

2015 (H27) 年版

なにわMC ランキング

Ver 6.00



涙の花舞台

おしどり峠・・・

福知山マラソン 11月23日

■ 全日本1歳刻みマラソン ランキング	---	1 ページ
■ 5000m・5K	-----	2 ページ
■ 10K・ハーフマラソン	-----	3 ページ
■ フルマラソン	-----	4 ページ
■ ウルトラ マラソン	-----	5 ページ
■ 富士登山競争(歴代)	-----	6 ページ
■ 練習会出席率	-----	7 ページ
■ アンケート	-----	8~10 ページ
■ プレーバック	-----	11 ページ



web『なにわMC沈黙の記録』より転載

作 成：大久保 栄次
校 正：森本 多賀雄



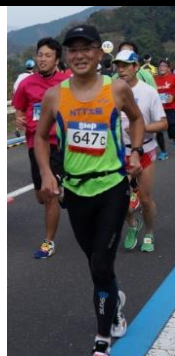
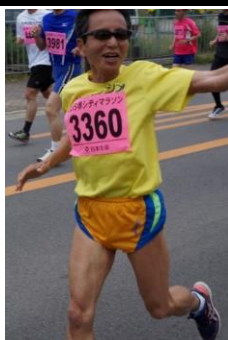
2015年12月24日

全日本マラソンランキング 1歳刻み(100位まで入賞) 昨年度

2014年4月～2015年3月まで (2014年度)

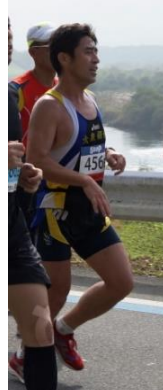
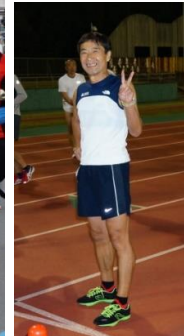
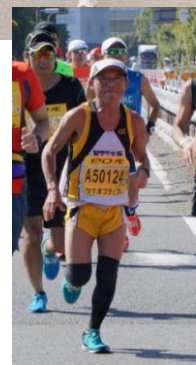
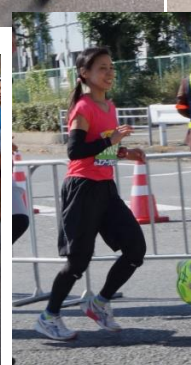
比率150以上: 赤

順位	年齢	1歳順位	選 手	記 録	備 考	前年 1歳順位	UP比(%)
1	60	4	松田 嘉子	3:26:57	防府マラソン	2	50
2	53	9	松村 みほ	3:10:40	大阪国際女子マラソン	6	67
3	64	10	足立 安隆	3:18:31	別大マラソン	22	① 220
4	59	13	今堀 昭恵	3:46:11	防府マラソン	7	54
5	69	24	竹上 嘉勇	3:33:53	加古川マラソン	28	117
6	54	31	梨原 一代	3:33:31	奈良マラソン	35	113
7	47	46	山村 正人 (マリオ)	2:48:33	防府マラソン	63	137
8	52	58	加納 りえ	3:34:53	泉州国際マラソン	40	69
9	58	62	田中 久子	4:05:17	名古屋ウィメンズ		
10	63	70	辨野 裕己	3:29:44	東京マラソン		
11	56	88	長藤 宏	3:14:43	別大マラソン	152	173
12	49	91	亀田 由利子	3:36:26	防府マラソン	80	88
13	48	92	西條 宣子	3:38:47	福知山マラソン	130	141
14	44	99	松久 泰	2:50:32	別大マラソン	114	115
15	57	100	林 かよみ	4:05:25	福知山マラソン	191	③ 191
16	48	109	松波 浩美	3:42:04	防府マラソン	46	42
17	46	141	久保 章子	3:42:55	福知山マラソン	161	114
18	65	143	玉田 章二	3:51:23	篠山マラソン	256	179
19	54	145	馬場 宏	3:13:47	防府マラソン	132	91
20	50	160	辻林 一吉	3:03:39	別大マラソン	64	40
21	43	163	井上 紀子	3:40:08	泉州国際市民マラソン	121	74
22	51	169	北門 たづ子	3:56:12	奈良マラソン	205	121
23	51	198	安部 政治	3:08:10	別大マラソン	116	59
24	65	203	宮埜 好一郎	3:56:00	泉州国際市民マラソン	247	122
25	49	204	小牟田 竜一	3:03:32	鳥取マラソン	37	18
26	62	308	森本 多賀雄	3:52:42	福知山マラソン	203	66
27	56	357	久保 敦子	4:49:40	篠山マラソン	401	112
28	54	390	升也 朋子	4:33:40	篠山マラソン	233	60
29	60	412	福田 雄次郎	3:54:55	福知山マラソン	420	102
30	52	481	北門 修	3:28:13	奈良マラソン	321	67
31	65	728	和田 博志	4:39:53	泉州国際市民マラソン	512	70
32	52	763	櫻原 宏司	3:32:38	福知山マラソン	1044	137
33	52	770	平岡 正樹	3:32:53	篠山マラソン	333	43
34	49	832	内山 修司	3:26:36	泉州国際市民マラソン	1620	② 195
35	64	957	住友 善一	4:45:15	泉州国際市民マラソン	***	
36	33	978	小林 弘和	3:37:57	神戸マラソン	614	63
37	51	1188	光井 達也	3:41:14	泉州国際市民マラソン	682	57
38	46	1572	長手 智宏	3:41:50	篠山マラソン	1749	111
39	62	1782	倉内 勝則	5:31:00	北海道マラソン	577	32
40	54	3580	山添 彰三	5:00:29	神戸マラソン	2238	63
41	44	7972	石崎 健二	6:24:06	大阪マラソン	***	



5000m & 5K ベストタイム 2015年(平成27年)

