

## マスタートーズ日本記録 : 2017年8月31日現在

\*更新 \*\*創設

## 【女子】

## ◆60m

W24-	7.60	甲斐 好美	22	埼玉	16	山梨マ選手権	甲府市緑ヶ丘
W25	7.93	熊谷 香織	29	長野	09	長野マ選手権	長野市営
W30	7.83	松元 博乃	32	鹿児島	16	鹿児島マ選手権	霧島市国分
W35	7.92	酒井 あおい	39	愛知	14	愛知マ記録会	ウエーブスタジアム刈谷
W40	7.93	坂本 美智世	43	福井	15	福井マ選手権	越前市東運動公園
W45	7.98	宮田 直美	45	茨城	09	静岡マ選手権	草薙
W50	8.18	宮田 直美	52	茨城	16	山梨マ記録会	甲府市緑ヶ丘
W55	8.87	山崎 真千子	56	神奈川	16	全日本マスタートーズ	デンカビッグスワン
W60	8.90	大日向 暁子	60	長野	10	長野マ選手権	松本平広域公園
W65	9.42	高橋 理恵子	65	北海道	16	北海道マ選手権	円山
W70	9.80	細川 峯子	71	京都	08	全日本マ選手権	生目の杜
W75	9.86	細川 峯子	75	京都	12	大阪マ選手権	長居第2
W80	11.29	加藤 敏子	81	岩手	16	全日本マスタートーズ	デンカビッグスワン
W85	11.67	齋藤 恵美子	85	東京	16	千葉マ選手権	千葉県総合
W90	13.63	守田 満	90	熊本	13	国際ゴールドマスタートーズ	西京極
W95	19.35	岩城 かつ子	95	静岡	10	静岡マ選手権	小笠山総合

## ◆100m

W24-	12.14	甲斐 好美	21	埼玉	14	上尾市陸上選手権	上尾運動公園
W25	12.38	松元 博乃	29	鹿児島	13	鹿児島マ選手権	鹿児島県立鴨池
W30	12.1(手)	村山 律子	34	佐賀	87	佐賀マ選手権	唐津
	12.36	福村 羊里子	33	石川	10	国体石川県予選	西部緑地
W35	12.1(手)	村山 律子	36	佐賀	89	佐賀県記録会	佐賀県総合
	12.51	田川 さなえ	37	京都	01	全日本マ選手権	草薙
W40	12.3(手)	西内 久美子	40	高知	88	高知県選手権	春野
	12.36	村山 律子	40	佐賀	93	世界ベテランズ	宮崎県総合
W45	12.6(手)	西内 久美子	45	高知	93	高知県社会人	高知
	12.76	宮田 直美	45	茨城	10	埼玉マ選手権	上尾運動公園
W50	12.99	宮田 直美	50	茨城	15	関東マ選手権	江戸川区陸上
W55	14.07	中村 正子	57	沖縄	05	九州マ選手権	沖縄
W60	14.41	中村 紀子	63	神奈川	02	全国スポレク	広島広域
W65	14.91	中村 紀子	66	神奈川	05	関東マ選手権	国立競技場
W70	15.78	中村 紀子	71	神奈川	10	東京マ選手権	国立競技場
W75	16.46	細川 峯子	75	京都	12	大阪マ選手権	長居第2
W80	17.96	加藤 敏子	81	岩手	16	全日本マスタートーズ	デンカビッグスワン
W85	19.82	齋藤 恵美子	85	東京	16	千葉マ選手権	千葉県総合
W90	23.15	守田 満	90	熊本	13	国際ゴールドマスタートーズ	西京極
W95	35.48	岩城 かつ子	95	静岡	10	静岡マ選手権	小笠山総合

## ◆200m

* W24-	26.27	松林 玲佳	19	高知	17	四国選手権	春野
* W25	26.03	幸村 奏	28	京都	17	近畿マ選手権	山城総合
W30	25.0(手)	村山 律子	34	佐賀	87	佐賀マ選手権	唐津
	25.32	田川 さなえ	32	京都	96	全日本マ選手権	富山
W35	25.40	村山 律子	36	佐賀	89	全日本マ選手権	紀三井寺公園
W40	25.90	村山 律子	40	佐賀	93	世界ベテランズ	宮崎県総合
W45	26.93	宮本 百合	49	愛知	16	愛知レディース	パロマ瑞穂
W50	27.62	金子 葉子	50	愛知	15	名古屋地区選手権	瑞穂公園競技場
W55	29.38	中村 紀子	58	神奈川	97	全日本マ選手権	大分

W60	29.92	中村 紀子	63	神奈川	02 全国スポレク	広島広域
W65	30.74	中村 紀子	65	神奈川	04 関東マ選手権	国立競技場
W70	32.74	中村 紀子	71	神奈川	10 東京マ選手権	国立競技場
W75	35.11	中村 紀子	75	神奈川	14 東京マ混成五種	八王子市上柚木
W80	40.78	守田 満	80	熊本	03 九州マ選手権	水前寺
W85	45.65	守田 満	85	熊本	08 長崎マ選手権	長崎県立総合
W90	55.62	守田 満	90	長崎	13 長崎マ選手権	長崎県立総合
W95	1.19.96	岩城 かつ子	96	静岡	11 静岡マ選手権	草薙

◆400m

* W24-	1.00.43	山本 恵理	20	岩手	17 東北マ選手権	弘進ゴムアスリートパーク仙台
W25	59.65	入高島 みゆき	29	沖縄	11 沖縄マ選手権	ゴザ総合
W30	58.76	入高島 みゆき	30	沖縄	12 沖縄マ選手権	沖縄総合運動
W35	58.32	黒川 由子	37	富山	11 富山実業団	魚津市桃山
W40	58.96	黒川 由子	40	富山	13 富山マ選手権	富山五福公園
W45	1.01.18	碓井 由紀子	47	愛知	08 愛知県選手権	豊橋市
W50	1.03.72	碓井 由紀子	53	愛知	14 愛知県選手権	豊橋市
W55	1.05.66	碓井 由紀子	55	愛知	16 東三河選手権	豊橋市
W60	1.09.58	有川 朝子	62	京都	16 京都マ秋季記録会	山城総合
W65	1.18.73	相馬 勝子	65	秋田	09 全日本マ選手権	瑞穂運動公園
W70	1.23.29	相馬 勝子	72	秋田	16 東北マ選手権	NDソフト山形
W75	1.32.05	守田 満	76	熊本	99 全日本マ選手権	熊本
W80	1.32.58	中野 陽子	80	東京	16 関東マ選手権	江戸川
* W85	1.41.63	齋藤 恵美子	86	東京	17 千葉マ記録会	千葉総合

