

第9回神戸マラソン ランナーエピソード
(神戸マラソンへの挑戦状！)

お名前	都道府県	
ぶくぶく	兵庫県	私自身にとって今回の神戸マラソンはフルマラソン通算20回目となる節目の大会です。過去に神戸マラソンは何度も出場していますが、浜手バイパスでの応援が感動的で、一番苦しいところにも関わらず、そこを走るのをいつも楽しみにしています。昨シーズンは姫路城マラソンで念願のサブ35を達成し、今回の神戸マラソンでさらなる記録更新を目指していましたが、まさかの左太ももの肉離れに見舞われ、今も走れない日が続いており、もどかしい毎日過ごしています。本番まで残された時間は少ないですが、1日も早く回復させ、大好きな神戸マラソンでなんとしても昨年の記録を更新するぞ！
還暦じいじ	兵庫県	今年7月で還暦を迎え、年末には定年退職です。 60年間の感謝と、これからの第二の人生の起点になるよう、完走するぞ！！
松田 唯衣	大阪府	昨年は大阪とホノルルを制覇。 しんどくてつらくて何度もやめようと思った。それでも走りだすと楽しくて、わくわくしてゴールを目指してしまふ。 今年は神戸の街を楽しんで走り切りたい。応援してくれている人がいるからがんばれる。「絶対走れる！」って信じてくれる人がいるからあきらめずに何度でも挑戦しようと思える。いつも支えてくれてありがとう。信じて応援してくれてありがとう。 笑顔で完走！！
真帆	兵庫県	ゴールまであと1km。 私は華麗に宙を舞った。 ゆっくり時間をかけて宙から地面に着地した。 本当はただ派手にこけただけ。 ほんのすこし願っただけのはずが、41kmを走った私の身体は全く言うことをきかず。 こけるより他なく、両膝両手を強打し手足からは流血し、前日に購入した高価なタイツは見事に破れた。 動けずすくすくまり、ポランテアの方々へ声を掛けられ。 痛くて辛くて涙が自然と溢れてきた。 それでも私は根性でゴールまで走り切った。 こけて泣いた昨年11月のあの日。 昨年の神戸マラソンが私にとって初フルマラソンだった。 想像していたフルマラソンのゴールって、達成感とか走って良かったあ！とか、何かさう言うものだったのだけれど。 フィニッシュジャストオルを掲げて笑顔で写真を撮ってもらうつもりだったのに。 もはやそれどころではなかった。 身も心もタイツもボロボロのまま教護室へ向かった。 あまりにも苦すぎた私のデビュー戦。 だから私は今年も挑む。 リベンジ。 今年こそは神戸マラソンを全力で走りきる。 今度こそ、心から喜びゴールしたい。 待ってろ神戸マラソン！
宮崎 有弘	大阪府	80歳の記念に6年ぶりに神戸マラソンに挑戦します。 できれば4時間30分を目標に頑張りたいと思います。
マイマイ	兵庫県	初のフルマラソン！！完走を目指して忍耐強く挑む！ マラソンをきっかけに、色々なことに挑戦していきたい。また、自信をつけて他のことにも生かしていきたいと思います。
那須 謙一	沖縄県	1985年、35歳のときに当時住んでいたサンフランシスコで初マラソンを走りました。その後、断続的にはありますが30回のマラソンに参加し、完走してきました。ところが、8年前妻が病に倒れ介護しなくてはならなくなりました。当時孫のような年の娘もいて、仕事、介護、育児に追われ、走る時間が全くなってしまう。定年と子供が進学に伴い親元を離れたことにより、なんとか時間を作り再び走り始めたのが4年前。地元沖縄で走っていましたが、昨年、私が半月板損傷でまた離脱。リハビリを行いながらも昔住んだことのある神戸と東京を走りたいと思い応募したところ、今年神戸に当選しました。当選してから整形外科で相談するというドタバタですが、なんと参加OKをもらい手続きを終えました。この8月に満年齢で古稀を迎え若い時のように走れませんが、思い出の地で再度の復讐を目指したいと思っています。
匿名	千葉県	生まれた街であり、幼い頃から親しんだ「第二の故郷」神戸。 大人になってから訪ねてみると、美しい景色に温かな人、更に美味しい食べ物に温暖な気候等々、本当に素敵な街だと感じます。 …が、マラソンコースはキツイ！過去3回、後半のアップダウンで大失速… 4回目となる今回。入籍間近、長年を共にした名前を走って最後のレース！ 育ててくれた方々、見守ってくれた方々に感謝を込めて、悔いのない走りをしたいと思います。 浜手バイパスを颯爽と駆け抜け、神戸の風になります！