順位	日付	大会名	選手	タイム
1	10月31日	全日本マスタース	小牟田 竜一	16:55
2	10月21日	長居外周ミニマラソン	長手 智宏	19:56
3	4月15日	長居外周ミニマラソン	平岡 正樹	20:18
4	10月21日	長居外周ミニマラソン	小林 弘和	20:19
5	2月18日	長居外周5kmT・T	安部 政治	20:40
6	4月15日	長居外周ミニマラソン	辨野 裕己	21:05
7	10月21日	長居外周ミニマラソン	森本 多賀雄	21:24
8	10月21日	長居外周ミニマラソン	馬場 宏	21:41
9	10月21日	長居外周ミニマラソン	二村	21:43
10	10月21日	長居外周ミニマラソン	檜原 宏司	21:54
11	9月30日	長居外周5kmT・T	井上 紀子	22:20
12	10月24日	橿原神宮ナイトラン	松田 Y子	22:20
13	10月21日	長居外周ミニマラソン	足立 安隆	22:32
14	3月25日	長居外周5kmT・T	松波 浩美	22:38
15	3月25日	長居外周5kmT・T	和田 博志	22:41
16	10月21日	長居外周ミニマラソン	内藤 青児	22:41
17	2月25日	長居外周5kmT・T	宮埜 好一郎	23:14
18	6月24日	長居外周5kmT・T	林 かよみ	23:25
19	6月24日	長居外周5kmT・T	平野	23:25
20	10月24日	橿原神宮ナイトラン	大久保 栄次	23:59
21	2月25日	長居外周5kmT・T	伊藤 一正	24:05
22	2月25日	長居外周5kmT・T	竹上 嘉勇	24:16
23	10月21日	長居外周ミニマラソン	中出 進一	24:31
24	8月26日	長居外周5kmT・T	越 博雅	24:36
25	4月15日	長居外周ミニマラソン	住友 善一	25:08
26	10月21日	長居外周ミニマラソン	坂野 豊彦	26:46
27	10月21日	長居外周ミニマラソン	生田 邦夫	28:31
28	10月21日	長居外周ミニマラソン	升也 朋子	28:34
29	10月21日	長居外周ミニマラソン	久保 敦子	29:29
30	4月15日	長居外周ミニマラソン	内藤 庸子	29:59



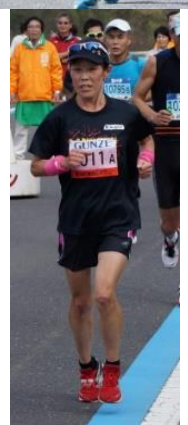
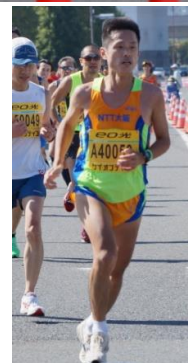
10000m & 10k ベスト 2015年(平成27年)					
順位	日付	大会名	選 手	タ イ ム	備 考
1	1月18日	第23回高槻シティハーフ10k	小牟田 竜一	0:36:25	4位/ 555
2	10月18日	ねんりんピック山口2015	足立 安隆	0:39:46	70歳台未満の部 7位/40
3	2月11日	いかるがの里法隆寺マラソン	馬場 宏	0:41:50	5位入賞 ヤッタ(^o^)/
4	4月29日	堺シティマラソン	平岡 正樹	0:42:13	中間点21:39
5	4月22日	長居外周10k	長手 智宏	0:42:52	
6	12月2日	長居外周10k	小林 弘和	0:44:56	
7	5月20日	長居外周10k	辨野 裕己	0:45:12	
8	7月15日	長居外周10k	安部 政治	0:45:17	
9	5月20日	長居外周10k	森本 多賀雄	0:46:13	
10	4月29日	堺シティマラソン	和田 博志	0:46:19	
11	2月11日	いかるがの里法隆寺マラソン	松波 浩美	0:47:42	
12	6月17日	長居外周10k	井上 紀子	0:48:19	
13	7月15日	長居外周10k	樫原 宏司	0:48:27	
14	4月29日	堺シティマラソン	宮埜 好一郎	0:48:52	
15	7月15日	長居外周10k	松田 Y子	0:49:13	
16	7月15日	長居外周10k	竹上 嘉勇	0:49:22	
17	7月15日	長居外周10k	内藤 青児	0:49:39	
18	4月29日	堺シティマラソン	中出 進一	0:50:55	
19	6月17日	長居外周10k	大久保 栄次	0:51:30	
20	4月29日	堺シティマラソン	山田	0:52:52	
21	6月17日	長居外周10k	小林 次郎	0:52:55	
22	7月15日	長居外周10k	越 博雅	0:54:07	
23	1月11日	第62回信太山クロスカントリー	住友 善一	0:56:58	237位/ 621
24	4月29日	堺シティマラソン	武田	1:04:42	

ハーフマラソンベスト 2015年(平成27年)					
順位	日付	大会名	選 手	タ イ ム	備 考
1	1月18日	第23回高槻シティハーフ	安部 政治	1:25:36	62位/ 1695 男子40歳～59歳の部
2	1月25日	2015大阪ハーフマラソン	森 雅夫	1:30:11	384位
3	5月24日	第28回麒麟獅子マラソン	足立 安隆	1:30:28	3位/156
4	1月18日	第23回高槻シティハーフ	馬場 宏	1:33:10	187位/1695男子40歳～59歳の部
5	1月25日	2015大阪ハーフマラソン	平岡 正樹	1:33:15	469位
6	11月1日	丹波もみじの里ハーフ	森本 多賀雄	1:36:24	年代別 13位
7	1月25日	2015大阪ハーフマラソン	樫原 宏司	1:38:38	621位
8	1月25日	2015大阪ハーフマラソン	井上 紀子	1:39:46	96位
9	9月27日	玉造ハーフマラソン大会	辨野 裕己	1:41:58	24位/170
10	1月18日	第23回高槻シティハーフ	松波 浩美	1:42:05	25位/ 362女子40歳～59歳の部
11	3月21日	第5回淀川国際ハーフ	宮埜 好一郎	1:46:04	-
12	1月25日	2015大阪ハーフマラソン	林 かよみ	1:46:19	146位
13	3月21日	第5回淀川国際ハーフ	和田 博志	1:47:50	
14	11月1日	丹波もみじの里ハーフ	大久保 栄次	1:51:18	年代別 11位
15	11月1日	丹波もみじの里ハーフ	山口 明伸	1:54:46	年代別 53位
16	1月25日	2015大阪ハーフマラソン	中出 進一	1:56:26	

フルマラソン ベスト

2015年(平成27年)

