

## 女子

## 60m

7秒9手動	(-0.9)	大出 茉穂	2018/11/3	東大
8秒31	(-0.3)	榊田 結夢	2018/3/17	東大

## 100m

12秒33	(+1.1)	松岡 弘子	1990/5/25	平塚
12秒34	(+1.4)	石井 昭子	1993/10/2	笠松
12秒39	(+1.2)	川上 いちご	2018/9/20	熊谷
12秒40	(+0.8)	榊田 結夢	2018/5/6	桜上水
12秒42	(-0.1)	菅井 沙桜里	2019/9/24	上尾
12秒47	(-0.6)	齋藤 里菜	2015/10/12	福島
12秒51	(+1.8)	石橋 供未子	1993/8/4	千葉総合
12秒56	(+0.0)	秦 玲子	1994/5/20	国立
12秒65	不明	小柴 衣未	2003/8/24	不明
12秒79	不明	青野 杏子	2010/	川崎
12秒79	(+0.8)	鶴澤 佳代	2015/9/23	鴻巣

## 200m

25秒05	(+2.0)	渡辺 祐子	1990/8/2	新潟
25秒16	(+0.8)	石井 昭子	1993/9/18	千葉総合
25秒30	(+0.7)	川上 いちご	2018/9/19	熊谷
25秒47	(+2.0)	三星 典子	1990/10/23	博多の森
25秒54	(+0.7)	秦 玲子	1994/5/22	国立
25秒63	(+0.6)	松岡 弘子	1990/5/13	等々力
25秒66	(+1.0)	松島 由佳	2016/8/7	天台
25秒72	(+1.3)	榊田 結夢	2018/9/19	熊谷
25秒79	(+0.0)	青野 杏子	2012/8/25	群馬
25秒97	(+0.9)	齋藤 里菜	2014/8/24	松本平

## 300m

41秒71		川上 いちご	2019/11/4	山梨
-------	--	--------	-----------	----

## 400m

55秒64		渡辺 祐子	1991/6/1	国立
56秒49		川上 いちご	2018/8/22	新潟
56秒97		三星 典子	1989/6/3	国立
58秒22		今井 咲	2015/10/10	福島
58秒29		松島 由佳	2016/8/7	天台
58秒72		川島 都妃	2018/5/24	相模原
58秒85		青野 杏子	2010/8/19	松本平
58秒90		菅原由利	2021/7/24	順大
60秒10		小山 ひろみ	2008/6/14	順大
60秒30		碓井 茉依	2020/9/22	上尾

## 800m

2分13秒19		今井 咲	2014/9/27	日体大
2分13秒68		碓井 茉依	2020/10/27	駒沢
2分15秒54		高成田のぞみ	1995/10/6	千葉総合
2分16秒1		米倉 あゆみ	1986/8/7	筑波大
2分16秒64		小田倉 香織	2009/9/20	天台
2分17秒57		荒木 麻理	2015/10/11	福島
2分17秒94		泉奈 菜子	2023/3/18	国立
2分18秒37		小川 瑞季	2010/7/4	笠松
2分18秒7		青野 杏子	2012/8/19	日体大
2分18秒75		早笋 彩乃	2017/6/3	順大

## 1500m

4分30秒25	高成田のぞみ	1993/5/21	国立
4分35秒77	小田倉 香織	2010/8/7	笠松
4分36秒83	小川 瑞季	2010/8/7	笠松
4分40秒94	米倉 あゆみ	1986/6/6	国立
4分45秒36	竹内 沙知	2007/9/28	緑ヶ丘
4分46秒17	早筭 彩乃	2018/6/30	さくら
4分50秒19	荒木 麻理	2017/7/1	日体大
4分50秒88	碓井 茉依	2019/11/2	順大
4分51秒20	宇根 由美子	1994/10/22	敷島
4分53秒24	今井 咲	2013/8/10	笠松