◆800m

W24-	2.31.88	平賀 美晴	19	福井	15 東京マ選手権	町田市立陸上
W25	2.10.14	田阪 亜樹	29	広島	16 日本選手権	パロマ瑞穂
W30	2.15.39	黒川 由子	34	富山	08 富山マ選手権	魚津市桃山
W35	2.08.77	黒川 由子	38	富山	11 全日本実業団	鳴門総合
W40	2.11.91	黒川 由子	40	富山	13 全日本実業団	熊谷スポーツ
W45	2.24.5(手)	東 恵美子	45	大阪	95 大阪マ選手権	服部緑地
	2.28.28	三郷 千代子	45	静岡	10 全日本マ選手権	国立
W50	2.29.52	末吉 真規子	51	石川	13 国体石川県予選	西部緑地
W55	2.33.47	高橋 美津子	55	京都	03 全日本マ選手権	西部緑地
W60	2.44.81	京谷 こまえ	64	奈良	13 奈良マ記録会	奈良市営鴻ノ池
W65	2.48.08	京谷 こまえ	65	奈良	14 アジアマスターズ	北上
W70	3.12.80	山崎 滋子	70	三重	15 全日本マ選手権	岐阜メモリアル
W75	3.20.79	中野 陽子	76	東京	12 全日本マ選手権	岡山県総合
W80	3.38.15	中野 陽子	80	東京	16 全日本マスターズ	デンカビッグスワン
W85	5.14.43	西山 マツエ	86	京都	93 世界ベテランズ	宮崎県総合

◆1500m

W24-	5.14.70	椛島 麻衣	22	滋賀	09 滋賀スポレク	彦根
W25	4.49.87	神田 久恵	29	千葉	08 千葉マ選手権	千葉県総合
W30	4.36.34	黒崎 しのぶ	31	大阪	89 全日本マ選手権	紀三井寺公園
W35	4.35.78	坂本 喜子	37	三重	16 三重選手権	三重交通G補助
W40	4.44.73	橋本 春子	41	神奈川	09 世界マスターズ	ラハティ
W45	4.55.7(手)	東 恵美子	45	大阪	95 大阪マ選手権	服部緑地
	4.56.61	幸田 昌代	47	茨城	09 茨城記録会	笠松
W50	5.00.33	相澤 幸枝	50	茨城	15 伊勢崎ナイター陸上	伊勢崎市陸上
W55	5.07.50	弓削田 眞理子	57	埼玉	15 山梨マ記録会	甲府市緑ヶ丘
W60	5.30.81	京谷 こまえ	62	奈良	11 全日本マ選手権	紀三井寺公園
W65	5.49.32	京谷 こまえ	66	奈良	15 世界マ選手権	リヨン
W70	6.24.58	井手 雅子	70	茨城	12 全日本マ選手権	岡山県総合

W75	6.35.46	中野 陽子	76	東京	12 全日本マ選手権	岡山県総合
W80	6.52.77	中野 陽子	80	東京	16 関東マ選手権	江戸川
◆1マイル						
W45	5.54.42	甲斐 早苗	46	徳島	13 国際ゴールトマスタース	西京極
W50	6.01.84	糸氏 明子	51	大阪	13 国際ゴールトマスタース	西京極
W55	6.04.36	大谷 妙子	57	千葉	13 国際ゴールトマスタース	西京極
W60	6.25.21	大小田 ふみ子	62	京都	13 国際ゴールトマスタース	西京極
W65	6.57.90	松田 瑞江	67	東京	13 国際ゴールトマスタース	西京極
W70	8.02.96	松岡 和子	73	大阪	09 国際ゴールトマスタース	西京極
◆3000m						
W25	10.31.77	神田 久恵	29	千葉	08 千葉マ選手権	千葉県総合
W30	9.58.32	志水 麻紗	33	兵庫	14 兵庫春季記録会	ユニバー記念
* W35	9.42.93	坂本 喜子	38	三重	17 静岡長距離強化記	エコパスタジアム
W40	10.09.3(手)	黒崎 しのぶ	40	大阪	98 大阪陸協記録会	長居第2
	10.10.13	鈴木 紀子	40	東京	93 日本選手権	国立
W45	10.27.30	広浜 良子	46	富山	94 日本選手権	国立競技場
W50	10.41.97	高橋 美津子	50	京都	98 近畿マ選手権	服部緑地
W55	10.34.89	弓削田 眞理子	57	埼玉	15 神奈川マ記録会	神奈川県立体育
W60	11.42.5(手)	川崎 弘子	60	高知	00 四国マ選手権	高知
	11.51.50	太田 芳子	60	高知	10 四国選手権	丸亀
* W65	12.33.94	松村 政子	65	大阪	17 南部杯	服部緑地
W70	13.36.64	村本 みのる	70	大阪	11 近畿マ選手権	山城総合
W75	13.55.58	中野 陽子	76	東京	12 全日本マ選手権	岡山県総合
W80	14.47.89	中野 陽子	80	東京	16 全日本マスタース	デンカビッグスワン
◆5000m						
W24-	22.23.07	渡邊 さやか	22	埼玉	16 埼玉マ選手権	上尾
W25	17.27.0(手)	金子 慶子	29	富山	96 富山マ選手権	桃山運動公園
	17.48.40	神田 久恵	29	北海道	07 和歌山マ選手権	紀三井寺
W30	16.49.42	堀木 真由	30	和歌山	08 和歌山陸協記録会	紀三井寺公園
W35	16.42.81	坂本 喜子	37	三重	16 東海選手権	瑞穂
W40	16.59.91	広浜 良子	40	富山	89 全日本マ選手権	紀三井寺公園
W45	17.37.81	三枝 恵美	45	兵庫	05 兵庫マ選手権	ユニバー記念
W50	17.55.57	寺崎 智子	50	北海道	11 道央陸上記録会	千歳青葉
W55	18.14.14	弓削田 眞理子	57	埼玉	15 群馬クラブ対抗	正田醤油スタジアム
W60	20.00.71	村本 みのる	60	大阪	01 大阪マ記録会	服部緑地
* W65	21.03.74	松村 政子	65	大阪	17 大阪マ選手権	ヤンマーフィールド長居
W70	22.33.98	村本 みのる	70	大阪	11 大阪マ選手権	長居第2
W75	24.03.90	中野 陽子	77	東京	13 国際ゴールトマスタース	西京極
* W80	25.41.60	中野 陽子	81	東京	17 東京マ記録会	上柚木
W85	37.02.30	西山 マツエ	86	京都	93 世界ベテランズ	宮崎県総合
◆10000m						
W25	37.19.1(手)	金子 慶子	28	富山	95 富山マ選手権	小矢部運動公園
	42.25.01	橋本 由利	25	富山	05 石川マ選手権	西部緑地
W30	36.03.86	星野 芳美	33	石川	99 石川マ選手権	松任総合
W35	35.27.96	星野 芳美	35	静岡	01 静岡陸上選手権	草薙
W40	37.23.82	永井 真友美	43	茨城	06 茨城陸上選手権	笠松
W45	37.42.91	末吉 真規子	45	石川	07 石川陸上選手権	西部緑地
W50	38.34.86	檜山 恵子	50	東京	09 東京長距離記録会	八王子市上柚木
W55	37.52.50	弓削田 眞理子	58	埼玉	16 東京マ記録会	八王子上柚木
W60	42.58.10	大倉 節子	60	大阪	06 大阪マ記録会	服部緑地
W65	46.22.27	村本 みのる	67	大阪	08 大阪マ記録会	服部緑地