順位	日付	大会名	選 手	タイム(N)	備 考
1	3月1日	第35回篠山ABCマラソン	松本 佳哲	2:50:28	
2	2月1日	別府大分毎日マラソン	松久 泰	2:50:32	518位
3	3月1日	第35回篠山ABCマラソン	山村 正人	2:55:03	
4	3月15日	鳥取マラソン2015	小牟田 竜一	3:03:32	-
5	2月1日	別府大分毎日マラソン	辻林 一吉	3:03:39	-
6	2月1日	別府大分毎日マラソン	安部 政治	3:08:10	-
7	11月23日	第25回福知山マラソン	安部 光弘	3:09:51	
8	2月1日	別府大分毎日マラソン	馬場 宏	3:13:47	-
9	11月23日	第25回福知山マラソン	松村 みほ	3:14:13	
10	2月1日	別府大分毎日マラソン	長藤 宏	3:14:43	-
11	11月23日	第25回福知山マラソン	タ永 智子	3:16:32	
12	10月25日	第5回大阪マラソン	岡島 謙二	3:16:55	
13	10月25日	第5回大阪マラソン	森 雅夫	3:17:58	
14	2月1日	別府大分毎日マラソン	足立 安隆	3:18:31	
15	10月25日	第5回大阪マラソン	平岡 正樹	3:23:12	
16	2月15日	第22回 泉州国際マラソン	内山 修司	3:26:36	312/675
17	11月1日	淀川市民マラソン	長手 智宏	3:26:43	
18	3月8日	名古屋ウィメンズ	能勢 結希	3:26:45	
19	11月23日	第25回福知山マラソン	松田 Y子	3:27:37	
20	2月22日	東京マラソン	辨野 裕己	3:29:44	順位 3331/26812
21	12月20日	第46回防府マラソン	小林 弘和	3:31:50	
22	12月23日	第26回加古川マラソン	竹上 嘉勇	3:33:52	今期ベスト(°o°)／
23	12月20日	第46回防府マラソン	田中 久子	3:34:05	
24	2月15日	第22回 泉州国際マラソン	加納 りえ	3:34:53	45/170
25	10月25日	第5回大阪マラソン	木岡 あゆみ	3:35:25	
26	10月25日	第5回大阪マラソン	井上 紀子	3:39:33	
27	12月20日	第46回防府マラソン	森本 多賀雄	3:42:17	
28	3月1日	第35回篠山ABCマラソン	桒原 宏司	3:42:46	
29	11月23日	第25回福知山マラソン	タ永 順次	3:42:53	
30	3月8日	名古屋ウィメンズ	西條 宣子	3:44:36	
31	2月22日	姫路城マラソン2015	松波 浩美	3:44:58	47位/928
32	10月25日	第5回大阪マラソン	岡島奈都恵	3:45:54	
33	10月25日	第5回大阪マラソン	和田 博志	3:53:45	
34	3月1日	第35回篠山ABCマラソン	玉田 章二	3:55:00	
35	2月15日	第22回 泉州国際マラソン	宮埜 好一郎	3:56:00	1059/3069
36	2月15日	第22回 泉州国際マラソン	福田 雄次郎	4:00:34	1265/3069
37	10月25日	第5回大阪マラソン	久保 章子	4:04:42	
38	2月15日	第22回 泉州国際マラソン	林 かよみ	4:07:40	119/170
39	10月25日	第5回大阪マラソン	今堀 昭恵	4:10:08	
40	3月1日	第35回篠山ABCマラソン	升也 朋子	4:34:06	
41	11月23日	第25回福知山マラソン	尾崎 薫	4:34:28	
42	2月15日	第22回 泉州国際マラソン	住友 善一	4:45:15	2594/3069
43	2月15日	第22回 泉州国際マラソン	久保 敦子	4:49:40	166/170



100k ウルトラ マラソン 全記録 2015年(平成27年)						
順位	日付	大会名	選 手	タ イ ム	備 考-1	備 考-2
1	1月11日	宮古島ワイドーマラソン	松田 Y子	9:41:14	-	5位/-
2	5月31日	2015えびす・だいこく	平岡 正樹	10:06:11	57位/449	60位/523
3	5月31日	2015えびす・だいこく	松波 浩美	10:34:39	7位/74	79位/523
4	9月20日	2015歴史街道丹後	内山 修司	10:53:49	231位/1424	
***	1月11日	宮古島ワイドーマラソン	平岡 正樹	10:54:17	-	-
5	3月29日	大阪ウルトラマラソン	檜原 宏司	10:57:06	-	
6	5月31日	2015えびす・だいこく	今堀 昭恵	11:03:30	12位/74	112位/523
***	1月11日	宮古島ワイドーマラソン	今堀 昭恵	11:20:07	-	-
7	5月31日	2015えびす・だいこく	西條 宣子	11:21:29	14位/74	136位/523
***	6月28日	第30回サロマ湖100km	今堀 昭恵	11:22:05	9位/55	70位/335
8	9月20日	2015歴史街道丹後	馬場 宏	11:31:48	327位/1424	
9	5月31日	2015えびす・だいこく	玉田 章二	11:53:15	157位/449	174位/523
10	5月31日	2015えびす・だいこく	森本 多賀雄	12:26:50	190位/449	209位/523
***	5月17日	星の郷・ハケ岳野辺山	松田 Y子	13:51:07	完走11回連続	ヤッタ (^o^)

※ 右寄りにはセカンドタイム

250kウルトラ マラソン 全記録 2015年(平成27年)						
順位	日付	大会名	選 手	タ イ ム	備 考-1	備 考-2
	4/18・19	2015 さくら道国際 ネイチャーラン 250k	松田 Y子	35時間37分	14位/15	96位/104
			古山 孝子	35時間40分	15位/15	97位/104
	5/2~4	第27回山口萩往還 マラニック大会 250k	松田 Y子	41:30:56	2位	41位/240
			古山 孝子	41:30:56	3位	42位/240
			今堀 昭恵			DNF
			竹上 嘉勇			DNF
	9/25・26	スパルタスロン 246k	古山 孝子	35:54:23	172位/174	20位/21
			松田 Y子	15:57:36	124kmまで	DNF

