

## ゲストランナー「千葉真子」さんが 皆さんと一緒に走ります！

第30回を記念し、ゲストランナーに世界陸上トラック・マラソン銅メダリスト、アトランタオリンピック10,000m日本代表の千葉真子さんを招待！皆さんと一緒に走ります。大会前日には千葉さんによるランニング講習会を開催しますので、ぜひ、お楽しみに！



ゲストランナー  
千葉真子さん

### PROFILE

京都府宇治市出身。前人未到、世界陸上トラック・マラソンの2競技でメダルを獲得した世界初のランナー。長距離の名門・旭化成に入社し実力が開花する。10,000mの選手としてアトランタ五輪で5位入賞、世界選手権で銅メダル（日本女子トラック長距離種目初）を獲得するなど国際舞台で活躍した。2度目の世界選手権はマラソン選手として出場し、銅メダルに輝く。第一線を退いた後は、ゲストランナーとして全国のマラソン大会に出演するほか、「千葉真子BEST SMILE ランニングクラブ」を立ち上げ、市民ランナーの指導や普及活動を積極的に行っている。

## 前夜祭を開催します！

千葉真子さんのランニング講習会をはじめ、開会式や30回連続出場者表彰、マラソンコース紹介、白石温麺を使用した「カーボ・ローディングメニュー」（持久力を必要とするスポーツなどの場面で、運動エネルギーとなるグリコーゲンを通常より多く体に貯蔵するための栄養摂取法）の紹介など、イベント盛りだくさんでランナーの皆さんをお迎えします。飲食ブースも設置しますので、たくさんのご参加をお待ちしています！

### 【千葉真子 ランニング講習会】

- 日時 9月17日(土)17:00～  
※マラソン大会前夜祭の中で開催します。
- 場所 ホワイトキューブ
- 演題 ランニングの正しい知識を教えます！（走力・体力・マナー・トレーニング方法・道具選びなど）



▲第30回記念特製オリジナルTシャツのデザイン決定！



## 驚異の高低差！ 全国屈指のアップダウン しろいし蔵王高原マラソン大会 9月18日(日)開催!!

〒しろいし蔵王高原マラソン大会実行委員会事務局（生涯学習課内） ☎22-1343 ☎24-5377  
<http://www.city.shiroishi.miyagi.jp/soshiki/30/3165.html>

しろいし蔵王高原マラソン大会は、昭和62年に第1回大会を開催し、今年で30回目を迎えることになりました。日本観光地100選山岳の部日本一の蔵王山、南蔵王高原を舞台に繰り広げられる大会は、市民の皆さんをはじめ、多くのランナーの皆さんに愛され、秋のしろいし蔵王の一大イベントとして定着してきました。

第30回目を迎える本大会。昭和62年の第1回からこの大会に携わっている方々に、しろいし蔵王高原マラソン大会の思い出や本大会への想いを伺いました。



競技役員（技術総務）半沢 克美さん（西益岡町）

第1回大会から競技役員（技術総務）を務めさせていただいております。昭和62年の南蔵王野営場のオープンと同時にマラソン大会が始まりました。当時は、故鈴木清重さんが社会教育指導員として白石市教育委員会に着任され、マラソン大会実現のために一生懸命関係各所との調整にご尽力されていたのを思い出します。また、第5回大会では前日の豪雨によりコース上に砂利が大量に流れ出たのですが、職員が前日野営場に泊まり、当日の朝5時からコース整備を行っていたと聞きました。とにかく、皆さんの力があつたからこそ30回の記念大会を迎えることが出来たと思います。



連続出場者  
神尾 貢さん  
(大鷹沢三沢)

第1回大会には当時小学2年生の娘と一緒に親子ペアの部に出場しました。以後、毎年出場を重ね、気付いたら30年が経過。娘にも子どもが生まれ、今では孫たちと一緒に参加しています。第10回大会ゲストランナーの浅野史郎宮城県知事（当時）と一緒に写真を撮ったのが良い思い出です。体の続く限り参加したいと思っています。



連続出場者  
津川 光政さん  
(緑が丘)

仙台市から白石市に引っ越してきた年からこの大会が始まり、第1回大会では10キロの部に参加しました。その時、自分より年配の方に抜かれ、負けてはいられないという思いから翌年の大会では20キロの部に参加しました。第2回大会では8位という結果で入賞には至らず、悔しくて翌年の第3回大会にも参加しました…。そうして毎年参加しているうちに結果も良くなり、後に40代20キロの部で3連覇を果たすことができました。マラソン仲間の間では今でも「アップダウンに強い」と言われています（笑）。

## 第30回しろいし蔵王高原マラソン出場者募集中！

- 日時 9月18日(日)雨天決行  
※開会式・前夜祭は9月17日(土) 17:00からホワイトキューブで開催します。
- 場所 南蔵王野営場
- 定員 2,000人
- 種目・各種目の参加対象  
①3km：小学生男女・中学生女子・親子ペア、②5km：中学生男子・高校生男女・一般男女、③10km・20km：高校生男女・一般男女、④ウォーキング（5km）：小学生以上、⑤ジョギング（3km）：小学生以上
- 参加料 小中学生1,000円、高校生1,500円、一般3,500円、親子ペア4,000円、ウォーキング2,000円、ジョギング2,500円  
※大会当日は交通規制を実施します。詳しくは大会ホームページをご覧ください。
- 申込方法 郵便振込か中央公民館窓口でお申し込みください（募集要項・振込用紙の郵送を希望する方は事務局までお問い合わせください）。また、インターネットサイト「ランネット」からも申し込みを受け付けています。
- 申込期限  
①振込・窓口 7月8日(金)  
②インターネット 7月15日(金)  
※申込順。詳しくは大会ホームページをご覧ください。