	W70	48.54.93	池野 昌子	70	大阪	04 大阪マ記録会	服部緑地
	W75	58.29.15	池野 昌子	75	大阪	09 南部忠平杯大阪マ	長居第2
**	W80	53.12.59	中野 陽子	81	東京	17 東京マ混成五種兼	上柚木

◆80mH

	W40	11.77	大朝 尚子	40	東京	09 関東選手権	国立競技場
	W45	11.94	大朝 尚子	45	東京	13 東京マ選手権	国立競技場
	W50	13.40	中尾 晴美	50	神奈川	16 世界マスターズ	パース
	W55	13.96	太田 くるみ	56	千葉	09 全日本マ選手権	瑞穂運動公園
	W60	14.19	高橋 理恵子	60	北海道	10 アジアマスターズ	クアラルンプール
	W65	15.45	高橋 理恵子	65	北海道	16 世界マスターズ	パース
	W70	17.09	鈴木 昌子	70	静岡	16 全日本マスターズ	デンカビッグスワン
	W75	19.02	馬淵 弘子	75	大阪	11 近畿マ選手権	山城総合
*	W80	23.03	馬淵 弘子	81	大阪	17 石川マ混成	西部緑地

◆100mH

	W24-	19.14	北村 美由紀	21	静岡	15 全日本マ選手権	岐阜メモリアル
	W25	16.73	仲村 優里	26	沖縄	15 沖縄マ選手権	沖縄県総合
	W30	14.94	原 美恵子	31	岡山	05 岡山マ選手権	岡山県津山
	W35	16.32	徳地 和子	37	三重	95 全日本マ選手権	平塚

◆200mH

	W70	40.32	中村 紀子	72	神奈川	11 全日本マ選手権	紀三井寺公園
	W75	48.40	馬淵 弘子	75	大阪	11 全日本マ選手権	紀三井寺公園
	W80	1.02.70	山根 倫子	81	鳥取	11 鳥取マ選手権	鳥取県立布勢
	W85	1.20.04	山根 倫子	86	鳥取	16 鳥取マ選手権	倉吉

◆300mH

	W50	49.99	山崎 真千子	52	神奈川	12 全日本マ選手権	岡山県総合
	W55	50.52	山崎 真千子	56	神奈川	16 全日本マスターズ	デンカビッグスワン
	W60	55.81	太田 くるみ	61	千葉	15 山形マ選手権	NDソフトスタジアム
	W65	1.02.92	宮本 洋子	65	東京	09 世界マスターズ	ラハティ
		1.02.92	高橋 理恵子	65	北海道	16 世界マスターズ	パース

◆400mH

	W24-	1.02.95	清水 真帆	22	埼玉	16 全日本マスターズ	デンカビッグスワン
	W25	1.03.06	田阪 亜樹	29	広島	16 広島マ選手権	びんご
	W30	1.03.59	田阪 亜樹	30	広島	16 全日本マスターズ	デンカビッグスワン
	W35	59.50	吉田 真希子	38	福島	14 全日本実業団	維新百年記念
	W40	1.07.33	黒川 由子	41	富山	14 アジアマスターズ	北上
	W45	1.11.17	鈴木 美貴	45	静岡	08 静岡県東部選手権	愛鷹広域公園

◆2000mSC

	W25	7.03.06	田阪 亜樹	29	広島	16 広島マ選手権	びんご
	W30	6.57.97	田阪 亜樹	30	広島	16 全日本マスターズ	デンカビッグスワン
	W35	7.32.72	石井 幸枝	36	茨城	01 全日本マ選手権	草薙
	W40	7.16.91	石井 幸枝	41	茨城	06 全日本マ選手権	宮城
	W45	7.29.62	末吉 真規子	45	石川	07 北陸マ選手権	西部緑地
	W50	7.48.61	末吉 真規子	51	石川	13 国際ゴールド	西京極総合
	W55	9.26.98	高橋 紀子	55	岩手	15 東北マ選手権	郡山総合開成山
	W60	10.17.10	中村 喜美子	63	東京	01 世界マスターズ	ブリスベン
	W65	10.31.29	今 貴枝	68	東京	16 全日本マスターズ	デンカビッグスワン
	W70	11.30.84	鈴木 郁子	73	北海道	10 アジアマスターズ	クアラルンプール
	W75	11.48.79	鈴木 郁子	75	北海道	12 アジアマスターズ	中華台北