来年はリベンジだ

再チャレンジしよう

夜叉ヶ池全記録 2015年(平成27年)									
	日付	大会名	選 手	1日目 45k		2日目 90k		合計 135k	
	7月25日	2015夜叉ヶ池マラニック	松波 浩美	5:12:18	60位	12:11:43	39位	17:24:01	41位
		マラニック 135km	馬場 宏	5:06:20	54位	12:34:30	49位	17:40:50	46位
	(土)	(岐阜県安八郡神戸町から	西條 宣子	5:11:48	57位	12:35:35	52位	17:47:23	48位
	~26日	揖斐郡揖斐川町坂内一帯)	古山 孝子	5:15:26	65位	13:28:57	75位	18:44:23	68位
	(日)		松田 Y子	5:17:20	67位	13:29:32	77位	18:46:23	70位
			今堀 昭恵	5:59:34	136位	14:04:28	97位	20:04:02	103位
			越 博雅	6:14:23	186位	14:19:27	117位	20:33:50	135位

その他 ウルトラ マラソン全記録 2015年(平成27年)					
日付	大会名	選手	タイム	備考-1	備考-2
2/28~3/1	第5回小江戸大江戸	松田 Y子	31:16:03	200kフットレース	制限 36 時間 2位/-
3/28~29	キャノンボール六甲	松田 Y子	40:15:00	往復112km	チームの部
9月27日	村岡ウルトラ 88km	檜原 宏司	11:51:47	88km	46位/142
1月11日	宮古島ワイドーマラソン	能勢 結希	4:12:44	女子50km	女子の部 優勝
5月7日	鯖街道ウルトラ 77k	檜原 宏司	9:52:00	77km	

富士登山競走(山頂コース)歴代記録

2015年12月24日 現在

順位	日付	回数	選手	馬返し	馬返し ～5合目	五合目 (2時間20分)	5号目 ～8号 目	八合目 (4時間0分)	8合目 ～山頂	山頂 (4時間30分)	備考 ← (関門時間)
1	H20.7.25	第61回	阿部 俊	0:56:38	0:46:52	1:43:30	1:16:26	2:59:56	0:26:21	3:26:17	完走！！ 74位/1152
2	H15.7.25	第56回	松本 佳哲							3:33:31	完走！！ 101位
3	H15.7.25	第56回	長藤 宏							3:42:09	完走！！
4	H16.7.23	第57回	安部 政治							3:48:35	完走！！
5	H19.7.27	第60回	松田 健志	??		??		??		3:57:39	完走！！
6	H25.7.26	第66回	池嶋 学	1:01:07	0:53:32	1:54:39	1:35:11	3:29:50	0:35:13	4:05:03	完走！！
7	H22.7.23	第63回	西連寺 弘	1:00:22	0:55:41	1:56:03	1:37:58	3:34:01	0:33:38	4:07:39	完走！！
8	H27.7.24	第68回	糸 篤	1:03:52	58:09:00	2:02:01	1:35:14	3:37:15	0:30:58	4:08:13	完走！！ 自己新
9	H23.7.22	第64回	森 雅夫	1:02:25	0:54:55	1:57:20	1:38:50	3:36:10	0:35:53	4:12:03	完走！！ 初完走！
10	H18.7.28	第59回	反田 義雄	1:03:08	1:00:26	2:03:34	1:35:21	3:38:55	0:33:39	4:12:34	完走！！ 自己新 613位
11	H15.7.25	第56回	生田 邦夫							4:14:12	完走！！
12	H18.7.28	第59回	鬼塚 幸生	1:07:45	0:58:07	2:05:52	1:37:25	3:43:17	0:31:42	4:14:59	完走！！
13	H15.7.25	第56回	宮埜好一郎							4:19:31	完走！！
14	H18.7.28	第59回	森本多賀雄	1:04:24	0:55:29	1:59:53	1:42:37	3:42:30	0:38:01	4:20:31	完走！！ 自己新 771位
15	H23.7.22	第64回	梨原 一代	1:04:08	1:02:28	2:06:36	1:42:11	3:48:47	0:33:55	4:22:42	完走！！ 初完走！
16	H17.7.22	第58回	荒木 伸一	1:08:15	1:00:40	2:08:55	1:39:54	3:48:49	0:35:02	4:23:51	完走！！
17	H19.7.27	第60回	水取 宏文	1:06:54	1:05:30	2:12:24	1:38:15	3:50:39	0:35:48	4:26:27	完走！！
18	H20.7.25	第61回	坂野 豊彦	1:06:47	1:02:54	2:09:41	1:42:03	3:51:44	0:35:13	4:26:57	完走！！ 1027/1152
19	H15.7.25	第56回	松久 泰							4:27:15	完走！！
20	H16.7.23	第57回	辦野 裕己	1:06:43	1:02:51	2:09:34	1:42:29	3:52:03	0:35:45	4:27:48	完走！！
21	H23.7.22	第64回	平岡 正樹	1:04:42	1:07:54	2:12:36	1:43:00	3:55:36	0:32:54	4:28:30	完走！！ 初完走！
22	H23.7.22	第64回	豊田 拓也	1:06:58	1:04:24	2:11:22	1:44:27	3:55:49	0:33:13	4:29:02	完走！！ 初完走！
23	H18.7.28	第59回	大久保栄次	1:04:04	1:01:06	2:05:10	1:49:58	3:55:08	0:36:18	4:31:26	時間外完走
24	H15.7.25	第56回	赤峰純弥太							4:32:00	時間外完走
25	H18.7.28	第59回	谷本 三郎	1:10:32	1:01:11	2:11:43	1:44:06	3:55:49	0:37:57	4:33:46	時間外完走
26	H18.7.28	第59回	奥村 友枝	1:07:59	1:04:01	2:12:00	1:44:50	3:56:50	0:37:10	4:34:00	時間外完走
27	H18.7.28	第59回	和田 博志	1:06:31	1:04:40	2:11:11	1:52:46	4:03:57	0:38:40	4:42:37	時間外完走
28	H16.7.23	第57回	犬飼 知秀							4:44:24	時間外完走
29	H16.7.23	第57回	足立 安隆							4:48:00	時間外完走
30	H20.7.25	第61回	内藤 青児	1:11:26	1:03:54	2:15:20	1:48:40	4:04:00	0:56:00	5:00:00	時間外完走
31	H22.7.23	第63回	久保 章子	1:11:18	1:06:25	2:17:43	-	4:21:42	1:03:18	5:25:00	時間外完走
32	H20.7.25	第61回	浅野 由紀	1:19:00	1:09:28	2:28:28	2:14:32	4:43:00	0:46:30	5:29:30	時間外完走
33	H20.7.25	第61回	松田 嘉子	1:12:50	1:06:13	2:19:03	2:19:13	4:38:16	0:51:44	5:30:00	時間外完走
34	H20.7.25	第61回	小谷 俊彰	1:07:00	1:10:00	2:17:00	2:26:00	4:43:00	0:54:00	5:37:00	時間外完走
35	H20.7.25	第61回	福田雄次郎	1:10:55	1:04:51	2:15:46	1:52:17	4:08:03		***	8合目まで
36	H19.7.27	第60回	小牧 裕子	??		??		4:10:00		***	8合目まで 未確認
37	H23.7.22	第64回	山口 智史	1:15:37	1:04:25	2:20:02	1:59:33	4:19:35		***	8合目まで
38	H23.7.22	第64回	今堀 昭恵	1:11:28	1:06:37	2:18:05	2:03:36	4:21:41		***	8合目まで
39	H23.7.22	第64回	亀田由利子	1:12:51	1:05:28	2:18:19	2:07:00	4:25:19		***	8合目まで
40	H19.7.27	第60回	升也 朋子	??		2:22:00		***		***	5合目まで 未確認
41	H18.7.28	第59回	竹上 嘉勇	1:17:14	1:05:09	2:22:23		9009		***	5合目まで
42	H19.7.27	第60回	住友 善一	1:11:45	1:11:37	2:23:22		***		***	5合目まで 八合目下まで
43	H26.7.25	第67回	西條 宣子	1:18:52	1:10:23	2:29:15				5合目まで	5合目まで
44	H20.7.25	第61回	田中 宣子	1:22:03	1:21:25	2:43:28		***		***	5合目まで
45	H18.7.28	第59回	吉岡恵美丸	??		??		***		***	5合目まで 未確認