乾 俊一郎	神奈川県	初めての神戸マラソンまで、あと90日を切った。 昨春、長野マラソンでセカンドベストを出して以降、怪我や仕事の関係等でフルマラソン出場から遠ざかっていた今春、秋の主要レースとして選んだのが日程的に参加可能で、シーサイドコースが魅力的な神戸マラソンだった。 初めての応募、高い抽選倍率…正直ダメ元だったが、年代別チャレンジ枠も利用したのが功を奏したか、一発当選。これも良縁…と思った矢先、新たな怪我や体調不良に見舞われ、今日に至っている。 過去の私のフルマラソン経験からすると、本番まで3ヶ月弱という時間は、自分の身体を仕上げるにはギリギリの時間だ。年齢との闘いもある。それでも、今回神戸マラソンへの参加切符を頂けた事、今怪我等で苦しんでいる事、それら全てに課された試練、ミッションなのかなと感じている。目標は当初予定通りPB(2時間47分42秒)の更新及びシード枠の獲得。出遅れてしまった分、決して低いハードルではないが、私のマラソン史上最も速い選征となる予定なので、神戸の街を楽しむ気持ちも持ちながら、結果が後からついてくればと思っている。 いざ、KOBÉ！！
faker	香川県	大阪生まれ、香川育ち 岡山を戦って神戸に参戦！
石本 治	兵庫県	昨年、初めて神戸マラソンに当選し、意気揚々と練習に練習を重ねた結果、当日1か月前に、風邪をひき、練習量が激減。当日、体調は良かったが、25キロ過ぎから、両ふくらはぎが痠痛。完走はできたものの、全く不本意な記録に。辛い後半の15キロでした。ゴール付近で待っていてくれた家族と、母親の姿を見ると涙が溢れました。体調管理の大切さを痛感。今回は、うれし涙で終わりたい。
吉野 我倫	兵庫県	高校時代の地方マラソンに出たことがきっかけで走ることに楽しさを感じ、ゴールしたときの達成感がとても気持ちよく思います。 今回は初のフルマラソンで緊張、そして不安もありますが楽しく走り、完走目指して頑張ります！
大震撼	兵庫県	今回が7回目の神戸マラソンですが特別な「挑戦」となります。去年の神戸マラソンで折り返し後の体力欠乏が異常でタイムも思わしくありませんでした。なにか異常があるのかと気になり、11月に検査をすると耳下腺癌の疑いがあり12月に確定しました。今年1月に8時間の切除と神経の移植手術を受け、2月から4月にかけて抗がん治療を行って現在は以前ほどではありませんがトレーニングを再開しています。去年は還暦としてのチャレンジ、今年は癌を克服してのチャレンジです。あまり大きなことは言えませんが出来るだけ4時間に近いタイムでの完走を目指しています。私の走りが同じ病氣と戦うまたは戦った皆さんの元気の元になれば幸いです。

第9回神戸マラソン ランナーエピソード
(神戸マラソンへの挑戦状！)

松木 靖	兵庫県	2012年第2回神戸マラソンが私にとって初マラソン。長男の「中学受験が済んだ記念」で申し込んで当選、3時間23分56秒で完走した。これをきっかけにマラソンにはまり20回完走し、今年で8シーズン目に突入。 2015年第5回神戸マラソンは3時間1分47秒でサブスリーまでもう少しまででしたが、初サブスリーを目指して臨んだ第6回神戸マラソンでは、熱中症で脚がつり、リタイアも考えましたが、根性で大半を歩いて4時間19分1秒と初の4時間超え。その後、練習を積み、姫路城・大阪・加古川で3回サブスリーを達成できました。 去年の第8回神戸マラソンでは、3時間のペーサーに食らいついて、念願の神戸初サブスリー達成(2時間59分00秒)。 今年で5回目の神戸マラソン出場になりますが、自己ベスト(2017年加古川2時間56分21秒)更新を目指し、いつも優しく送り出してくれる妻や子供達、丈夫に産んでくれた両親、沿道で応援してくれる市民、スタッフやボランティアの皆様にご感謝して頑張りたいです。