## ◆3000mW

* W25	15.46.73	長田 彩果	25	愛知	17	長野マ選手権	松本平
W30	17.00.51	松本 美香	31	埼玉	12	埼玉マ記録会	上尾運動公園
W35	16.48.56	川田 千秋	39	京都	04	京都マ選手権	山城総合
W40	16.18.92	山崎 幸子	43	埼玉	07	栃木マ選手権	栃木県総合
W45	15.43.7(手)	伊丹 玉江	45	愛知	92	愛知マ選手権	安城
	17.23.02	佐々木 あさみ	48	青森	14	東北マ選手権	北上
W50	15.53.8(手)	岡田 志美子	52	東京	95	東京マ記録会	世田谷
* W55	16.41.50	長手 雅子	54	千葉	94	全日本マ選手権	上尾運動公園
	17.23.8(手)	長手 雅子	57	千葉	97	千葉マ記録会	千葉県総合
	17.28.71	岡田 志美子	59	東京	02	東京マ選手権	国立
W60	17.01.5(手)	岡田 志美子	60	東京	03	東京マ混成競技	八王子市上柚木
	17.13.36	矢沢 美代子	61	長野	13	千葉マ選手権	千葉県総合
W65	17.53.72	岡田 志美子	65	東京	08	関東マ選手権	国立競技場
W70	18.41.55	松本 初枝	72	千葉	14	東日本マ競技会	八王子市上柚木
* W75	19.40.23	松本 初枝	75	千葉	17	千葉マ記録会	千葉総合
W80	27.59.48	辻谷 フミ子	80	大阪	08	全日本マ選手権	生目の杜
W85	34.34.03	及川 フミヨ	85	岩手	13	岩手マ選手権	一関

## ◆5000mW

W30	36.52.95	佐渡 千恵	34	富山	13	石川マ選手権	金沢市営
* W35	25.32.36	照井 貴子	36	岩手	14	アジアマスターズ	北上
W40	30.27.24	松原 久美	44	神奈川	00	全日本マ選手権	一関
W45	27.41.69	伊丹 玉江	45	愛知	93	世界ベテランズ	宮崎県総合
W50	27.45.94	長手 雅子	54	千葉	94	千葉クラブ対抗	千葉
W55	28.23.51	長手 雅子	58	千葉	98	千葉クラブ対抗	千葉
W60	29.54.06	矢澤 美代子	61	長野	13	飯伊陸上秋季	飯田市営
* W65	32.17.95	矢澤 美代子	65	長野	17	南信陸上選手権	伊那市
W70	31.37.13	松本 初枝	72	千葉	14	アジアマスターズ	北上
W75	40.17.66	阪田 八恵子	76	京都	14	大阪マ選手権	ヤンマーフィールド

## ◆5kmW

W35	47.17	伊藤 陽子	36	東京	09	全日本マ競歩	北上
W40	33.48	大滝 宏子	42	茨城	12	全日本マ競歩	北上
W50	40.28	石井 基江	50	静岡	13	全日本マ競歩	北上
W55	35.01	松原 良子	56	愛知	14	全日本マ競歩	北上
W60	31.49	高橋 きぬ代	63	岩手	14	全日本マ競歩	北上
W70	43.21	和田 房子	73	東京	09	全日本マ競歩	北上
W75	46.08	和田 房子	76	東京	12	全日本マ競歩	北上
W80	52.12	及川 フミヨ	83	岩手	11	全日本マ競歩	北上

## ◆10kmW

W30	50.34	照井 貴子	30	岩手	08	全日本マ競歩	北上
W40	1.42.03	伊藤 陽子	42	東京	14	全日本マ競歩	北上
W45	1.06.24	佐藤 奈緒美	46	北海道	08	全日本マ競歩	北上
W50	1.05.50	増岡 美由紀	52	奈良	16	全日本マ競歩	北上
W55	1.06.59	佐々木 良子	58	岩手	08	全日本マ競歩	北上
W60	1.06.17	岡田 志美子	64	東京	07	全日本マ競歩	北上
W65	1.06.26	岡田 志美子	65	東京	08	全日本マ競歩	北上
W70	1.22.53	小幡 リツ子	72	岩手	05	全日本マ競歩	北上
W75	1.25.20	最上 景子	75	岩手	05	全日本マ競歩	北上

## ◆20kmW

W40	3.17.32	伊藤 陽子	42	東京	15	全日本マ競歩	北上
W45	2.06.08	長井 輝美	46	沖縄	13	全日本マ競歩	北上

W60	2.19.12	高橋 きぬ代	64	岩手	16	全日本マ競歩	北上
W65	2.19.23	松本 初枝	69	千葉	11	全日本マ競歩	北上
W70	2.18.29	松本 初枝	72	千葉	14	全日本マ競歩	北上
W75	2.59.00	長手 雅子	75	千葉	15	全日本マ競歩	北上
◆50kmW							
W65	6.23.23	松本 初枝	67	千葉	09	全日本マ競歩	北上
◆5km							
W55	20.25	糸氏 明子	55	兵庫(大阪マスタ	16	東京マスターズロード	昭和記念公園
◆10km							
W35	35.36	坂本 喜子	37	三重	16	大阪マラソン	大阪
* W40	38.38	船津 麻里	44	神奈川	17	関東マロード	昭和記念公園
* W45	39.06	安田 美雪	45	千葉	17	関東マロード	昭和記念公園
W50	44.09	坂本 理絵	50	岩手	14	全日本ママラソン	北上
W55	43.32	糸氏 明子	55	大阪	16	東日本マスターズロード	昭和記念公園
W60	44.35	高木 圭子	60	東京	16	東日本マスターズロード	昭和記念公園
W65	53.04	根立 律子	65	新潟	95	新潟マロード	新潟市
W70	51.53	松田 瑞江	71	東京	16	東日本マスターズロード	昭和記念公園
W75	1.07.38	小野瀬 やい	78	岩手	14	全日本ママラソン	北上
◆20km							
W35	1.11.19	坂本 喜子	37	三重	16	大阪マラソン	大阪
W40	1.20.45	伊藤 ゆかり	40	新潟	00	新潟マロード	新潟市
W45	1.22.02	斎藤 悦子	47	新潟	99	新潟マロード	新潟市
W50	1.25.33	斎藤 悦子	52	新潟	04	新潟マロード	新潟市
W55	1.29.36	斎藤 悦子	56	新潟	08	新潟マロード	新潟市
W60	1.35.57	渡辺 恵彌子	62	新潟	01	新潟マロード	新潟市
◆ハーフマラソン							
W25	1.26.04	金子 慶子	29	富山	96		富山市
W30	1.24.49	城戸 裕美	33	和歌山	96		白浜町
W35	1.14.63	星野 芳美	35	静岡	02		千葉市
W40	1.18.11	小柳 由香	43	長崎	17	大阪ハーフマラソン	大阪
W45	1.22.34	石井 幸枝	48	茨城	13		笠間市
W50	1.23.27	檜山 恵子	53	埼玉	13		丸亀市
W55	1.25.00	弓削田 眞理子	57	埼玉	15	ふかやシティハーフ	深谷市
W60	1.33.16	大倉 節子	60	大阪	06		神戸市
* W65	1.35.58	松村 政子	65	大阪	16	三田ハーフマラソン	三田
W70	1.59.55	松田 瑞枝	70	東京	16	世界マスターズ	パース
◆マラソン							
W25	3.09.31	小堀 紗希	28	埼玉	14	勝田全国マラソン	ひたちなか市
W30	3.07.21	佐藤 洋子	33	新潟	01		上尾市
W35	2.36.02	坂本 喜子	37	三重	16	大阪マラソン	大阪
W40	2.44.28	小柳 由香	43	長崎	17	東京マラソン	東京
W45	2.45.21	松田 千枝	49	茨城	97		網走市
W50	2.53.31	檜山 恵子	53	埼玉	14		名古屋市
W55	2.53.12	檜山 恵子	55	埼玉	14	横浜国際女子マラソン	横浜市内
W60	3.06.59	後田 紀美	60	福岡	14		名古屋市
W65	3.28.15	山口 千勢子	65	三重	14	加古川マラソン	加古川河川敷マラソン
W70	4.16.32	鈴木 冊子	70	東京	11		サクラメント
W75	3.53.42	中野 陽子	76	東京	12		栃木県
W80	4.11.45	中野 陽子	81	東京	17	東京マラソン	東京

