

2021年度 東北マスターズ陸上競技連盟 最高記録 2022年 3月20日現在

◎世界最高記録 ☆日本最高記録 ◇東北記録更新・創設記録

種目	クラス	新記録等	記録	氏名	年齢	県名	年度	大会名	会場	
男子60m	M90	☆◇	10.13	田中 博男	90	青森	2021	青森マス	弘前市陸上競技場	
	M85		9.54	田中 博男	86	青森	2017	秋田マス	横手	
	M80		9.24	田中 博男	81	青森	2012	岩手マス	金ヶ崎 森山	
	M75		9.00	似内 宥治	75	岩手	2019	全日本マス	前橋正田醤油スタ	
	M70		8.50	岡田 剛	70	山形	2018	山梨マス記録会	甲府緑ヶ丘	
			8.50	岡田 剛	70	山形	2019	一関記録会	一関運動公園	
	M65		8.12	岡田 剛	65	山形	2013	山梨マス短記録会	甲府 緑ヶ丘	
	M60		7.96	岡田 剛	61	山形	2010	宮城マス	名取スポーツパーク	
	M55		7.83	木村 勉	55	秋田	2010	全日本マス	国立	
	M50		7.64	斎藤 拓男	50	青森	2018	東北マス	青森総合運動公園	
	M45		7.58	齊藤 拓男	47	青森	2015	29青森マス	弘前市陸上競技場	
	M40		7.36	三浦 孝広	40	宮城	2013	宮城マス	仙台市陸上競技場	
	M35		7.17	三浦 孝広	37	宮城	2010	東北マス	天童 NDスタジアム	
	M30		7.09	加藤 祐介	33	宮城	2015	宮城秋季マス	仙台市陸上競技場	
	M25		6.99	富岡 真吾	26	岩手	2018	山形スポレク	NDソフトスタジアム	
	M24	☆	6.93	富岡 真吾	24	岩手	2017	秋田マス	横手十文字	
	女子60m	W90		17.18	早川 武子	92	岩手	2020	一関記録会	一関陸上競技場
		W85		12.31	加藤 敏子	85	岩手	2020	一関記録会	一関陸上競技場
W80			11.29	加藤 敏子	81	岩手	2016	全日本マス	デンカビッグスワン	
W75			10.63	加藤 敏子	77	岩手	2012	全日本マス	岡山県陸上競技場	
W70		◇	9.76	中村 和代	70	岩手	2022	青森マスターズ	弘前	
W65			9.42	中村 和代	65	岩手	2018	山形マス	NDソフトスタジアム	
W60			9.44	中村 和代	64	岩手	2017	秋田マス	横手十文字	
W55		◇	8.82	姉帯 明子	55	岩手	2022	岩手マス	金ヶ崎 森山	
W50		◇	8.76	笹森 比呂子	50	青森	2021	東北マス	北上陸上競技場	
W45			8.59	笹森 比呂子	46	青森	2018	東北マス	青森総合運動公園	
W40			8.44	笹森 比呂子	44	青森	2015	青森マス	弘前市陸上競技場	
W35			8.54	笹森 比呂子	39	青森	2010	青森記録会	東北町総合運動場	
W30			8.57	小瀬川 麻由	32	青森	2014	青森マス	弘前市陸上競技場	
W25		◇	8.37	川崎 志穂美	27	岩手	2021	東北マス	北上陸上競技場	
w24-		◇	8.17	山本 恵里	24	岩手	2021	東北マス	北上陸上競技場	
男子100m	M90	☆◇	16.69	田中 博男	90	青森	2021	青森マス	弘前市陸上競技場	
	M85	◎☆	15.08	田中 博男	86	青森	2017	秋田マス	横手十文字	
	M80		14.45	田中 博男	81	青森	2012	道央マス記録会	千歳市青葉公園	
	M75		14.41	千葉 昭一	75	岩手	2004	岩手マス	金ヶ崎 森山	
	M70		13.44	田中 博男	71	青森	2002	福島マス	郡山 開成山	
	M65		12.79	岡田 剛	65	山形	2013	山梨マス短記録会	甲府 緑ヶ丘	
	M60		12.51	岡田 剛	60	山形	2009	東北マス	郡山 開成山	
	M55		11.99	芳賀 一博	55	青森	1997	青森マス	青森 東北	
	M50		11.83	後藤 雄孝	50	岩手	2003	全日本マス	金沢 西部緑地	
	M45		11.69	芳賀 一博	46	青森	1988	全国スポレク	甲府 小瀬	
	M40	◇	11.55	堀 愛彦	41	山形	2021	酒田スプリント	酒田光が丘	
	M35	◇	10.73	大石 唯	36	山形	2021	山形県選手権	NDスタジアム	
	M30		10.97	秋本 真吾	34	福島	2016	全日本マス	新潟デンカビッグスワン	
	M25		10.92	富岡 真吾	26	岩手	2019	山形マス	NDソフト山形	