くま子	神奈川県	私の母と夫婦で年数回の旅ランを楽しんでいます。 神戸に友人が住んでいることもあり、一度神戸マラソンを走ってみたいと思っていました。 昨年初めて3人で応募しましたが(個人エントリー)、当選したのは私だけ。 初めて走るコースなので前日に下見をしました。母と主人は応援参加なので下見というより普通の観光を楽しんでいました。当選して嬉しいはずなのに、楽しそうな二人を見ると複雑な気持ちでした。 大会当日は応援も多く、景色も綺麗で楽しく走れたのですが、天気が良く、かなり暑く感じました。母と主人は電車を乗り継ぎ、前半・後半の辛い場所で冷たいゼリー飲料を持って待っていてくれて、とてもありがたかったです。 でもランナーなら、一度はあの難所の坂道にチャレンジしてみるべきだと思いました。 そして今年がグループエントリーする事に、私の思いが通じて3人で当選しました！ それぞれの目標に向かって当日まで練習を積んで、あの後半の浜手バイパス・神戸大橋を乗り越えてゴールを目指したいと思います。
山下 誠	福岡県	50歳を前に『市制50周年事業の地元北九州マラソン』へ一緒に出ようと知人(先輩)に勧められてランニングを始めました。しかし、応募するも見事落選。仕方なく前哨戦としてエントリーしていた20kmやハーフを完走。そして走り始めて1年余り、アップダウンのきつい下関海警マラソンでフル完走。その後、福岡マラソン・熊本城マラソンも復興を願って完走。近いうちに東北の復興マラソンも走ってみたいと思っています。しかしながら、無理して怪我をして初マラソンの記録(4時間9分)をいまだに越えられず。現在は高校の先輩・後輩と共にラン倶楽部に所属し、10km・ハーフ・リレーマラソンや全国のフルマラソンの情報を共有しながら走っています。 神戸は、親戚が住む町。震災後は亡くなった親戚筋の葬儀で2度訪れました。仮設住宅が公園を占拠し、また火葬場までの道のりで山の中腹までにも建っている姿。長田の南側の町が焼け、そこに少しずつ建物が建っていく様子など訪れる毎に復興する町を見てきました。 走歴6年目となる今年は脚もしっかり治し、神戸のフラットなコースで自己記録超えのサブ4を目指します。
きょうこ	徳島県	第1回神戸マラソンのテレビ中継を見ていた時、何とも言えない勇気と感動。私もあの気持ちを味わってみたい。と思ったのがマラソンを始めるきっかけでした。 毎年エントリーするが落選。今年やっと待ちに待って当選をいただきました。何となく予想していたこのタイミング。私は20年前、数年間この土地に住んでいました。忘れる事のない沢山の思い出。私の記憶にあるあの場所また見えるかな？ゴールできたらまた思い出の土地の見え方は変わるかな？今はゴールできるようにしっかり準備しよう。
としちゃん	熊本県	マラソン歴3年、今回で二度目の挑戦です。前回、還暦記念にと挑戦したフルマラソンでした。 それまでは殆ど運動らしい事をしていなかったで、メタボ体質まっくらでした。 メタボ体質改善、運動不足解消に始めたマラソン、当初は1キロも走ることも出来ませんでした。練習を重ねるごとに5キロ、10キロと距離を伸ばせるようになり、体力・持久力・脚力がついてきたのが実感できるようになりました。益々走ることが楽しくなりました。 この先どこまで体力を伸ばせるかは分かりませんが、まだまだ挑戦し続けたいです。 前は後半、足が止まり制限時間ギリギリでの完走だったので、今回は絶対走り切ったの完走を目指したい！ まだまだ、じんちゃん がんばるぞー！
藤本 紘史	兵庫県	神戸で生まれましたが、親の転勤などがあり、今年ようやく帰ってきました。神戸での何かイベントに参加したいなと思ったのと、学校でのマラソンの授業が好きだったので神戸マラソンにエントリーしました。42.195km走ったことはなく、完走できるか少し不安です。少しずつ練習して、完走しようと思います。