## ◆4×100mリレー

W24-	53.75	岐阜	15 全日本マ選手権	岐阜メモリアル
		花川聡子(43)、北村美由紀(21)、原田 恵(39)、武内琴子(19)		
W25	52.67	山梨	12	
		青柳、小澤、保坂、上田		
W30	52.52	神奈川	16 全日本マスターズ	デンカビッグスワン
		武川由加里(33)、豊永悦子(35)、伴佳恵(32)、八本理恵子(38)		
W35	51.57	日本	93 世界ベテランズ	宮崎県総合
		岩井、久米、加藤、中尾		
W40	50.85	日本	93 世界ベテランズ	宮崎県総合
		斎藤、赤峰、田崎、村山		
W45	51.80	日本	14 アジアマスターズ	北上
		中尾晴実(48)、岡崎由起子(48)、宮本百合(47)、宮田直美(49)		
W50	55.11	日本	14 アジアマスターズ	北上
		鈴木美貴(51)、金子葉子(50)、安東由香利(52)、八代香津子(51)		
W55	57.84	日本	93 世界ベテランズ	宮崎県総合
		川野、中村、山本、成石		
W60	1.01.04	日本n	14 アジアマスターズ	北上
		加藤恵子(62)、有川朝子(60)、工藤節子(61)、樋渡久子(66)		
W65	1.09.11	日本	04 アジアマスターズ	バンコク
		宮前、鈴木、前田、中村		
W70	1.11.85	日本	04 アジアマスターズ	バンコク
		石川、越川、山口、山本		
W75	1.16.27	日本	14 アジアマスターズ	北上
		宮前美代子(76)、鈴木郁子(77)、馬淵弘子(78)、倉津緑(75)		

## ◆4×400mリレー

W30	4.33.87	愛知	15 全日本マ選手権	岐阜メモリアル
		箴島秋野(32)、山田わか奈(35)、清水真理子(32)、近藤理絵(33)		
W35	4.28.23	日本	98 アジアベテランズ	沖縄県総合
		鈴木、天久、高橋、田崎		
W40	4.34.33	日本	93 世界ベテランズ	宮崎県総合
		赤嶺、小堀、加藤、田崎		
W45	4.33.61	愛知	13 国際ゴールドマスターズ	西京極
		金子葉子(49)、宮本百合(46)、横山龍子(48)、碓井由紀子(52)		
W50	4.33.32	日本n	14 アジアマスターズ	北上
		山崎真千子(54)、鈴木美貴(51)、児玉真里子(51)、碓井由紀子(53)		
W55	5.01.71	愛知	15 全日本マ選手権	岐阜メモリアル
		林 啓海(55)、谷口由香(55)、長尾典子(59)、中山淳子(57)		
W60	5.59.54	日本	02 アジアベテランズ	大連
		前田、越川、長田、中村		
W65	6.24.35	日本	12 アジアマスターズ	中華台北
		四ツ谷、松田、岡田、松本		
W70	6.56.63	日本	04 アジアマスターズ	バンコク
		吾郷、越川、山口、石川		

## ◆走高跳

W24-	1.45	福山 友紀	22	和歌山	07 和歌山マ選手権	紀三井寺公園
W25	1.70	依田 歩	27	長野	96 長野県選手権	長野市営
W30	1.68	市原 恵子	32	千葉	91 千葉マ記録	千葉
	1.68	須藤 朱理	30	東京	00 関東マ選手権	国立競技場
W35	1.73	福本 幸	39	兵庫	16 世界マスターズ	パース
* W40	1.75	福本 幸	40	兵庫	17 石川マ選手権	西部緑地

W45	1.55	篠田 康恵	45	北海道	04 北海道マ記録会	旭川市花咲
	1.55	小野 三津子	46	岡山	13 岡山県陸上選手権	岡山県総合
*	1.55	釜 純子	45	愛知	17 東海マ選手権	エコパスタジアム
W50	1.40	淵脇 令子	51	神奈川	96 全日本マ選手権	富山
*	1.36	弥生 さつき	55	宮崎	17 宮崎マ鹿児島マ合	日南総合
W60	1.25	佐藤 洋子	60	神奈川	01 神奈川マ選手権	大和
	1.25	佐伯 信子	60	富山	09 全日本マ混成選手権	西部緑地
W65	1.20	長田 順子	66	宮崎	07 国際ゴールトマスターズ	紀三井寺公園
W70	1.15	馬淵 弘子	71	大阪	07 全国スポレク	青森
W75	1.11	馬淵 弘子	75	大阪	11 南部忠平杯大阪マ	長居第2
W80	1.03	馬淵 弘子	80	大阪	16 世界マスターズ	パース
W85	0.92	長谷川 政子	85	愛知	11 全日本マ選手権	紀三井寺公園