	M24-	◇	10.88	富岡 真吾	24	岩手	2017	関東マス	江戸川	
			10.88	斎藤 栄広	21	福島	2021	福大記録会	福大陸上競技場	
女子100m	W90	◇	30.00	早川 武子	94	岩手	2022	岩手マスターズ	金ヶ崎 森山	
	W85		20.36	加藤 敏子	85	岩手	2020	一関記録会	一関陸上競技場	
	W80		17.96	加藤 敏子	81	岩手	2016	全日本マス	デンカビッグスワン	
	W75		17.51	相馬 勝子	75	秋田	2019	東北マス	大館 長根山	
	W70		16.75	相馬 勝子	72	秋田	2016	青森マス	弘前市運動公園	
	W65		15.32	中村 和代	66	岩手	2019	全日本マス	前橋正田醤油スタ	
	W60		15.43	中村 和代	63	岩手	2016	東北マス	NDソフトスタジアム	
	W55		14.70	笹森 みどり	56	青森	2008	全国スポレク	大津 皇子山	
	W50		13.92	中條 のり子	50	福島	1998	福島マス記録会	いわき 陸上	
	W45		13.63	笹森 比呂子	46	青森	2017	東日本マ	八王子上柚木	
	W40		13.15	石澤 由希	42	青森	2020	青森マス	弘前市陸上競技場	
	W35		13.23	秋元 千鶴子	37	山形	1999	全国スポレク	天童 県総	
			13.23	石澤 由希	39	青森	2017	秋田マ秋季	能代	
	W30		13.39	田中 奈穂子	34	岩手	2000	岩手マス	一関 運動	
	W25	◇	13.77	川崎 志穂美	27	岩手	2021	東北マス	北上陸上競技場	
	W24-	◇	13.06	山本 恵里	24	岩手	2021	一関記録会	一関陸上競技場	
男子200m	M90		45.01	千葉 昭一	90	岩手	2019	岩手マス	森山総合公園	
	M85		31.95	田中 博男	85	青森	2016	東北マス	NDソフトスタジアム	
	M80		30.42	田中 博男	80	青森	2011	埼玉マス	上尾 運動公園	
	M75		29.74	田中 博男	75	青森	2006	青森マス	東北 総合運動場	
	M70		27.88	田中 博男	71	青森	2002	関東マス	東京 国立	
	M65		27.07	新山 弘幸	65	宮城	2022	山形マス秋季	NDソフトスタジアム	
	M60	◇	26.51	新山 弘幸	64	宮城	2021	宮城マ秋季	栗原市築館運動公園	
	M55		24.94	吉田 均	57	岩手	2020	花巻トラック	花巻 日居城野	
	M50		24.60	芳賀 一博	52	青森	1994	全日本マス	上尾 県運動	
M45		23.81	後藤 雄孝	48	岩手	2001	全日本マス	静岡 草薙		

	M40		23.26	芳賀 一博	40	青森	1982	全日本マス	東京 国立
	M35		23.09	吉崎 裕祈	35	青森	2017	青森マス	弘前運動公園
	M30		22.71	前川 政人	31	岩手	2018	山形スポレク	NDソフトスタジアム
	M25		22.45	富岡 真吾	26	岩手	2019	山形マス	NDソフトスタジアム
	M24	◇	22.01	齋藤 菜広	21	福島	2021	東北マス	北上陸上競技場
女子200m	W75		38.29	相馬 勝子	75	秋田	2019	東北マス	大館 長根山
	W70		36.01	相馬 勝子	72	秋田	2016	東北マス	NDソフトスタジアム
	W65		32.89	中村 和代	65	岩手	2018	全日本マス	鳥取布勢陸上競技場
	W60		32.29	相馬 勝子	61	秋田	2005	秋田マス	大館 長根山
	W55		31.00	高橋 葉子	58	福島	2017	福島マス	福島 信夫丘
	W50	◇	29.16	笹森 比呂子	50	青森	2021	青森マス	弘前市陸上競技場
	W45		28.43	笹森 比呂子	45	青森	2016	全日本マス	新潟デンカビッグスワン
	W40		27.56	笹森 比呂子	44	青森	2015	青森マス	弘前市運動公園
	W35		27.42	中川 朋子	36	青森	1996	東北マス	一関 運動公園
	W30		28.48	荒木 幸子	33	福島	1992	全国スポレク	千葉 県総
	W25		26.79	作田 修子	25	青森	1995	青森マス	東北 総合運動場
	W24	◇	26.99	山本 恵里	24	岩手	2021	一関記録会	一関陸上競技場
男子400m	M90	◇	2.09.85	敦賀 又四郎	91	青森	2021	青森マス記録会	六ヶ所村大石運動公園
	M85	☆	1.19.15	田中 博男	87	青森	2018	東北マス	青森総合運動公園
	M80		1.10.27	田中 博男	80	青森	2011	岩手マス	金ヶ崎 森山