臼井 利明	大阪府	挑戦状！10年連続出場目指して200位までのシード権獲得にチャレンジします。宜しくお願致します。 2011年の第1回大会は僕のフルマラソンデビューでもあり、当時、当選メールが届いた時の嬉しさは忘れられません。ランチームに入りしっかり練習を積んで果敢にサブスリー目指して挑み、そして見事に跳ね返されたのが懐かしいです。その後も2回、3回、4回、5回と運良く当選し、他の大会と被った時は迷いながらも結局神戸を走り、記録も伸ばしていくことが出来ました。思い入れが強くなったのはやはり上位200位までに翌年の出場権が与えられるというシード権の制度が始まった6回から。前年の記録で初シードでの出場でしたがサブスリーもできず。7回目は好走するもなんと204位、僅か数秒の差でシード権逃がす。8回目はまたもサブスリーにも届かないレースでしたが抽選で復活。年々大会のレベルが上がる中で何とか思い入れが強い神戸マラソンを走り続けていきたいと思う今回の9回目。しっかり練習し万全の状態での挑みたいと思います。
大阪PASMO	大阪府	今回は神戸マラソン2回目のチャレンジです。 2年連続チャレンジします。 前は初フルマラソンでした。 今回は歩かないで5時間切れるように頑張ります。
岩田 俊彦	兵庫県	第1回大会から第8回大会まで連続で出場し、この間サブ4達成4回、達成できずが4回の達成率50%です。 今年はまだ当選しないだろうとあきらめていたのになんと9回目の当選！ なんとかサブ4を達成して勝ち越しを狙いたいです。 60歳を過ぎて練習量もモチベーションも減ってきていますが、なんとか頑張りたいと思います。
松井 一矢	兵庫県	私は2012年、第2回大会の時に年代別19歳以下の部で優勝をした。当時は18歳。まだ10代サブ3ランナーは私だけでした。マラソンプームが巻き起こり、年々レベルアップをする神戸マラソン。再び年代別優勝を目指して練習を積み重ねると19歳で膝の故障。それでも諦めずに走り続け2015年21歳で当時の福岡国際マラソンの参加基準(2時間40分)を初めて切ることができた。しかし試練は続き、その翌年から基準が2時間35分に上がり、攻めの走りを求められるようになった。今年7回目の出場。当選確率100%の運の良さを生かして今年こそは参加基準突破したい。
匿名	兵庫県	マラソンの楽しさを教えてくれた人との約束を果たす為、初フルマラソン完走します。そして、目標4時間きります。
テルー	神奈川県	横浜市から6年連続の参加になります。3年前からは「年代別シード枠」のお手紙を頂戴し、不参加の理由が見つかりません。5歳刻みの年齢カテゴリー枠。今年59歳での参戦となり、最も厳しい闘いが予想されますが、昨年の自分を目標にトレーニングに励んでおります。色違いで目立つ、特別ゼッケンを身に着けてのウォーミングアップ。皆さんが羨望の視線を注いでくれる錯覚で、気分が高まります。(笑のところは、誰も関心ないでしょうが…)神戸マラソンは、復興に対する素晴らしい大会コンセプトと美しい景観、完璧な運営。日本一の大会と周囲にもPRしています。来年の選層に繋がる納得のいく走り記録を、最高の環境で披露出来たらと意気込んでいます。ご準備等大変とは思いますが、今年も宜しくお願致します。成功をお祈りします。当日、またお会いしましょう！！
芝本 匠	兵庫県	僕は毎朝ランニングをしている走る事が好きなランナーです。 地元は三木市で神戸市に住む嫁さんの要望もあり神戸市に引っ越してきました。 いつも垂水で走っており2号線で気持ちいい海風に吹かれながら走っていて気持ちがいいのですが続けていく内に神戸マラソンに、走ってみたい気持ちが強くなり挑戦したいと決心しました。 子供も4歳と2歳の子がいるのですがパパの頑張っている姿も見せたいです。 挑戦を自身に変えこれからの人生に生かしたいと思います。 よろしくお願致します

第9回神戸マラソン ランナーエピソード
(神戸マラソンへの挑戦状！)

目黒 裕一	神奈川県	昨年、念願叶って初めて走れた神戸マラソン。 なんとか完走はしたものの25km地点あたりから足が上がらなくなってしまい、辛かった記憶のほうが強かったです。 今年は42.195kmを最後まで楽しんで走りきり、タイムも大幅短縮できますように。 それを目標に、2度目の挑戦をしたいと思います。