#### ◆棒 高 跳

W25	3.00	山本 尊美	26	茨城	00 茨城マ	水戸市立	
W30	3.50	山内 美和	31	沖縄	06 沖縄マ選手権	沖縄県総合	
	3.50	本田 史帆	34	愛知	16 中京大土曜競技会	中京大	
*	W35	3.60	本田 史帆	35	愛知	17 中部実業団	岐阜メモリアル長良
W40	2.63	泉 恵子	42	三重	06 伊勢度会陸上競技大会	三重県総合	
W45	3.40	小林 桂子	47	群馬	13 群馬陸上競技選手権	正田醤油スタジアム	
W50	3.00	山崎 真千子	53	神奈川	13 東日本マ陸上大会	国立競技場	
W55	3.00	山崎 真千子	55	神奈川	15 横浜市選手権	横浜市営三ツ沢	
W60	2.45	山本 益美	60	奈良	09 全日本マ選手権	瑞穂運動公園	
W65	2.32	山本 翠	68	兵庫	03 大阪マ選手権	服部緑地	
W70	2.35	山本 翠	70	兵庫	04 アジアマスターズ	バンコク	
W75	2.00	山本 翠	75	兵庫	09 マスターズゲームズ	シドニー	
W80	1.40	山本 翠	80	兵庫	14 アジアマスターズ	北 上	

#### ◆走 幅 跳

W24-	6.48	甲斐 好美	22	埼玉	16 山梨マ選手権	甲府市緑ヶ丘
W25	5.49	大山 清美	29	神奈川	98 東京マ選手権	国立競技場
W30	5.62	古閑 昭美	30	熊本	95 熊本マ選手権	水前寺
W35	5.72	西内 久美子	37	高知	85 秋季選手権	高知
W40	5.71	西内 久美子	40	高知	88 高知選手権	春野
W45	5.52	渡川 孝子	45	徳島	88 京都国体	西京極
	5.52	大日向 暁子	45	長野	95 全日本マ選手権	平塚
W50	5.14	大日向 暁子	54	長野	04 群馬マ選手権	敷島
W55	4.95	西内 久美子	55	高知	03 屋島カーニバル	屋島
W60	4.54	西内 久美子	60	高知	08 四国マ選手権	高知市
W65	4.18	大日向 暁子	65	長野	15 全日本マ選手権	岐阜メモリアル
W70	3.99	倉津 緑	70	長崎	09 長崎マ選手権	長崎県立総合
W75	3.47	倉津 緑	76	長崎	15 長崎マ選手権	長崎県立総合
W80	2.61	長谷川 政子	83	愛知	09 東海マ選手権	松本平広域
W85	2.54	長谷川 政子	85	愛知	11 全日本マ選手権	紀三井寺公園
W90	1.63	長谷川 政子	90	愛知	16 愛知マ記録会	ウェーブスタジアム刈谷

#### ◆三 段 跳

W25	11.75	馬渡 那津子	28	佐賀	15 長崎マ選手権	長崎県立総合	
W30	11.94	奈切 日出美	31	大阪	93 大阪マ選手権	万博	
*	W35	12.27	小畑 智子	36	茨城	17 茨城選手権	ケーズデンキ水戸
W40	12.14	大日向 暁子	44	長野	94 愛知国体	瑞穂	
W45	11.98	大日向 暁子	45	長野	95 国体予選	松本	
W50	11.66	大日向 暁子	54	長野	04 群馬マ選手権	敷島	
W55	10.97	大日向 暁子	56	長野	06 山梨マ選手権	甲府市緑ヶ丘	
W60	11.04	大日向 暁子	60	長野	10 東海マ選手権	多治見市星ヶ台	



W65	9.81	大日向 暁子	65	長野	15	長野マ選手権	佐久総合運動
W70	8.64	倉津 緑	71	長崎	10	九州マ選手権	長崎県立総合
W75	7.39	倉津 緑	75	長崎	14	長崎マ選手権	長崎県立総合
* W80	6.19	馬淵 弘子	81	大阪	17	南部杯	服部緑地
W85	5.11	長谷川 政子	85	愛知	11	東海マ選手権	三重県営
W90	3.15	長谷川 政子	90	愛知	16	愛知マ記録会	ウェーブスタジアム刈谷

◆立五段跳

W30	13.07	馬場 貴子	34	兵庫	16	大阪マフィールド兼トラック	服部緑地
W35	12.88	久世 由香里	36	愛知	15	全日本マ跳躍五種	石川県西部緑地
* W40	11.63	中村 千絵	44	栃木	17	全日本マ混成	小田原市城山
* W45	12.04	中村 千絵	45	栃木	17	埼玉マ記録会	上尾
W50	11.84	宮田 直美	51	茨城	16	大阪マフィールド兼トラック	服部緑地
W55	10.45	山崎 真千子	55	神奈川	15	全日本マ跳躍五種	石川県西部緑地
W60	9.69	太田 くるみ	61	千葉	14	近畿マ選手権	紀三井寺公園
W65	8.71	関 めり子	65	和歌山	13	和歌山マ秋季	紀三井寺公園
* W75	8.16	苅部 裕子	78	兵庫	17	和歌山マ選手権	紀三井寺

◆砲丸投

* W24-	9.46	澤邊 理咲子	20	茨城	17	千葉マ選手権	千葉総合
W25	10.76	岡田 裕子	25	群馬	08	群馬クラブ対抗	敷島
W30	11.55	熊本 和代	30	京都	93	全日本マ選手権	ユニバー記念
W35	12.07	嘉成 俱子	39	福島	80	全日本中高齡	紀三井寺公園
W40	11.71	大岩 清美	40	愛知	90	愛知マ選手権	安城
W45	11.36	成島 亮子	45	三重	90	全日本マ選手権	甲府
W50	12.54	大岩 清美	50	愛知	99	全日本マ選手権	熊本
W55	11.91	大岩 清美	55	愛知	04	愛知マ選手権	刈谷市総合
W60	11.07	嘉成 俱子	61	福島	02	アジアベテランズ	大連
W65	10.63	嘉成 俱子	65	福島	06	アジアマスターズ	バンガロール
W70	9.77	嘉成 俱子	72	福島	13	茨城マ選手権	石岡市運動公園
W75	10.43	嘉成 俱子	75	福島	16	世界マスターズ	パース
W80	8.33	児玉 澄子	80	北海道		全日本マスターズ	デンカビッグスワン
W85	6.68	矢通 幸子	85	宮崎	15	九州マ選手権	宮崎県総合
W90	5.48	長谷川 政子	90	愛知	16	全日本マスターズ	デンカビッグスワン