	M75		1.09.34	田中 博男	76	青森	2007	世界マス	イタリア リッチオーネ
	M70		1.02.91	田中 博男	70	青森	2001	世界マス	オーストラリアブリスベン
	M65		1.03.79	佐々木 文夫	65	岩手	2017	東北マス	仙台市
	M60		1.00.38	夏坂 吏	60	青森	2018	東北マス	青森総合運動公園
	M55		58.65	村上 成士	56	青森	2002	東北マス	北上 陸上
	M50		56.74	村上 成士	50	青森	1996	東北マス	一関 運動公園
	M45		54.19	佐藤 憲明	45	山形	2009	東北マス	郡山 開成山
	M40		52.34	西舘 敦	40	岩手	2019	全日本マス	前橋正田醤油スタ
	M35		51.72	佐藤 憲明	38	山形	2002	東北マス	北上 陸上
	M30		50.72	西舘 敦	30	岩手	2009	岩手一関マス	一関 運動公園
	M25		51.88	山本 雄太郎	25	岩手	2019	岩手マス	金ヶ崎 森山
	M24	◇	49.30	齋藤 菜広	21	福島	2021	県総体県北予選	福島 信夫ヶ丘
女子400m	W75	☆	1.27.56	相馬 勝子	75	秋田	2019	秋田マス	鷹巣競技場
	W70	☆	1.23.29	相馬 勝子	72	秋田	2016	東北マス	NDソフトスタジアム
	W65		1.18.73	相馬 勝子	65	秋田	2009	全日本マス	名古屋 瑞穂
	W60		1.13.49	相馬 勝子	60	秋田	2004	一関記録会	一関 運動公園
	W55		1.11.59	相馬 勝子	58	秋田	2002	東北マス	北上 陸上
	W50		1.11.80	佐々木 良子	50	岩手	2000	東北マス	青森 県総
	W45		1.07.66	笹森 比呂子	46	青森	2018	東北マス	青森総合運動公園
	W40		1.06.13	笹森 比呂子	40	青森	2011	全日本マス	和歌山 紀三井寺
	W35		1.06.56	笹森 比呂子	35	青森	2006	青森マス	東北 総合運動場
	W30		1.06.94	笹森 比呂子	34	青森	2006	東北マス	弘前市陸上競技場
	W25		1.09.97	赤平 海咲	25	秋田	2019	秋田マス	鷹巣競技場
	W24	☆	59.73	山本 恵里	21	岩手	2018	岩手トラック記録会	花巻日居城野
男子800m	M90		4.08.55	野々村 信吉	90	岩手	2018	岩手マス	金ヶ崎森山
	M85		3.25.36	田中 博男	85	青森	2016	世界マス	オーストラリア
	M80	☆	2.54.19	緑川 七郎	81	福島	2013	国際ゴールド	京都 西京極
	M75		2.44.73	緑川 七郎	75	福島	2007	福島マス	福島 信夫ヶ丘
	M70		2.32.85	田中 博男	70	青森	2001	福島マス	福島 信夫ヶ丘
	M65		2.23.4	緑川 七郎	66	福島	1998	福島マス	いわき 陸上
	M60		2.22.4	緑川 七郎	61	福島	1993	福島マス	郡山 開成山
	M55		2.12.50	蒲 正平	55	秋田	2003	全日本マス	金沢 西部緑地
	M50		2.08.8	三川 和夫	50	山形	1999	山形マス	山形 あかねヶ丘
	M45		2.04.6	阿保 良一	46	青森	1990	全日本マス	甲府 小瀬
	M40		2.03.67	阿保 良一	44	青森	1988	全日本マス	秋田 八橋
	M35		2.01.63	高柳 純彦	37	岩手	2000	全日本マス	一関 運動公園
	M30		1.57.98	高柳 純彦	34	岩手	1997	岩手県選手権	盛岡 県営陸上競技場
	M25	◇	1.54.34	山本 雄太郎	29	岩手	2021	岩手県民体育大会	盛岡 県営
	M24	◇	1.56.68	千田 勤	24	岩手	2021	岩手県民体育大会	盛岡 県営
女子800m	W80		4.55.56	梅津 恵子	81	山形	2017	全日本マス	和歌山 紀三井寺
	W75	◇	3.41.89	相馬 勝子	77	秋田	2021	東北マス	北上陸上競技場
	W70		3.16.05	相馬 勝子	70	秋田	2014	アジア・全日本マス	北上陸上競技場
	W65		2.59.56	相馬 勝子	65	秋田	2009	全日本マス	名古屋 瑞穂

	W60		2.48.60	相馬 勝子	60	秋田	2004	秋田マス	大館 長根山
	W55		2.43.2	相馬 勝子	56	秋田	2000	秋田マス	北秋田市 鷹巣
	W50		2.39.92	相馬 勝子	50	秋田	1994	全日本マス	上尾
	W45		2.34.09	相馬 勝子	45	秋田	1989	全日本マス	和歌山 紀三井寺