亀岡 玄良	愛媛県	初マラソンは第4回の神戸マラソンでした。それから6回は落選でしたが、嫁と娘が当選して応援のために神戸マラソンにきました。それ以外は全部当選して完走していますが、大会前に膝が腫れたり、前の夜に一睡もできなかったり、昨年は練習不足のせいかゴールの後に吐き気がして3時間ほど苦しみました。今年で62歳になり、マラソンの後に自動車を運転して愛媛に帰るのはつらくなってきましたが、思い出のある大会ですのでできる限り参加したいと思っています。
ルウ	兵庫県	当選結果がわかった日、ある病氣も発症しました。体調が優れず辞退しようと思ってました。走れない日が続いてもやっぱり神戸マラソンに出たい！気持ちが強くなり病院の先生に相談しました。手術を9月とマラソンが終わったら施術してくれるとのご配慮、家族や職場の理解もあり参加する事に決めました。ごはんもあまり食べれず本調子じゃないけど、神戸マラソンの沿道の応援がもう一度聞きたくて少しずつ練習してます。みんなに支えられている事に感謝の気持ちでいっぱいです。マラソン終わったらすぐに入院になりますが完走できたら自信にもなるかなと思って挑戦したいと思います。
山城 正	兵庫県	冬は雪が積もる但馬地方に住んでいます。63歳から、がんと脳梗塞と心筋梗塞で死ぬのは嫌だと思いランニングを始めました。だんだんと運動することが楽しくなり、家内も運動に参加するようになりました。人生の記念にと、この年末にはホノルルマラソンに参加します。やっと手に入れた「神戸マラソン」への出場権。早くしてこの世を去った友と共に若い時代を過ごした神戸の街を「ゆっくり楽しく？ 走りたいと思います。
中日ドラゴンズファン	千葉県	2011年、第1回の神戸マラソンに参加、自分にとって初の都市型マラソン大会参加で気分が昂っていた。 その時、初めて中日ドラゴンズのユニフォームを着用して走ったのだが、土地柄アウェーの苦なのに「ドラゴンズ頑張れ」の応援を大変多くいただき非常に楽しく走ることができたことで、その後あちこちのマラソン大会に参加するようになったきっかけとなった、非常に思い出の強い大会である。 しかし、2012年から2018年は落選続きだったが、今回、念願叶って2回目の参加となる。 今回も中日ドラゴンズのユニフォームを着用して走る予定だが、前回は高速道路に乗った辺りからガス欠となり酷くペースダウンしてしまったので、今回は神戸大橋、ポートアイランドからフィニッシュに至るまで楽しく、颯爽と走り切りたい。 中日ドラゴンズファンの方も、それ以外のチームのファンの方もフィニッシュで待っていてくれ。
はばたん	兵庫県	第1回大会から9回連続出場です。10回連続出場を目指して今年も最低限シード権獲得します。 あとは毎年この大会で目標にしているサブスリーを一度も達成できていないので今年こそ絶対達成させたいです。毎年神戸大橋のところで苦しい走りになっているので、今年は最後まで諦めず力強い走りをしてほしいです。 また沿道からいつもたくさんの方の応援をもらっているの、大きな力になっています。現在、神戸市の小学校に勤めているので、舞子の方では今の教え子達が応援してくれています。ゴールでは毎年、前の学校の教え子が待っているの、今年こそ結果を残して子供達にもかっこいい姿を見せたいです。
TAKAPY	千葉県	昨年に続き連続出場させて頂き本当にありがとうございます。昨年は感動しかない大会でとても印象に残るものでした。また参加できる機会を頂いたこと、スタッフの皆様への感謝を込めまして、絶対に自己ベストを出します。
近藤 昭	兵庫県	第9回神戸マラソンに当選しました。昨年古希を迎え、生涯の記念にと、初・フルマラソンを走ってみたいと思い応募しましたが、外れました。今回は、令和元年記念にと応募し、初出場枠で、当選しました。ラン歴は、平成10年明石海峡大橋開通記念マラソンの10キロに参加し、完走し、その喜びにはまり、以来、秋口から、翌年春先まで、年5〜6回10キロ専門、制限時間内完走健康マラソンを走ってきました。しかし、地元神戸開催ということで、クォーターの部で、2013、14年と2回参加しましたが、廃止となり、あきらめていましたが、70歳を迎え、挑戦しようとしたものです。しかし、今不安でいっぱいですが、ランナーの皆様方、沿道の皆様方、また、関係者の皆様方とともに、楽しく、6時間完走したいと決意する次第です。