◆円盤投

* W24-	32.04	中村 祐子	21	三重	14	三重マ選手権	三重県総合
W25	39.83	佐藤 菜央美	26	大分	17	大分マ選手権	日田市
W30	38.88	原野 みど里	30	広島	90	広島マ選手権	東城中央
W35	42.44	青木 早苗	39	群馬	96	県民スポーツ	敷島
W40	43.27	山口 智子	40	広島	12	全日本マ選手権	岡山県総合
W45	37.72	影山 富子	46	静岡	11	静岡県選手権	草薙
W50	34.85	影山 富子	50	静岡	15	全日本マ選手権	岐阜メモリアル
W55	31.71	原野 みど里	55	広島	15	広島マ選手権	びんご運動公園
W60	31.85	加藤 敦子	62	愛知	08	東海・愛知マ選手権	瑞穂公園
W65	29.42	嘉成 俱子	67	福島	08	アジアマスターズ	チェンマイ
W70	28.63	嘉成 俱子	70	福島	11	世界マスターズ	サクラメント
W75	26.23	嘉成 俱子	75	福島	16	世界マスターズ	パース
W80	16.31	神谷 繁子	81	香川	16	全日本マスターズ	デンカビッグスワン
W85	13.06	長谷川 政子	89	愛知	14	愛知マ選手権	ウェーブスタジアム刈谷
W90	11.25	長谷川 政子	90	愛知	16	愛知マ記録会	ウェーブスタジアム刈谷
W95	4.00	橋谷 はつえ	95	石川	07	北陸マ選手権	七尾城山

◆ハンマー投

* W24-	49.47	山本 匠子	22	大分	17	大分マ選手権	日田市
W25	32.40	大岩 智恵	26	愛知	02	愛知マ記録会	刈谷市総合
W30	40.42	村上 真弓	31	東京	13	東京マ選手権	国立競技場
W35	46.08	今本 有紀	35	北海道	14	アジアマスターズ	北上
W40	36.79	福嶋 綾子	40	長崎	07	長崎県選手権	長崎県立総合
W45	34.52	大岩 清美	48	愛知	98	愛知マ選手権	豊橋
W50	41.36	大岩 清美	52	愛知	02	石川マ選手権	松任総合
W55	38.74	大岩 清美	55	愛知	04	兵庫マ選手権	ユニバー記念
W60	35.26	加藤 敦子	63	愛知	08	全日本マ選手権	生目の杜
W65	31.79	加藤 敦子	66	愛知	11	奈良マ選手権	奈良市鴻ノ池
W70	28.16	加藤 敦子	70	愛知	15	富山マ選手権	五福陸上競技場
W75	29.31	苅部 裕子	75	兵庫	14	近畿マ選手権	紀三井寺公園
W80	23.33	児玉 澄子	80	北海道	15	北海道投てき競技会	白老桜が丘公園
W85	14.44	高見 妙子	85	兵庫	14	アジアマスターズ	北上

◆やり投

* W24-	37.64	高橋 那於	20	高知	17	四国マ選手権	西条ひうち
W25	35.66	作場 まゆみ	26	奈良	00	奈良マ選手権	奈良市鴻ノ池
W30	45.06	梶原 麻紀	33	山口	12	全日本マ選手権	岡山県総合
W35	45.28	齋藤 いずみ	36	広島	03	全国スポレク	香川県立丸亀
W40	45.15	松井 江美	41	兵庫	04	全日本マ選手権	鹿児島県立鴨池
W45	38.84	齋藤 いづみ	45	広島	12	全日本マ選手権	岡山県総合
W50	41.24	藤本 江美	50	兵庫	13	全日本マ選手権	佐賀総合
W55	35.25	布施 明代	55	千葉	08	全国スポレク祭	皇子山
W60	27.59	加藤 恵子	63	和歌山	16	近畿マ選手権	ヤンマーF長居
W65	27.12	鈴木 昌子	69	静岡	15	全日本マ選手権	岐阜メモリアル
* W70	27.79	鈴木 昌子	71	静岡	17	愛知マ選手権	ウェーブスタジアム刈谷
W75	21.01	苅部 裕子	75	兵庫	14	アジアマスターズ	北上
W80	15.71	矢通 幸子	80	宮崎	10	宮崎・鹿児島記録会	宮崎県総合
W85	13.05	矢通 幸子	85	宮崎	15	宮崎マ選手権	KIRISHIMAハイビスカス
W95	3.35	橋谷 はつえ	95	石川	07	北陸マ選手権	七尾城山

◆重量投

* W24-	8.73	澤邊 理咲子	20	茨城	17	千葉マ記録会	千葉総合
* W25	7.13	宮内 麻理	25	千葉	17	千葉マ選手権	千葉総合
W30	11.71	梅田 真弓	32	東京	14	千葉マ記録会	千葉県総合
W35	9.88	徳嶺 亜矢乃	39	沖縄	16	大阪マフィールド	服部緑地
W40	10.14	山田 美智	43	愛知	05	愛知マ選手権	刈谷市総合
W45	10.33	前田 賀屋子	48	滋賀	04	大阪マ記録会	服部緑地
W50	11.62	大岩 清美	52	愛知	02	大阪マ選手権	服部緑地
W55	9.34	高橋 節子	55	千葉	16	千葉マ記録会	千葉県総合
W60	12.84	嘉成 俱子	62	福島	03	東北マ選手権	いわき市陸上競技場
W65	12.85	嘉成 俱子	65	福島	06	茨城マ選手権	石岡市運動公園
W70	10.73	嘉成 俱子	70	福島	11	世界マスターズ	サクラメント
W75	10.73	嘉成 俱子	75	福島	16	世界マスターズ	パース
W80	9.57	児玉 澄子	80	北海道	16	北海道マ日胆記録会	白老桜ヶ丘
W85	4.53	高見 妙子	85	兵庫	14	全日本マ混成	西部緑地

◆五種競技

W30	2449	武川 由加里	31	神奈川	14	全日本マ混成選手権	草薙
						16.57-1.35-7.11-4.77-2.46.26	
W35	3092	小野 三津子	37	岡山	04	中国マ混成記録会	岡山県津山
						17.17 - 1.63 - 8.50 - 5.33 - 2.53.03	