## 3000m

9分48秒35	高成田のぞみ	1993/5/23	国立
9分56秒14	小田倉 香織	2009/8/25	等々力
10分07秒07	米倉 あゆみ	1988/5/22	国立
10分11秒62	小川 瑞季	2009/8/25	等々力
10分14秒10	竹内 沙知	2008/8/26	熊谷
10分27秒82	三輪 千晃	2010/10/23	日体大
10分31秒01	早筭 彩乃	2017/10/28	順大
10分39秒3	平井 玲子	1996/8/8	筑波大
10分41秒4	宇根 由美子	1994/5/3	順大
10分44秒2	武山 法子	1988/	千葉総合

## 5000m

16分51秒9	高成田のぞみ	1995/12/3	順大
17分02秒63	小田倉 香織	2010/11/27	国立
17分18秒02	竹内 沙知	2008/5/3	順大
17分53秒28	小川 瑞季	2008/9/20	天台
18分11秒2	米倉 あゆみ	1986/9/7	千葉総合
18分36秒5	鷹巣 菜穂	1993/12/4	順大
18分53秒43	宇根 由美子	1994/10/2	平塚
18分57秒3	林 里絵子	2002/12/15	日体大
19分04秒26	鵜沢 美奈	2019/9/24	上尾
19分10秒82	平井 玲子	1998/8/27	天童

## 10000m

35分01秒33	竹内 沙知	2008/5/17	国立
36分05秒15	小田倉 香織	2011/5/14	国立
44分10秒	武山 法子	1986/5/17	国立

## 5km

16分40秒	高成田のぞみ	1995/3/26	船橋
17分49秒	竹内 沙知	2006/12/3	天台園路
18分45秒	宇根 由美子	1994/3/13	霞ヶ浦
20分31秒	奥津 彩加	2007/12/16	荒川

## 10km

36分03秒	小田倉 香織	2010/3/1	石岡
37分20秒	米倉 あゆみ	1987/12/13	不明
37分21秒	竹内 沙知	2007/12/16	荒川
39分28秒	宇根 由美子	1994/3/6	佐倉
40分10秒	平井 玲子	1998/2/11	八街
41分46秒	佐藤 玲子	1989/1/16	神宮外苑
45分37秒	小野寺 廉子	2019/11/17	白井

## 10マイル

1時間01分29秒	高成田のぞみ	1994/1/16	霞ヶ浦
1時間03分27秒	小田倉 香織	2013/4/21	霞ヶ浦

### ハーフマラソン

1時間18分23秒	小田倉 香織	2011/1/23	幕張
1時間22分02秒	竹内 沙知	2008/1/20	千葉
1時間44分29秒	中原 恭恵	2008/1/20	千葉

### マラソン

2時間59分05秒	米倉 あゆみ	1990/1/28	大阪
3時間06分58秒	小田倉 香織	2013/1/27	勝田
3時間18分06秒	佐藤 玲子	1987/11/29	河口湖
3時間21分16秒	武山 法子	1987/11/29	河口湖
3時間37分37秒	森岡 夏生	2020/1/26	館山
3時間55分19秒	中原 恭恵	2013/1/27	館山
4時間28分06秒	折田 千晶	1987/11/29	河口湖

### 100mH

15秒00	(+0.7)	清水 幸	1990/7/8	長野
15秒02	(+1.1)	各務 琴音	2015/10/11	福島
15秒09	不明	岡田 有華	2010/9/25	三ツ沢
15秒25	(+0.4)	青野 杏子	2012/8/25	群馬
15秒30	(+1.1)	近島 志穂	1998/9/13	千葉総合
15秒37	(+0.7)	田中 紋香	2008/9/27	草薙
15秒71	(+1.2)	蝦澤 みずき	2016/9/10	日体
16秒09	(-0.2)	吉田 渚月	2018/9/19	熊谷
16秒15	(+0.8)	川島 都妃	2019/8/11	天台
16秒15	(+2.0)	坂田 綾香	2019/11/2	東大

### 400mH

62秒75		川島 都妃	2018/6/24	天台
64秒63		三田地 麗奈	2015/8/9	笠松
65秒73		清水 幸	1990/5/12	等々力
65秒77		角谷 理紗	2015/5/3	健志台
66秒57		各務 琴音	2014/11/1	駒場
67秒1		水田 安希乃	1984/6/23	成田
67秒67		荒木 麻理	2016/8/7	天台
67秒78		助川 嘉音	2022/8/25	熊谷
67秒8		渡辺 祐子	1989/7/30	千葉総合
68秒06		蝦澤みずき	2016/8/7	天台