	W40		2.34.07	杉渕 澄子	40	秋田	2002	東北マス	北上 陸上競技場
	W35		2.26.38	梅木 雅子	35	山形	2002	全日本マス	松江 市営陸上競技場
	W30		2.35.46	曾根 佐知子	31	青森	1997	青森マス	東北 総合運動場
	W25		2.27.45	鈴木 千春	26	青森	1995	青森マス	東北 総合運動場
	W24-	☆	2.27.83	山本 恵里	21	岩手	2018	岩手県民体育大会	盛岡 県営
男子1500m	M90		7.55.98	野々村 信吉	90	岩手	2018	岩手マス	金ヶ崎森山
	M85	☆◇	6.40.40	今野 久夫	85	秋田	2021	東北マス	北上陸上競技場
	M80		5.59.68	今野 久夫	80	秋田	2016	東北マス	NDソフトスタジアム
	M75	☆	5.22.40	緑川 七郎	75	福島	2007	福島マス	福島 信夫ヶ丘
	M70		5.14.28	緑川 七郎	74	福島	2006	福島マス	福島 いわき
	M65	☆	4.49.98	緑川 七郎	65	福島	1997	東京マス	東京 国立
	M60		4.39.82	三川 和夫	61	山形	2010	東北マス	NDソフトスタジアム
	M55		4.30.24	三川 和夫	59	山形	2008	山形県スポレク	天童 NDソフト
	M50		4.17.88	三川 和夫	51	山形	2000	全日本マス	一関 運動
	M45		4.16.51	三川 和夫	49	山形	1998	東北マス	天童 県総
	M40		4.09.57	芳賀 賢一	40	福島	1993	世界マス	宮崎 県総
	M35		4.04.79	進藤 英樹	36	秋田	2013	東北マス	能代市陸上競技場
	M30		4.07.76	阿部 真哉	30	岩手	2020	花巻トラック	花巻 日居城野
	M25	◇	3.59.68	田中 匠瑛	29	岩手	2021	岩手県民体育大会	盛岡 県営
M24-		4.10.15	若菜 優雅	24	福島	2019	関東マス	江戸川	
女子1500m	W80		9.38.56	梅津 恵子	80	山形	2016	山形マス	NDソフトスタジアム
	W75		7.56.81	大塚 智恵子	75	福島	2004	東北マス	天童 県総
	W70		6.50.87	相馬 勝子	71	秋田	2015	33秋田マス	能代市陸上競技場
	W65		6.05.58	佐々木 美恵子	66	福島	2017	福島マス	福島 信夫丘
	W60		5.43.91	相馬 勝子	60	秋田	2004	岩手一関記録会	一関 運動公園
	W55		5.26.43	吉田 松江	55	青森	2002	東北マス	北上 陸上
	W50	◇	5.17.22	佐藤 裕美	53	宮城	2022	岩手マ	金ヶ崎 森山
	W45	◇	5.06.47	柴田 真由美	46	岩手	2021	東北マス	北上陸上競技場
	W40		5.13.09	菅原 めぐみ	41	岩手	2014	陸上競技記録会	一関 運動公園
	W35	◇	4.51.05	鈴木 絵里	37	秋田	2021	秋田マス秋季	横手十文字
	W30		4.45.30	鈴木 絵里	34	秋田	2018	秋田秋季マス	能代
	W25		4.33.38	赤平 海咲	25	秋田	2019	秋田マス	鷹巣競技場
	W24-		4.50.25	赤平 海咲	24	秋田	2018	秋田マス	水林競技場
男子3000m	M90		18.25.36	野々村 信吉	90	岩手	2018	岩手マス	金ヶ崎 森山
	M85	◇	14.57.83	今野 久夫	85	秋田	2021	秋田マス	能代
	M80		13.17.37	今野 久夫	80	秋田	2009	秋田秋季マス	能代
	M75		12.02.93	鹿野 克夫	75	福島	2018	東北マス	青森総合運動公園
	M70	☆	10.49.75	緑川 七郎	70	福島	2002	東京マス	東京 国立
	M65	☆	10.20.05	緑川 七郎	65	福島	1997	東京マス	東京 国立
	M60		9.58.22	緑川 七郎	62	福島	1994	日本選手権	東京 国立
	M55		10.14.90	木野 義治	55	岩手	2001	岩手マス	金ヶ崎 森山
	M50		9.31.45	三上 英栄	51	青森	1994	日本選手権	東京 国立
	M45		9.22.44	蒲 正平	45	秋田	1994	日本選手権	東京 国立
	M40		9.06.48	木野 義治	43	岩手	1989	国体	札幌 厚別
	M35		9.20.71	道下 明彦	37	岩手	2000	岩手マス	一関 運動
	M30		8.48.25	阿部 真哉	30	岩手	2020	花巻トラック	花巻 日居城野