平成27年練習会出席状況〔平成27年1月～12月9日まで〕

順位	選 手	長居 外周	長居 30k		総 計
1	森本 多賀雄	43	3		46
2	平岡 正樹	41	1		42
3	檜原 宏司	39			39
4	宮埜 好一郎	33	1		34
5	久保 敦子	32			32
6	井上 紀子	31	1		32
7	住友 善一	30	2		32
8	大久保 栄次	30	1		31
9	安部 政治	29	2		31
10	松田 Y子	28			28
11	竹上 嘉勇	27	1		28
12	馬場 宏	27	1		28
13	松波 浩美	22	2		24
14	長手 智宏	22			22
15	升也 朋子	20			20
16	内藤 青児	20			20
17	林 かよみ	18			18
18	小林 弘和	16	1		17
19	内藤 庸子	15			15
20	和田 博志	15			15
21	越 博雅	11			11
22	辨野 裕己	5	1		6
23	伊藤 一正	5			5
24	升也 朋子	5			5
25	平野	5			5
26	足立 安隆	4			4
27	寺やん	3			3
28	小林 次郎	3			3
29	青山	3			3
30	中出 進一	3			3
31	坂野 豊彦	2			2
32	生田 邦夫	2			2
33	由利	2			2
34	玉田 章二		2		2
35	うすちゃん	1			1
36	今堀 昭恵	1			1
37	松田 健志	1			1
38	池上 直也	1			1
39	二村	1			1
		596	19	0	615



童仙房へ夏合宿



富士山頂へ

2015年 アンケート

アンケート 内容	② 2015年で、一番感動した事は何ですか？ ③ 自分自身の事で『ほめてあげたい』出来事がありましたか？ ④ 来年のランニングの目標は何ですか？ ⑤ 来年ランニング以外で何か取り組む事がありますか？
足立 安隆	今年4月で完全退職したのに②③が思いつきません。 ②はあげるとしたら、ねんりんぴっくの開会式ですね。 また④⑤についてもこれからやる事もやりたい事も定まっていません。 何をすべきか、どうすべきか悩んでいます。
安部 政治	② ラグビー日本代表のワールドカップでの活躍に至るまでの、血の滲むような過程に感動しました。 ③ 情けないことだらけで特になし。 ④ 昨年、今年と故障続きで一回も満足行く状態でレースに望めていないので、来年こそは満足行く練習を積んで緊張感を持ってスタートラインに立ちたいです。 ⑤ ランニングに関連しますが、故障しないように初心に戻って筋トレ、ストレッチ等のアフターケアをきっちりやりたい。
井上 紀子	② はじめて富士山に登ったこと ③ 意地悪な上司の下で今年も1年がんばって仕事したこと。 ④ サブ3.5 ⑤ はじめて海外マラソン(3月ソウル国際マラソン)にエントリーしました。
内山 修司	② 今年1月の箱根駅伝スタートを初めて現地で生で観れたこと(^)v ③ 京丹後100kmで碓(いかり)高原の登り坂を、1回も歩くことなく走り抜けたこと ④ サブ3.3(3時間18分) ⑤ ヨガ
大久保 栄次	② 日本ラグビーが世界で通用するまでになった。(予選を3勝1敗)深夜のTV放送に目が離せなかった。 ③ 2ヶ月間ですが、知的障害者のスポーツ教室へボランティアとして伴走に行った。気楽な気持ちで参加したものの結構、気疲れもした。一回も休まずに最後までやり遂げられた事。 ④ スピードは求めず、ゆっくりでも長い距離を走れるようになりたい。秋のマラソン(大阪・福知山・金沢等)でゴールまで歩かずに走りきりたい。(タイムは問わない…) ⑤ カメラの腕を上げるために『SONYカメラ教室』へ参加したい。(日程が合うか問題ですが…。)
榎原 宏司	② 9/27 村岡ダブルフル88kmに出走したこと。 エイドの食べ物も豊富で、最高でした！ 村を挙げての心温まる応援には、本当に感動しました。(^^) (久保さんにお薦め頂き、素晴らしい大会に巡り会うことができ、感謝です。 また、この大会に出たいと思っています。) ③ 今まで、「ゼイゼイ、ハアハア」と走るは、 シンドいし、体に悪そう。と思っていたが、最近は、インターバル走が、ちょっと、好きになってきました。→変態？(^^) ④ 5月 萩往還140kmにチャレンジすること。ウルトラ100kmには10回以上出走したことがあります、それ以上の世界は知らないの、是非、萩往還にチャレンジしたいです。最終的には250kmにも参加してみたいですね。 ⑤ 家庭サービスかな。(^^) 今まで、自分のマラソンのための旅行ばかりしていたけど、来年は家内と一緒に旅行をできればと思っています(^^)
久保 章子	② …特に思い浮かばない ③ ないですね～☺ ④ 膝を治してフルマラソン4時間以内の完走 ⑤ 毎年言ってるだけで実行してないダイエット☹ 断捨離！
倉内 勝則	② 「鯖街道」に親子で参加、完踏できた事。 ③ 岩登りで「御在所岳」に登れた事(ランニングでは無くてすみません)。 ④ もう一度「フル・3時間半ギリ」を目指します。 ⑤ 盲ろう者の伴走のため「手話通訳」のレベル・アップに取り組みたい。
越 博雅 (コッシー)	② 初めて沖縄に行き、見た街の景色。 ③ 特にありません。強いて探せば、難しい舵取りの続く中を今年も赤字を出さず 事業を無事継続出来た事。 ④ 1年を通し毎週ポイント練習を継続させる。 ⑤ 特にありません。今取り組んでいることに磨きを掛け、少しでも人間性を高めたいです。
小牟田竜一	② ラグビーのワールドカップ3勝です。 ③ 全日本マスターズ陸上の5,000mM50で準優勝したこと。 ④ 全日本マスターズ陸上の5,000mM50で優勝です。 ⑤ 継続的な両親の介護です。
小林 弘和	② なにわmcのミニマラソンに初めて参加出来たこと(いつも仕事で遅れてしまってたので、ようやく参加出来て良かった) ③ 風邪で熱が出てしんどい中、フルマラソンを走ったこと。結果は、自己ワーストに近い結果になりましたが、棄権せずどうにかゴール出来たことです。 ④ フル:3時間20分切ること。それに向けてしっかりと30キロ走をすることです。 ⑤ 仕事をして、わからないことが増えてきたので、これを機会にしっかりと勉強したい。