### 3000mSC

11分04秒59	小田倉 香織	2010/7/4	笠松
11分47秒38	鶴沢 美奈	2021/7/24	順大

### 5000mW

23分23秒33	宇井 菜那	1997/10/27	長居
27分41秒00	阿部 里美	1999/3/7	琵琶湖

### 5kmW

23分19秒	宇井 菜那	1997/1/1	明治神宮
--------	-------	----------	------

### 10kmW

48分20秒	宇井 菜那	1997/11/2	高畠
--------	-------	-----------	----

### 20kmW

1時間39分05秒	宇井 菜那	1999/1/31	六甲アイランド
-----------	-------	-----------	---------

### 4 × 100mR

48秒09	中野・石井・森・渡辺祐	1992/5/23	国立
48秒67	川上・榊田・菅井・川島	2019/8/20	笠松
48秒80	榊田・菅井・坂田・川島	2019/9/22	上尾
48秒93	大出・榊田・小林・川上	2018/5/24	相模原

49秒07		二宮・齋藤・大出・鶴澤	2015/10/10	福島
49秒12		大出・榊田・坂田・菅井	2019/5/4	順大
49秒13		大出・齋藤・角谷・鶴澤	2015/5/14	日産
49秒34		二宮・榊田・小林・松島	2017/9/15	醤油
49秒35		大出・榊田・川上・坂田	2018/8/22	新潟
49秒73		榊田・川上・川島・西崎	2020/9/22	上尾
4 × 400mR				
3分54秒78		大出・川島・坂田・川上	2018/8/23	新潟
3分55秒04		菅井・川島・坂田・碓井	2019/9/24	熊谷
3分55秒33		松岡・三星・清水幸・渡辺祐	1990/5/26	国立
3分55秒40		齋藤・今井・各務・三田地	2015/9/21	上尾
3分56秒93		今井・三星・永田・渡辺祐	1991/6/1	国立
3分57秒66		齋藤・今井・三田地・荒木	2015/5/16	日産
3分58秒26		菅井・碓井・川島・坂田	2019/8/21	笠原
3分58秒33		西崎・川島・菅井・坂田	2019/5/25	相模原
3分58秒48		齋藤・今井・各務・河瀬	2015/9/23	上尾
3分58秒82		川島・川上・坂田・菅井	2019/8/11	天台
スウェーデンリレー				
2分27秒18		坂田・西崎・川上・小野	2019/11/4	山梨
2分35秒87		各務・三浦・荒木・小田倉	2013/9/15	栃木
2分36秒87		岡村・小田倉・三浦・荒木	2013/9/28	上尾
走高跳				
1m60		青野 杏子	2012/8/5	天台
1m60		各務 琴音	2015/8/19	筑波
1m55		小林 優里	2016/8/26	小瀬
1m55		馬杉 芽依	2021/7/24	順大
1m55		吉村 彩加	2016/7/30	順大
1m50		岡田 有華	2012/8/5	天台
1m50		秋谷 香	1990/3/25	順大
1m50		大日向 知子	1998/8/9	笠松
1m45		坂田 綾香	2019/11/2	東大
1m45		蝦澤みずき	2016/7/2	群馬
棒高跳				
3m30		野口 紗椰		
2m70		小林 優里	2016/7/30	順大
2m60		金 慧子	2005/10/1	順大
2m50		中原 恭恵	2006/5/27	中台
2m10		小坂 奈桜	2016/8/7	天台
1m80		青野 杏子	2007/8/4	天台
1m80		吉村 彩加	2018/11/3	駒場
走幅跳				
5m90	(+0.0)	原 樹子	1994/5/22	国立
5m85	(-0.3)	岡田 有華	2010/8/20	松本平
5m76	(+1.2)	坂田 綾香	2019/9/23	上尾
5m73	(+0.5)	永田 潤子	1991/6/29	瑞穂
5m64	(+0.8)	吉田 温	2003/10/25	松戸
5m50	(+0.0)	開発 みづほ	1985/8/8	群馬県営
5m41	(+0.3)	青野 杏子	2012/8/5	天台
5m37	(+1.8)	各務 琴音	2015/8/9	笠松
5m35	(+1.9)	小林 優里	2015/8/18	筑波
5m34	不明	清水 幸	1990/	不明
三段跳				
12m44	(+0.4)	岡田 有華	2012/9/11	国立
12m19	(+0.0)	山本 裕子	1996/10/5	あづま