	M25		8.45.85	阿部 真哉	27	岩手	2017	岩手トラック記録会	花巻 日居城野
M24-		8.47.19	若菜 優雅	24	福島	2019	伊勢崎市ナイター	伊勢崎陸上競技場	
女子3000m	W80		19.50.03	梅津 恵子	80	山形	2016	全日本マス	デンカビッグスワン
	W75		16.52.20	大塚 智恵子	76	福島	2005	全国スポレク	北上 陸上
	W70		15.12.79	葛西 強子	70	青森	2013	青森マス	弘前
	W65		12.51.29	佐々木 美恵子	66	福島	2017	福島マス	福島 信夫丘
	W60		12.20.51	吉田 松江	61	青森	2007	全国スポレク	青森 県総
	W55		11.38.84	吉田 松江	56	青森	2002	全国スポレク	広島 広域公園
	W50	◇	11.12.76	佐藤 裕美	52	宮城	2021	岩手一関マ記録会	一関運動公園
	W45		11.33.83	菅原 初江	47	岩手	2008	岩手マス	金ヶ崎 森山
	W40		11.14.42	菅原 めぐみ	41	岩手	2014	34岩手マス	金ヶ崎 森山
	W35		10.29.63	梅木 雅子	38	山形	2005	全日本マス	大阪 長居

	W30		11.40.79	嶋田 めぐみ	31	岩手	2004	岩手マス	金ヶ崎 森山
	W25		11.07.0	柏崎 明子	29	福島	1994	短長距離走記録会	福島 信夫ヶ丘
	W24-		10.57.08	山本 恵里	21	岩手	2018	岩手ベイチャレンジ	宮古
男子5000m	M85		27.28.12	野々村 信吉	86	岩手	2014	18アジア・35全日本	北上陸上競技場
	M80		23.39.58	野々村 信吉	81	岩手	2009	岩手マス	金ヶ崎 森山
	M75		20.59.9	紺野 政男	79	福島	1989	東北マス	久慈 陸上
	M70		19.26.05	角津田 治郎	70	岩手	2005	岩手マス	北上陸上競技場
	M65		17.45.48	緑川 七郎	67	福島	1999	全日本マス	熊本 県民総合
	M60		17.06.1	緑川 七郎	63	福島	1995	福島マス	いわき 陸上
	M55		16.39.13	三川 和夫	59	山形	2008	山形県スポレク	天童 NDソフト
	M50		15.49.45	三川 和夫	51	山形	2000	全日本マス	一関 運動
	M45		15.33.85	加藤 聡	46	青森	2012	青森選手権	青森県総合運動公園
	M40		15.18.05	三川 和夫	41	山形	1990	全国スポレク	和歌山 紀三井寺
	M35		14.50.71	進藤 英樹	36	秋田	2014	秋田県陸上選手権	秋田県営
	M30		14.41.51	佐々木 淳	32	岩手	2004	東北総体	盛岡 県営
	M25		15.15.55	大場 直樹	29	秋田	2018	秋田マス秋季	能代市陸上競技場
	M24-	☆	14.41.23	若菜 優雅	24	福島	2019	伊勢崎市ナイター	伊勢崎陸上競技場
女子5000m	W75		29.28.64	大塚 智恵子	75	福島	2004	全日本マス	鹿児島 鴨池
	W70		25.41.65	大塚 智恵子	70	福島	1999	全日本マス	熊本 県民総合
	W65		24.25.52	小野寺 たけ子	65	岩手	2020	一関記録会	一関陸上競技場
	W60	◇	21.45.19	赤坂 玲子	62	岩手	2021	一関記録会	一関陸上競技場
	W55		21.14.18	佐々木 美恵子	59	福島	2010	福島マス	いわき 陸上
	W50	◇	18.37.80	佐藤 裕美	52	宮城	2021	岩手一関マ記録会	一関運動公園
	W45		18.53.63	清水 ノリ	47	青森	1991	全国スポレク	熊本 水前寺
	W40		18.58.83	菅原 めぐみ	40	岩手	2013	岩手県選手権	岩手県営陸上競技場
	W35		17.30.89	鈴木 絵里	36	秋田	2020	秋田マス秋季	能代市陸上競技場
	W30		17.20.91	鈴木 絵里	34	秋田	2018	秋田マス秋季	能代市陸上競技場
	W25		17.57.63	橋本 美加	28	秋田	2015	18秋田マス記録会	北秋田市 鷹巣
	W24-	☆	20.11.16	大場 芽衣	24	福島	2019	山形スポレク	NDソフトスタジアム
	男子10000m	M70		43.05.4	紺野 政男	71	福島	1980	全日本マス
M65		☆	37.05.0	緑川 七郎	66	福島	1998	東京マス混成	東京 町田
M60			38.36.3	藤原 和美	60	岩手	1990	東日本マス	東京 武蔵野
M55			35.28.55	緑川 七郎	57	福島	1989	東京マス	東京 国立