三宅 慶樹	兵庫	第7回大会に80歳の時出場できたのが神戸マラソンへの初挑戦でした。それまでに、フルマラソンは何度も走っていましたが、神戸を走るのは初めてで、80代になっての初マラソンでもありました。何とか完走でき昨年も今年も年代別シード枠で参加できる幸運に恵まれました。 昨年一昨年5時間前後で完走できましたが、レースの前半は普通に走れたのですが、後半は疲労困憊で、いつリタイアしようかと謂う状況での走りになってしまいました。 特に昨年は後半の時間が前半より1.5倍もかかるという状況になってしまい、ランニング仲間との完走パーティにも参加できない情けない状況でした。今年の完走タイムはできれば4時間台をと思いますが、5時間を超えてもいいから後半を楽しく走れば良いなと思っています。年齢を重ねるごとに走力の衰えるのは仕方ないことですが、しっかり練習して楽しく完走できるよう神戸マラソンに挑戦いたします。 来年もシード枠に入れることを目指して頑張りますのでよろしくお願いたします。
今中 一寿	兵庫県	マラソンが私に生きる力をくれたことに感謝し、今年は80歳の壁に挑戦します。実は平成25年に胃がんの手術をし、その3年後に肝臓に転移し抗がん剤治療をするも副作用に耐えられず治療の中止を申し出たところ、余命3〜4か月の宣告を受けた。それは第7回神戸マラソンを4か月後に控えた時でした。 生涯ランナーを夢見ていた私には、ラストランを言い渡された思いでした。納得のいく走り締めくりたいとの思いで挑戦したが、ゴール600メートル手前でタイムアウトになった。万事休すと思ったが、神様は翌年の大会に再度挑戦させてくれた。今度は完走することができた。 余命宣告はどこかに行ってしまったようです。ある医者からは「マラソンに挑戦するという前向きな姿勢が免疫力を高めたのではないか。」と言われました。 高齢者にはマラソンは厳しいですが、コツコツ地道な練習をすればかなわぬことでもありません。「今日も走れた。」という喜びが、明日への生きる力をくれるマラソンを生涯の友とし、「がんになんか負けないぞ」との気迫をもって、今年も神戸マラソンに挑戦します。
茶谷 和彦	愛知県	大学卒業後、初めて県外に出て就職。ひよんなことから陸上部長距離顧問となり、選手と毎日走る日々。 それがきっかけで第1回大会に出場して初マラソンデビュー。しかし、当日に5時に起きる予定が寝坊してしまい、早い時間から子供の声がするなー、と聞いていたら7時過ぎでした。 急いでコンビニでウイダーとバナナだけで朝食を済ませ、Aブロックからスタート。ラスト2キロで両ひざ裏がこむら返りにあい、4時間切れませんでした。周りに誰もいなかったのが救いでした。 今年は大学時代まで阪神間で過ごした地で、自己ベスト3時間10分切りを目指して途中で止まることなくゴールを目指します！
元田 安伊子	和歌山県	勤務先が東京オリンピックゴールドスポンサーで会社からボランティアへ派遣されます。選手の皆さんに頑張ると言う前に自身も目標とする神戸マラソンを完走して自信を持って10日間のボランティアを成し遂げたいと日々練習に励んでいます。神戸の皆さん宜しくお願致します。
本田 彰宏	徳島県	人生2度目のフルマラソンです。初のフルマラソンでは怪我をした状態で臨み、完走はしたものの30キロからはほとんど歩いて帰ってきました。 人生2度目のフルマラソン、神戸の街を満喫しながら最後まで歩かず走りきりたいです。特に最後の難関の坂を走りきりたい！！
石井 泉	兵庫県	運良く3年連続の当選です。過去2回は、コース終盤の難関である浜手バイパスを克服すべく「神戸マラソンへの挑戦状！」をテーマに投稿させていただきました。初参加は浜手バイパスで撃沈しましたが、2回目となる昨年は、歩かずに完走し、自己ベストを更新することができました。その時に大きな力となったのが、切れ間のない沿道の皆様方の応援でした。今年は、応援してくださる皆様への感謝の気持ちをもって参加させていただきます。