kg)	1	小林 和夫 (53)	辰野町		
	M55	8.94 (6.000kg)	1	堀畑 幸信 (56)	静岡県		
	M60	10.08 (5.000kg)	1	橋澤 克之 (60)	飯山市		
円盤投	M65	8.56 (5.000kg)	1	太田 豊 (67)	白馬村		
		8.38	2	大宮 直人 (69)	南木曾町		
	M70	6.18 (4.000kg)	1	辻 正雄 (70)	岐阜県		
		3.39	3	佐々木久孝 (71)	飯田市		
	M75	9.59 (4.000kg)	1	鈴木 照見 (77)	埼玉県		
	M80	10.63 (3.000kg)	1	山田 博嗣 (82)	愛知県	GR	
	M50	27.57 (1.500kg)	1	中根 裕司 (54)	愛知県		
		27.43	2	小林 和夫 (53)	辰野町		
		22.86	3	小松 英生 (51)	茅野市		
		22.59	4	堀田 康浩 (51)	池田町		
		M55	22.48 (1.500kg)	1	堀畑 幸信 (56)	静岡県	
		M60	36.63 (1.000kg)	1	村井 克行 (60)	三重県	
M65	33.02 (1.000kg)	1	太田 豊 (67)	白馬村			
	19.41	2	田中 米人 (67)	茅野市			
	M70	20.68 (1.000kg)	1	神澤 信幸 (71)	松本市		
	9.71	3	佐々木久孝 (71)	飯田市			
	M75	29.00 (1.000kg)	1	鈴木 照見 (77)	埼玉県		

種目	クラス	記録	風速	順位	氏名	所属	新記録区分
円盤投	M75	18.49 (1.000kg)	2	寺嶋 明 (76)	長野市		
	M50	31.58 (6.000kg)	1	小林 和夫 (53)	辰野町		
	M60	36.04 (5.000kg)	1	村井 克行 (60)	三重県		
ハンマー投	M70	25.57 (4.000kg)	1	神澤 信幸 (71)	松本市		
		10.30	2	佐々木久孝 (71)	飯田市		
	M75	29.08 (4.000kg)	1	外山 修 (78)	愛知県		
		21.88	2	寺嶋 明 (76)	長野市		
	M80	39.85 (3.000kg)	1	山田 博嗣 (82)	愛知県	GR	
	やり投	M30	36.25 (800g)	1	鎌田 悟司 (34)	愛知県	
M35		30.54 (800g)	1	村上 嵩 (36)	岐阜県		
M45		45.89 (800g)	1	遠藤 毅 (48)	京都府		
M50		47.99 (700g)	1	川島 康裕 (51)	和歌山県		
M55		36.74 (700g)	1	有賀 信彦 (57)	岐阜県		
		34.05	2	等々力裕博 (59)	安曇野市		
		27.28	3	相澤 昇 (59)	御代田町		
M60		23.83 (600g)	1	鎌田 浩之 (62)	愛知県		
		21.80	2	伊藤 忠彦 (64)	茅野市		
		20.28	3	新井 誠 (61)	御代田町		
	M65	21.57 (600g)	1	小林 博幸 (68)	中野市		
	M70	19.71 (500g)	1	水口 尚幸 (70)	岐阜県		
M75	27.04 (500g)	1	外山 修 (78)	愛知県			

女子

種目	クラス	記録	風速	順位	氏名	所属	新記録区分
60m	W30	7.82 (+1.1)	1	松井 美樹 (31)	愛知県	GR	
	W40	8.18 (+1.1)	1	熊谷 香織 (43)	安曇野市	GR	
	W45	9.13 (+1.1)	1	大倉 悠子 (46)	岐阜県		
	W55	9.74 (+1.1)	1	東山久美子 (57)	富山県		
		8.94 (+1.2)	1	國府谷幸香 (60)	三重県		
	W60	10.70	2	小林 悦子 (62)	長野市		
		11.44	4	笠原千代子 (64)	長野市		
	W70	11.84 (+1.2)	1	中村 陽子 (70)	長野市		
100m	W80	12.83 (+1.2)	1	田口三七子 (80)	長野市	大会創設	
	W30	12.70 (-0.6)	1	松井 美樹 (31)	愛知県	GR	
	W40	13.45 (-0.6)	1	熊谷 香織 (43)	安曇野市	GR	
	W45	14.86 (-0.6)	1	大倉 悠子 (46)	岐阜県		
	W55	15.51 (-0.6)	1	吉田ゆかり (55)	小布施町		
		14.51 (+0.2)	1	國府谷幸香 (60)	三重県	GR	

第34回 長野マスターズ陸上競技選手権大会写真

(写真撮影：広報委員 大宮直人)

100m (男子)



200m (男子)



800m (男子)



1500m



3000m



5000m



100m (女子)



200m (女子)



800m (女子)



3000m強歩 (女子)



走幅跳・立五段跳



やり投げ



日本新記録表彰