M50			32.57.42	三川 和夫	52	山形	2002	酒田春季	酒田 光ヶ丘
M45			33.36.65	加藤 聡	49	青森	2014	18アジア・35全日本	北上陸上競技場
M40			35.04.70	行川 裕治	40	岩手	2014	18アジア・35全日本	北上陸上競技場
M35			30.56.4	木野 義治	38	岩手	1984	岩手選手権	盛岡 県営
M30			30.12.8	菅原 好博	32	岩手	1986	岩手県春季	盛岡 県営
M25			31.49.26	阿部 真哉	28	岩手	2018	岩手選手権	北上陸上競技場
女子10000m	W50		39.30.31	佐藤 裕美	53	宮城	2022	県選手・国体予・東	仙台弘進ゴム
	W40		45.26.70	高橋 紀子	44	岩手	2004	全日本マス長距離	北上陸上競技場
	W35		36.23.44	梅木 雅子	38	山形	2005	東北総体	秋田 県営
	W30		40.12.97	嶋田 めぐみ	31	岩手	2004	全日本マス長距離	北上陸上競技場
男子80mH	M90	☆	45.13	石川 吉助	90	宮城	2002	石川マス混成	金沢 西部緑地
	M85		19.27	田崎 元一	85	山形	2012	東北マス	青森県総合運動公園
	M80		15.09	田崎 元一	80	山形	2007	全日本マス	下関 市営
	M75		13.92	芳賀 一博	76	青森	2018	青森マス	弘前運動公園
	M70	☆	13.06	芳賀 一博	72	青森	2014	全日本マ混成	草薙陸上競技場
女子80mH	W70		18.82	奈良 タカ子	71	秋田	2009	全日本マス	名古屋 瑞穂
	W65		16.80	奈良 タカ子	65	秋田	2003	全日本マス	金沢 西部緑地
	W60		16.63	奈良 タカ子	60	秋田	1998	全日本マス	沖縄 県総合運動公園
	W55		14.18	石川 直子	55	岩手	2014	18アジア・35全日本マ	北上陸上競技場
	W50		15.00	奈良 タカ子	53	秋田	1991	全日本マ混成	堺 金岡
	W45		13.70	千葉 ひろみ	46	岩手	2020	一関記録会	一関陸上競技場
	W40		12.01	秋元 千鶴子	40	山形	2000	全日本マス	一関 運動
男子1000mH 参考 参考	M65	M60は2012年よりインターバル変更							
	M65		15.66	芳賀 一博	66	青森	2008	東北マス	秋田 八橋
	M60		15.17	芳賀 一博	62	青森	2004	全日本マス混成	大阪 服部
	M55		15.09	佐藤 憲明	55	山形	2018	山形スポレク	NDソフトスタジアム
	M50		14.40	佐藤 正夫	50	福島	2013	福島マス	福島 信夫ヶ丘
女子1000mH	W35		18.51	渡部 泰子	35	福島	2006	全日本マス	利府 宮城スタジアム
	W30	◇	18.49	富澤 洋子	30	岩手	2021	東北マス	北上総合運動公園

	W25		18.55	富澤 洋子	29	岩手	2020	一関記録会	一関陸上競技場	
	W24-	◇	20.75	下道 優梨	24	岩手	2022	岩手マスターズ	金ヶ崎 森山	
男子110mH	M45		16.18	佐藤 正夫	47	福島	2010	東北マス	天童NDソフトスタジアム	
	M40		15.49	佐藤 憲明	40	山形	2003	全日本マス	金沢 西部緑地	
	M35		15.11	阿部 丈二	35	岩手	2008	岩手マス	金ヶ崎 森山	
	M30	◇	15.11	佐藤 賢一	36	秋田	2021	東北マス	北上総合運動公園	
	M25	◇	14.96	阿部 丈二	33	岩手	2006	岩手マス	金ヶ崎 森山	
男子200mH	M25	◇	16.20	畑中 智貴	26	宮城	2021	東北マス	北上総合運動公園	
	M85	☆	45.88	田崎 元一	85	山形	2012	29東北マス	青森県総合運動公園	
男子300mH	M80		41.67	鹿野光正	82	山形	2019	全日本マス	前橋正田醤油スタ	
	M80		1.03.33	田崎 元一	80	山形	2007	世界マス	イタリアリッチオーネ	
男子300mH	M75		56.41	田崎 元一	76	山形	2003	全日本マス	金沢 西部緑地	
	M70		51.19	芳賀 一博	72	青森	2014	18アジア・35全日本	北上陸上競技場	
	M65	☆	48.19	芳賀 一博	66	青森	2008	東北マス	秋田 八橋	
	M60	☆	46.38	芳賀 一博	60	青森	2002	全日本マス	松江 陸上	
	W55		1.06.09	佐藤 妙子	55	秋田	2016	全日本マス	デンカビッグスワン	