アンケート 内容	② 2015年で、一番感動した事は何ですか？ ③ 自分自身の事で『ほめてあげたい』出来事がありましたか？ ④ 来年のランニングの目標は何ですか？ ⑤ 来年ランニング以外で何か取り組む事がありますか？
西條 宣子	② 自分の作品(ステンドグラス)を目の前で買ってもらえた時、なんとも言えない気持ちになりました。 ③ 名古屋に来て3年目でランニング・仕事以外で「ステンドグラス」を始めたこと。一人で行動する範囲を広げたことや、イベントへ参加するのに必死で作品作りに取り組んだこと。 ④ 続けていたい(笑) ⑤ 今年始めたステンドグラスの上達と、人に作品を見ていただくイベントへの参加をしていきたい。
坂野 豊彦	② 諦めずにチャレンジして結果を残せたこと(③参照) (2)日々感動🍀 ③ (1)昨年からの交渉事を諦めず粘り強くなった結果、100%逆転勝利したこと。 (2)10年振りのパチンコで研究・実践を重ねた結果、月間給与の半額を稼げるようになったことと年間プラスを勝ち取ったこと(ある意味ランニングよりキツくてしんどい(笑)) ④ とりあえず脚の痛みがなく気持ちよく走りたい ⑤ 会社勤めを卒業して投資家&起業家&人生のたびにん・遊びにんになる
住友 善一	② 感動した事:無し ③ 無し。来春3月末で会社人卒業、丈夫な体に育ててくれた親に感謝 ④ フルを歩かずに完走(過去歩かずに完走したことがない) ⑤ 閏年にて四国遍路、逆打ち(三倍のご利益あり)欲張り！
竹上 嘉勇	来年2月に70歳になります。 ② 今年はこれといって感動するようなことはなかった様に思います。 ③ 今年は何もいいことはなかったです。 ④ 萩往還250K完踏(過去リタイヤ) フル 3時間40分を切る ⑤ 特にありません。1年健康に生きられたら幸せです。
田中 久子	② 感動したことは数々ありますが、一番って難しいですね。直近で言えば、二人の娘が結婚記念日にサプライズのプレゼントを用意してくれたことです。 ③ 2年ほど走れなかった状態から、少しずつ走れるようになったことです。 ④ 故障したり気持ち切れたりせずに、練習を継続できること。 ⑤ 先ずは、家の片付けを終わらせること！(笑)
玉田 章二	② えびすだいくマラソンの完走 ③ 篠山マラソン、北海道マラソンの完走。どちらもアクシデント(大雨での体が冷えきった中、ひざの故障)での完走 ④ 年間5000km走 ⑤ 故障時のトレーニング方法(ウォーキング、自転車、ストレッチ、旅行等の気分転換)
内藤 青兒	② 村岡で盲ろうの方を伴走しました、ゴールまで最後の長い下りを、まったく怯まず自分の手をしっかり握って一気に駆け下りる姿には感動しない人はいないでしょう。 ③ まったくありません(笑)。 ④ とりあえず走り続ける事。 ⑤ 職場が引っ越しするので忙しくなりそうです、新しいジョギングコースを開発しないと・・・。
内藤 庸子	② 吉野山の蔵王権現像を見たとき。 ③ 病気をしなかった。 ④ 走ることを続ける。 ⑤ 今年に続き、仏閣めぐりかな？
中出 進一	② 孫の保育園入園と私の退職、社会に初参画、片や社会から引退。 ③ ナガ-----ク 仕事を続けられて来た事 ④ ここ数年とにかくハーフ1時間40分台未達成、一秒でも ⑤ 気が向いたときに出来るフリーの仕事を計画
馬場 宏	② 今年は、これという感動事がない一年でした ③ 褒めれる事、全くなし ④ 今以上に、走行距離を伸ばす事 ⑤ ゴルフのスコアを、80台を目標に頑張りたい。
平岡 正樹	② 全く逆ですが一番へこんだこと。車検を受けて一週間後、出会い事故で廃車になったこと！ ③ よくまあ、嫁さんに自分だけ好きなことばかりしてと、嫌味を言われ続けているにも関わらず皆さんと走っていること。かなあ？？ ④ 基本的に走っているのは、水曜日と土日だったので来年は意識して走る日を増やす＝走行距離を稼ぐこと。 ⑤ 嫁さんに、嫌味を言われないよういかにご機嫌をとること！！
辨野 裕己	② 初孫誕生と息子から島根松江玉造ハーフマラソンに誘われ出場したこと。 ③ 奇跡で当選した東京マラソンと自分から申し込んだホノルルマラソン。 ④ 来年こそは5回連続落選大阪マラソンに当選して出場するぞ！ ⑤ スキースクール(奥志賀高原)へ1月末から1週間行きます！