11m76	(+1.0)	小林 優里	2017/5/6	順大
11m73	(+1.5)	坂田 綾香	2019/8/11	天台
10m58	(+0.2)	萬 優里	2016/10/29	順大
10m41	(-0.6)	清水 貴子	1995/10/5	あづま
10m17	不明	小柴 衣未	2002/8/24	千葉総合
9m84	不明	望月 美穂	1998/8/9	笠松
9m63	(+0.7)	大桃 直子	2001/9/15	新潟
9m43	(-0.2)	馬杉 芽依	2019/8/11	天台

砲丸投

12m71		望月 美穂	1996/6/2	日体大
10m23		塚越 恵	2009/9/19	天台
9m79		福井 明子	1978/4/9	千葉S・C
9m44		青野 杏子	2012/6/16	日体大
9m24		野末 明日香	2007/8/4	天台
9m16		山本 裕子	1996/10/4	あづま
9m15		原 樹子	1994/8/7	笠松
9m12		各務 琴音	2014/10/25	栃木
9m07		蝦澤みずき	2016/7/1.2	群馬
9m01		小柴 衣未	2005/9/16	国立

円盤投

41m20		望月 美穂	1995/4/16	草薙
40m80		青木 恵	1997/8/9	松本平
34m54		福井 明子	1978/8/2	藤沢
34m30		芳野 和代	1982/8/6	上尾
33m80		塚越 恵	2009/8/25	等々力
30m45		野末 明日香	2008/8/10	天台
28m70		小宮 和子	1950/7/16	千葉市営
24m63		長岐 法子	2002/8/24	千葉総合
24m44		林 沙織	2008/8/10	千葉総合
22m38		清水 幸	1993/8/8	成田

やり投

42m14		長岐 法子	2001/9/14	新潟
38m52		小柴 衣未	2002/11/10	横浜国際
38m29		野末 明日香	2006/9/29	敷島
35m43		林 沙織	2008/8/6	熊谷
33m06		塚越 恵	2008/8/10	天台
32m91		青野 杏子	2011/6/11	国武大
32m31		成松 泉	2015/8/19	筑波
31m95		佐藤 ななみ	2018/8/23	新潟
30m56		各務 琴音	2014/10/26	栃木
30m51		吉村 彩加	2019/8/21	笠松

七種競技

4726点		青野 杏子	2012/8/18	日体大
4558点		各務 琴音	2015/10/11.12	福島
4101点		蝦澤 みずき	2016/7/1.2	群馬
3940点		坂田 綾香	2019/11/2-3	東大
3737点		小柴 衣未	2005/9/17	国立
3700点		吉村 彩加	2017/9/17	正田醤油
3131点		吉田 渚月	2019/11/2-3	東大
		15秒30(-0.2)-1m50-9m38-26秒06(-0.6)-5m40(+1.4)-31m78-2分18秒7		
		15.02(+1.1)-1m60-8m64-26.78(-)-5m43(+2.8)-27m09-2.28.62		
		16秒58(-0.8)-1m45-9m07-27秒30(+0.8)-4m91(-0.5)-29m21-2分26秒54		
		16秒15(+2.0)-1m45-7m05-26秒37(-0.2)-5m38(+1.7)-17m51-2分32秒11		
		17秒46(+0.7)-1m35-8m05-28秒38(-2.4)-5m05(-1.4)-33m53-2分44秒43		
		16秒64(-0.1)-1m51-7m72-28秒97(-1.1)-4m97(+0.5)-26m30-2分43秒31		
		16秒63(+0.9)-1m35-6m92-28秒61(-0.3)-4m35(+1.9)-13m89-2分41秒90		

3059点

西本 咲子

2018/9/19-20

熊谷

17秒66(±0.0)-1m35-5m66-28秒39(+0.5)-4m63-15m93-2分41秒98