女子300mH	W50		1.01.39	佐藤 妙子	52	秋田	2013	34全日本マス	佐賀県総合運動公園	
	M55		1.02.51	佐藤 正夫	55	福島	2018	山形マス	NDソフトスタジアム	
男子400mH	M50		59.32	佐藤 憲明	50	山形	2014	22山形県スポレク	天童 NDスタジアム	
	M45	☆	56.91	佐藤 憲明	45	山形	2009	山形県選手権	天童 NDスタジアム	
	M40		55.35	佐藤 憲明	41	山形	2005	全日本マス	大阪 長居	
	M35		55.31	佐藤 憲明	37	山形	2001	山形県マス	天童 県総	
	M30		58.82	一ノ瀬 辰徳	33	福島	2016	全日本マス	新潟デンカビッグスワン	
	M25		1.01.69	佐原 拓郎	28	宮城	2015	宮城マ秋季	仙台市	
	M24-	◇	58.98	松尾 栄太	19	岩手	2021	東北マス	北上総合運動公園	
	W45	◇	1.18.89	千葉 ひろみ	47	岩手	2021	東北マス	北上総合運動公園	
女子400mH	W40		1.12.98	千葉 ひろみ	41	岩手	2015	山形スポレク	天童 NDスタジアム	
	W35	☆	59.50	吉田 真希子	38	福島	2014	62全日本実業団	山口維新百年記念	
	W30		1.32.39	山本 雅代	34	宮城	2006	全日本マス	利府 宮城スタジアム	
	M75		9.42.22	大塚 利雄	76	福島	2004	全日本マス	鹿児島 鴨池	
男子2000mSC	M70		8.27.94	加藤 啓一	71	山形	2017	山形スポレク	天童 NDスタジアム	
	M65	☆	7.32.34	加藤 啓一	65	山形	2011	全日本マス	和歌山 紀三井寺	
	M60	☆	7.15.35	鹿野 克夫	60	福島	2003	全日本マス	金沢 西部緑地	
	W55		9.26.98	高橋 紀子	55	岩手	2015	東北マス	郡山市 開成山	
女子2000mSC	W50		8.52.24	高橋 紀子	50	岩手	2010	東北マス	NDソフトスタジアム	
	W45	◇	8.34.15	猪苗沢 栄里	48	秋田	2021	東北マス	北上総合運動公園	
	W40		8.29.52	高橋 紀子	41	岩手	2001	全日本マス	静岡 草薙	
	W25		7.57.25	小松 杏衣	25	青森	2016	全日本マス	新潟デンカビッグスワン	
	M55		11.14.61	加藤 啓一	55	山形	2001	全日本マス	静岡 草薙	
男子3000mSC	M50		10.44.72	加藤 啓一	50	山形	1996	全日本マス	富山 県総	
	M45		10.29.8	渡部 祐次	45	福島	1997	福島マス	福島 信夫丘	
	M40		10.05.50	芳賀 賢一	41	福島	1993	世界マス	宮崎 県総	
	M35		9.42.54	相澤 賢	38	宮城	2022	県選手権	弘進ゴム仙台	
	M30		10.19.83	野村 顕弘	34	福島	2016	東北マス	NDソフトスタジアム	
	M25	◇	9.45.13	小野 隼太	26	岩手	2021	岩手県選手権	北上総合運動公園	
	M24-	☆	9.40.22	若菜 優雅	24	福島	2019	全日本マス	前橋正田醤油	
	M85		25.24.97	佐々木 恒助	85	宮城	2011	東北マス	仙台市陸上競技場	
	男子3000mW	M80		19.27.33	成田 守治	81	秋田	1995	全日本マス	平塚 競技
M75			20.00.92	佐々木 恒助	75	宮城	2001	東京マス	東京 国立	
M70			17.38.71	高山 勝	72	福島	2008	埼玉マ記録会	上尾	
M65		◇	16.30.69	佐々木 茂	67	青森	2021	青森マス記録会	六ヶ所村大石運動公園	
M60		☆	14.42.00	佐々木 茂	60	青森	2013	東日本マス	国立霞ヶ丘	
M55			14.24.85	佐々木 茂	59	青森	2013	東北マス	能代市陸上競技場	
M50			13.52.47	佐々木 茂	50	青森	2004	岩手競歩	北上 陸上	
M45			13.39.10	佐々木 茂	48	青森	2002	東北マス	北上 陸上	
M40			13.23.13	佐々木 茂	41	青森	1994	全日本マス	上尾 県運動	
M35			12.49.22	眞崎 浩光	35	秋田	2019	秋田マス	鷹巣競技場	
M30			19.32.61	金野 拓也	30	岩手	2012	岩手マス	金ヶ崎 森山	
M25			16.17.64	多田 裕聡	27	岩手	2016	東北マス	NDソフトスタジアム	
M24-		☆	13.05.90	三沢 凌	24	山形	2018	宮城マス秋季	仙台弘進ゴム	