アンケート 内容	② 2015年で、一番感動した事は何ですか？ ③ 自分自身の事で『ほめてあげたい』出来事がありましたか？ ④ 来年のランニングの目標は何ですか？ ⑤ 来年ランニング以外で何か取り組む事がありますか？
松田 嘉子	② ★リッツカールトンホテルで食べたプレッツェル プレッツェルがこんなにおいしいと知りませんでした。 ★松本市美術館で見た前衛芸術家・草間彌生さんの作品 ドアを開けると鏡張りの部屋に無数の電球が赤や青や白に点滅する。たぶん1分くらいひとり鑑賞します。無限に広がる電球の点滅が海に感じたり、大地に感じたり。不思議な気持ちになりました。 ③ キャノンボールで六甲縦走往復したこと。三都ウルトラマラニックが開催できたこと。 ④ スパルタスロンのリベンジ 絶対完走するぞ！三都ウルトラマラニック2016の開催 ⑤ 映画鑑賞や観劇、美術館めぐりで心に潤いを
松波 浩美	② 水都100キロ、はなてんちゃんの伴走で出場した時に、たくさんの方に応援していただきました。感謝感激です。 ③ 今のところ大会DNFなし。 ④ 自身の100キロ8回目完走&水都100K(伴走)完走。 ⑤ 断捨離(毎年、言ってるような・・・)
宮埜 好一郎	② 感動とまでは言われませんが、47年間働いたNTTを退職した事でしょいか。マラソンをやっていたおかげで病気もなく無事仕事をやり終える事が出来ました。 ③ 自治会活動および防犯活動で町の活動に取り組んできた事。やっと1年終わったがあと1年頑張ろうと思っています。 ④ 第一回泉州国際マラソンで初のサブスリーが達成出来て最高の感激を味わいました。来年の泉州国際マラソンで、(涙の花舞台)ラストフルマラソンにしようと思っています。目標はサブスリー？ですが1秒でも近づけたらいいな・・・と思っています。 ⑤ 歌を唄うことによって聴いている人に感動を与えられるような歌を唄っていきたいと思っています。
森本 多賀雄	② 富士登山競走；奇跡のように前日からの雨と台風が立ち去り山頂までアタック。久々に6名も登頂する事が出来ました。 ③ 腰痛が治らなくて、ここ数年は何か所も整骨院に通いましたが、右脚から腰かけてのしびれが完治しませんでした。でも、たまたま、この9月から妖術もどき(◇)のヘルストロンという無料体験センターに通いだして、10回ほどで痛みがほぼなくなりました。10月からまた気持ちよく走れるようになってきました^o^／ もう、整骨院には行ってません。今年は、福知山を皮切りにマラソンも4回参加(年間では自己最多□)します。 ④ ハーフ 1時間30分切り ⑤ オークションでパソコン出品、30台が目標。(今年は20台、去年も20台でした)！



2003年 プレーバック



2005年(平成17年)プレーバック

5000m & 5k		
1	小牟田竜一	15:56
2	松本 佳哲	17:02
3	高山 好哲	17:15
4	平岡 研一	17:16
5	山口 幹人	17:35
6	辻原 孝幸	17:41
7	福田 義明	17:48
8	久後 修一	17:50
9	能勢 純子	17:56
10	辻林 一吉	18:16
11	長藤 宏	18:17
12	山村 正人	18:40
13	安部 政治	19:02
14	羽生 義人	19:07
15	山口 昌孝	19:11
16	宇都宮 孝	19:21
17	伊藤 一正	19:23
18	森本多賀雄	19:25
19	道林 秀代	19:27
20	近森 富雄	19:28
21	松村 みほ	19:36
22	平岡 正樹	19:42
23	松田 有弘	19:43
24	内山 修司	19:46
25	東 恵美子	19:53
26	能勢 結希	19:56
27	和田 博志	20:02
28	平岡 正樹	20:03
29	内藤 青児	20:05
30	長藤 仁美	20:10
31	竹上 嘉勇	20:20
32	宮埜 好一郎	20:23
33	杉浦 信吾	20:30
34	谷本 三郎	20:45
35	大久保栄次	20:50
36	平岡 拓朗	21:03
37	奥村 友枝	21:19
38	足立 安隆	21:20
39	内山 修司	21:28
40	松田 嘉子	21:32
41	倉内 勝則	21:33
42	福田雄次郎	21:37
43	生田 邦夫	21:51
44	石橋 寛子	22:17
45	山口 明伸	22:30
46	田中 宣子	22:50
47	升也 朋子	22:56
48	長澤 孝人	23:00
49	住友 善一	23:07
50	松村 麻里	23:09
51	内藤 庸子	23:18
52	杉田 玲子	23:53
53	若林 順子	24:01
54	亀田 由利子	25:40
55	倉内 依子	25:58
56	五十川勝三	26:01
57	伊藤 悟	26:06
58	足原 英晴	26:28
59	伏見 典子	33:03

3000m		
1	平岡 拓朗	11:26
2	松村 麻里	13:49
3	長藤 宏美	16:58

10K		
1	小牟田竜一	0:32:31
2	松本 佳哲	0:34:58
3	能勢 弘道	0:35:05
4	久後 修一	0:35:52
5	福田 義明	0:36:44
6	辻原 孝幸	0:36:59
7	辻林 一吉	0:37:21
8	能勢 純子	0:37:22
9	安部 政治	0:37:24
10	長藤 宏	0:37:34
11	山村 正人	0:38:35
12	平岡 研一	0:39:06
13	近森 富雄	0:39:15
14	内山 修司	0:39:33
15	足立 安隆	0:39:50
16	松村 みほ	0:40:12
17	能勢 結希	0:40:17
18	森本多賀雄	0:40:50
19	平岡 正樹	0:41:33
20	奥村 友枝	0:41:36
21	田中 久子	0:42:18
22	和田 博志	0:42:32
23	築城 俊作	0:42:39
24	宮埜 好一郎	0:42:39
25	大久保栄次	0:43:15
26	長藤 仁美	0:43:18
27	倉内 勝則	0:43:32
28	松田 嘉子	0:43:40
29	加納 りえ	0:44:01
30	伊藤 一正	0:44:34
31	桑名 学	0:45:04
32	糸瀬 力	0:45:10
33	山口 明伸	0:45:15
34	石橋 寛子	0:46:49
35	松田 健志	0:47:23
36	升也 朋子	0:47:57
37	土居 奈王子	0:48:26
38	内藤 青児	0:48:40
39	長澤 孝人	0:48:42
40	杉田 玲子	0:49:47
41	平岡 拓朗	0:50:40
42	内藤 庸子	0:52:00
43	飯田美智子	0:58:37
44	倉内 依子	0:59:30
45	青木美代子	1:02:49
46	長藤 宏美	10km走差

