

東京ふれあいマラソン

# '98神宮外苑

12月20日(日)開催

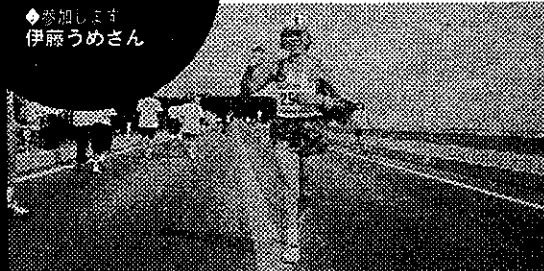
## ロードレース

「一般男子の部」の最高齢者は85歳、同じく「20km車椅子・男子の部」は63歳...など、障害者と健常者がいっしょに走る「神宮外苑ロードレース」では、今回も高齢の方々が意欲満々のチャレンジ。  
「一般女子の部」の最高齢出場者である伊藤うめさん(71歳・仙台市)がマラソンをはじめたのは59歳の時。「同い年の主人がずっと走っているのを見て、楽しそうだな、私も走ってみたい」と思いはじめて...。ご主人の指導のもとで練習を始

いっしょに走る・みんなで走る Vol.5

「ムリせず、楽しんで走ります」

◆参加します  
伊藤うめさん



め、3カ月後には5kmを走り通せるように。「観光を兼ねて主人と二人、河口湖など国内やホノルル・マラソンにも出場しました」。  
伊藤さんが走る時のモットーは「ムリせず楽しむこと」。「だから長続きしていると思うんです。何より、大会でおおぜいの友達ができることが嬉しいですね」。  
今回、念願の国立競技場を走る伊藤さんが目指すタイムは、若い世代も勝負の10km1時間だそうです。

当日は午前9時15分から、国立代々木競技場を時差スタート、ランナーは神宮外苑周回コースをまわって再び競技場のゴールをめざします。皆さんの熱い声援をお願いします。●お問い合わせ/神宮外苑ロードレース実行委員会事務局TEL・03・3503・4855



**日本財団**  
The Nippon Foundation

日本財団は、競艇の  
売上金の3.3%をうけ  
て活動しています