W40	3229	小野 三津子	40	岡山	07	中国マ混成記録会	岡山県津山
						13.20 - 1.60 - 8.63 - 4.99 - 3.12.70	
* W45	3368	芦原 広美	48	広島	17	岡山マ混成選手権	津山
						13.16-1.36-6.79-4.56-2.46.08	
W50	3692	山崎 真千子	52	神奈川	12	全日本マ混成選手権	小田原市城山
						13.99 - 1.30 - 8.74 - 4.53 - 2.40.63	
* W55	3932	山崎 真千子	57	神奈川	17	石川マ混成	西部緑地
						14.18-1.27-7.94-4.18-2.42.98	
W60	3276	佐伯 信子	61	富山	10	神奈川マ五種競技	大和市営
						16.41 - 1.20 - 8.28 - 3.73 - 3.13.29	
W65	3474	高橋 理恵子	65	北海道	16	全日本マ混成	西部緑地
						15.70-1.12-7.17-3.23-3.45.24	
W70	2918	馬淵 弘子	72	大阪	08	全日本マ混成選手権	西部緑地
						20.96 - 1.10 - 5.97 - 2.94 - 4.42.69	
W75	3177	馬淵 弘子	77	大阪	13	石川マ混成	西部緑地
						21.94-1.06-6.60-2.45-5.07.90	
W80	2624	山根 倫子	80	鳥取	10	中国マ混成記録会	岡山県津山
						31.66 - 0.76 - 5.17 - 1.80 - 4.26.58	

#### ◆七種競技

W25	1685	曾我 志保子	29	岐阜	13	全日本マ混成選手権	小田原市城山
						23.06 - 1.21 - 5.88 - 33.42 - 3.59 - 18.00 - 3.11.95	
W30	3336	下高原 朝	33	大阪	07	全日本マ混成選手権	西部緑地
						15.74 - 1.40 - 7.88 - 28.43 - 4.57 - 18.92 - 2.59.06	
W35	4175	小野 三津子	39	岡山	06	石川マ混成	物見山
						17.16 - 1.60 - 8.64 - 28.36 - 4.99 - 29.76 - 2.49.42	
W40	4216	中尾 晴実	43	神奈川	09	全日本マ混成選手権	西部緑地
						13.20 - 1.45 - 5.39 - 28.15 - 4.85 - 24.85 - 2.48.39	
W45	4829	中尾 晴実	45	神奈川	11	全日本マ混成選手権	西部緑地
						12.81 - 1.35 - 6.88 - 27.53 - 4.68 - 22.22 - 2.44.09	
W50	4921	山崎 真千子	53	神奈川	13	全日本マ混成選手権	小田原市城山
						14.06 - 1.24 - 8.13 - 29.14 - 4.74 - 23.41 - 2.46.21	
W55	5507	山崎 真千子	56	神奈川	16	全日本マ混成	西部緑地
						14.37-1.25-7.68-29.66-4.20-28.97-2.42.81	
W60	4531	太田 くるみ	63	茨城	16	全日本マ混成	西部緑地
						14.41-1.13-6.46-33.52-3.66-16.50-3.20.28	
W65	4592	高橋 理恵子	65	北海道	16	世界マスターズ	パース
						15.45-1.06-7.30-34.33-3.30-13.63-3.49.83	
W70	5340	鈴木 昌子	70	静岡	16	全日本マ混成	西部緑地
						17.32-1.04-7.70-38.02-2.98-25.63-4.01.07	
W75	4986	馬淵 弘子	75	大阪	11	世界マスターズ	サクラメント
						19.39 - 1.09 - 7.50 - 43.60 - 2.69 - 10.71 - 4.17.23	
* W80	4623	馬淵 弘子	81	大阪	17	石川マ混成	西部緑地
						23.03-1.00-6.33-53.80-2.38-12.00-5.56.57	

#### ◆投てき五種

W30	2597	梅田 真弓	32	東京	14	茨城マ選手権	石岡市運動公園
						38.22-8.69-28.28-23.17-11.34	
W35	2465	細田 裕子	36	和歌山	06	大阪マ選手権	服部緑地
						27.02 - 9.90 - 34.61 - 24.49 - 8.67	
W40	2813	山田 美智	43	愛知	05	大阪マ選手権	服部緑地
						29.96 - 8.83 - 27.96 - 32.66 - 9.73	
W45	3002	山田 美智	45	愛知	07	大阪マ選手権	服部緑地
						29.30 - 8.75 - 25.98 - 31.54 - 9.70	

W50	3621	大岩 清美	54	愛知	03	全日本マ混成選手権	万博記念
						40.16 - 11.51 - 26.20 - 29.72 - 10.37	
W55	3742	大岩 清美	55	愛知	04	全日本マ混成選手権	服部緑地
						35.72 - 11.32 - 25.79 - 29.21 - 9.18	
W60	3522	松岡 奏子	62	兵庫	15	大阪マフィルト競技会	服部緑地
						29.08-9.52-21.08-25.26-10.82	
W70	3930	嘉成 俱子	74	福島	15	世界マスターズ	リヨン
						24.52-8.61-23.80-17.65-9.11	
W75	4380	嘉成 俱子	75	福島	16	世界マスターズ	パース
						26.64-9.97-26.23-16.13-10.41	
W80	3820	児玉 澄子	80	北海道	16	北海道マ記録会	旭川市花咲
						22.79-7.70-15.75-13.41-8.98	
W85	2395	高見 妙子	85	兵庫	15	全日本マ重量五種	西部緑地
						13.08-4.88-9.65-7.71-4.40	

◆跳躍五種

	W30	2634	安部 さわ子	31	大分	16	全日本マ混成	西部緑地
							12.55-1.50-5.03-11.12-1.35	
	W35	3396	久世 由香里	36	愛知	15	全日本マ跳躍五種	西部緑地
							12.88-2.00-5.07-11.48-1.50	
**	W40	3039	中村 千絵	44	栃木	17	全日本マ混成	小田原市城山
							11.63-1.70-4.76(0.0)-9.47(-0.5)-1.45	
	W55	4123	山崎 真千子	55	神奈川	15	全日本マ跳躍五種	西部緑地
							10.45-2.70-4.29-9.10-1.20	
**	W60	3027	尾崎 悦子	60	広島	17	和歌山マ選手権	紀三井寺
							9.67-NM-3.62-8.09-1.15	

- 手動計時と電気計時の2つが記載されているものは、手動計時が日本記録。  
電気計時の記録は、参考記録。