ハーフマラソン-1		
1	小牟田竜一	1:10:32
2	能勢 弘道	1:14:59
3	芳井盛次(ヨッシー)	1:16:29
4	福田 義明	1:18:29
5	平岡 研一	1:18:36
6	山口 幹人	1:18:55
7	能勢 純子	1:20:19
8	長藤 宏	1:22:14
9	松本 佳哲	1:22:33
10	山村正人(マリオ)	1:23:02
11	夕永 順次	1:24:25
12	安部 政治	1:24:33

ハーフマラソン-2		
13	辻原 孝幸	1:24:51
14	松村 みほ	1:27:20
15	辻林 一吉	1:27:34
16	能勢 結希	1:28:46
17	久後 修一	1:28:59
18	森本多賀雄	1:29:10
19	長藤 仁美	1:29:22
20	内山 修司	1:29:28
21	廣田 耕治	1:29:48
22	伊藤 一正	1:30:07
23	足立 安隆	1:30:18
24	田中 久子	1:30:37
25	兼平 八寿子	1:33:02
26	宮埜 好一郎	1:33:13
27	久保 章子	1:33:36
28	加納 りえ	1:34:27
29	奥村 友枝	1:34:42
30	道林 秀代	1:35:11
31	和田 博志	1:35:22
32	玉田 章二	1:35:25
33	吉田 真奈美	1:35:37
34	内藤 青児	1:35:51
35	平岡 正樹	1:35:52
36	赤峰純弥太	1:36:30
37	石橋 寛子	1:36:39
38	宮前 茂樹	1:38:23
39	大町 和子	1:38:28
40	浅野 由紀	1:38:59
41	田中 宣子	1:39:57
42	山口 明伸	1:40:17
43	大久保栄次	1:40:32
44	倉内 勝則	1:41:43
45	桑名 学	1:42:09
46	升也 朋子	1:42:11
47	飯田 一男	1:42:35
48	生田 邦夫	1:42:49
49	内藤 庸子	1:45:30
50	福田雄次郎	1:46:14
51	長澤 孝人	1:52:24
52	杉田 玲子	1:54:30
53	亀田 由利子	1:54:34
54	長澤 孝人	1:55:11
55	伊藤 悟	1:56:51
56	大野 修	1:57:35
57	若林 順子	1:58:44
58	足原 英晴	2:02:24
59	五十川勝三	2:09:32
60	倉内 依子	2:11:01

マラソン-1		
1	松本 佳哲	2:37:37
2	芳井 盛次	2:37:56
3	平岡 研一	2:47:54
4	能勢 純子	2:53:05
5	能勢 弘道	2:53:30
6	山村正人(マリオ)	2:55:37
7	長藤 宏	2:56:19
8	松村 みほ	3:00:45
9	能勢 結希	3:05:12
10	長藤 仁美	3:07:41
11	福田 義明	3:09:26
12	道林 秀代	3:11:05
13	松田 嘉子	3:13:44
14	兼平 八寿子	3:13:47
15	田中 久子	3:15:41

マラソン-2		
16	加納 りえ	3:16:06
17	森本多賀雄	3:17:22
18	辻林 一吉	3:18:17
19	桜井 美花	3:18:49
20	浅野 由紀	3:21:42
21	安部 政治	3:21:59
22	奥村 友枝	3:22:09
23	宮埜 好一郎	3:22:32
24	内藤 青児	3:22:47
25	平岡 正樹	3:24:30
26	福田雄次郎	3:26:18
27	伊藤 一正	3:26:37
28	石橋 寛子	3:27:36
29	竹上 嘉勇	3:29:17
30	倉内 勝則	3:31:50
31	田中 宣子	3:35:12
32	大久保栄次	3:50:01
33	生田 邦夫	3:50:17
34	内山 修司	3:50:22
35	升也 朋子	3:54:22
36	杉田 玲子	3:56:01
37	内藤 庸子	3:56:48
38	桑名 学	3:58:58
39	亀田 由利子	4:14:07
40	長澤 孝人	4:32:27
41	倉内 依子	4:33:08
42	伊藤 悟	4:48:40
43	足原 英晴	4:51:47
44	若林 順子	4:53:40
45	南野千代子	5:12:22

100kmウルトラ		
1	松村 みほ	8:23:00
2	山村正人(マリオ)	8:55:49
3	兼平 八寿子	9:06:20
4	能勢 結希	9:13:29
5	松田 嘉子	9:47:22
6	加納 りえ	10:05:00
7	能勢 弘道	10:31:45
8	奥村 友枝	10:51:51
9	長藤 宏	10:56:06
10	生田 邦夫	11:08:48
11	荒木 伸一	11:17:29
12	宮埜 好一郎	11:23:58
13	長藤 仁美	11:35:37
14	森本 多賀雄	11:44:16
15	倉内 勝則	11:45:18
16	竹上 嘉勇	11:49:09
17	福田雄次郎	11:52:58
18	平岡 正樹	12:12:55
19	亀田 由利子	12:49:09
20	内藤 庸子	12:50:17
21	大飼 知秀	12:51:10
22	杉田 玲子	12:52:06
23	若林 順子	13:30:43
24	南野 千代子	13:36:33

超ウルトラ(総往還250K)		
1	松田 嘉子	41:18:45
2	竹上 嘉勇	41:43:25
3	五十川 勝三	47:14:36

スパルタスロン246k		
1	松田 嘉子	34:58:12

高野山マラニック



大阪国際女子マラソン



サロマ ウルトラ100k