女子3000mW		W85	☆	34.34.03	及川 フミヨ	85	岩手	2013	岩手マス	一関市営運動公園
		W80		28.27.40	及川 フミヨ	80	岩手	2008	全日本マス	宮崎 生目の杜
	W75		24.15.74	最上 景子	75	岩手	2005	岩手マス	北上 陸上	

	W70		22.57.78	小幡 リツ子	71	岩手	2004	全日本マス競歩	北上 陸上
	W65		19.10.63	高橋 きぬ代	65	岩手	2016	全日本マス	新潟デンカビッグスワン
	W60		18.52.50	高橋 きぬ代	64	岩手	2016	岩手マス	金ヶ崎 森山
	W55	◇	18.47.61	佐々木 あさみ	55	岩手	2021	青森マス記録会	六ヶ所村大石運動公園
	W50		17.52.29	佐々木 あさみ	52	青森	2018	東北マス	青森総合運動公園
	W45	☆	17.23.02	佐々木 あさみ	48	青森	2014	31東北マス	北上陸上競技場
	W40	◇	20.31.84	児玉 樹理	42	秋田	2021	秋田マス	横手十文字
	W35		20.26.96	児玉 樹理	39	秋田	2018	秋田マ秋季	能代市陸上競技場
	W30	◇	17.29.84	玉山 由佳	32	岩手	2021	東北マス	北上総合運動公園
男子5000mW	M80		38.55.45	高橋 功	80	岩手	2014	18アジア・35全日本マ	北上陸上競技場
	M75		33.43.56	佐々木 恒助	75	宮城	2001	全日本マス	静岡 草薙
	M70		30.40.25	高山 勝	70	福島	2007	石川マス	金沢 西部緑地
	M65		30.15.00	高山 勝	69	福島	2005	全日本マス競歩	北上陸上競技場
	M60		26.37.03	佐々木 茂	61	青森	2014	アジア・全日本マス	北上陸上競技場
	M55		29.24.40	多田 慶三	57	岩手	1993	世界ベテランズ	宮崎
	M50		23.47.93	佐々木 茂	50	青森	2004	岩手競歩	金ヶ崎 森山
	M45		22.49.11	佐々木 茂	47	青森	2000	全日本マス	一関 運動
	M40		22.36.13	佐々木 茂	40	青森	1993	世界マス	宮崎 県総
	M35	◇	26.07.60	船越 敬也	35	岩手	2021	岩手県選手権	北上陸上競技場
	M30		26.37.66	船越 敬也	34	岩手	2020	岩手夏季陸上	北上陸上競技場
	M24-		27.36.21	折原 涼	22	岩手	2019	岩手県選手権	北上陸上競技場
女子5000mW	W85		1.01.59.30	及川 フミヨ	86	岩手	2014	18アジア・35全日本	北上陸上競技場
	W75		40.35.16	最上 景子	75	岩手	2005	全日本マス競歩	北上陸上競技場
	W70		37.54.92	小幡 リツ子	70	岩手	2003	全日本マス	金沢 西部緑地
	W65		39.12.94	小幡 リツ子	67	岩手	2000	全日本マス	一関 運動
	W60		32.47.09	高橋 きぬ代	63	岩手	2014	18アジア・35全日本	北上陸上競技場
	W55		32.32.45	佐々木 良子	55	岩手	2005	全日本マス競歩	北上陸上競技場
	W50		32.40.98	佐々木 良子	53	岩手	2003	全日本マス	金沢 西部緑地
	W45		32.11.54	諸岡 福代	49	岩手	2001	岩手県体	盛岡 県営
	W35	☆	25.32.36	照井 貴子	36	岩手	2014	18アジア・35全日本	北上陸上競技場
男子4×1000mR	年代別		47.93	後藤 雄孝	61	岩手	2014	35全日本マス	北上陸上競技場
	60 50			菊池 基夫	52				
	40 30			山本 薫	49				
				八重樫 淳	36				
	還暦		53.96	千葉 昭一	72	岩手	2001	全日本マス	静岡 草薙
				石川 董	68				
				倉沢 健二	65				
				藤原 耕作	63				
	M90	☆◇	1.43.69	敦賀 又四郎	92	青森	2021	青森マ選手権	弘前市陸上競技場
				三ツ谷 光造	90				
				工藤 勇蔵	92				
				田中 博男	90				
	M80		1.25.05	櫻井 富男	83	青森	2016	青森マス	弘前
				米田 榮蔵	84				
				佐藤 鼎	81				
				中村 庸	83				
	M75		1.00.67	藤原 耕作	81	岩手	2019	全日本マス	前橋正田醤油
				佐藤 瑞夫	75				
				佐藤 二郎	76				
				似内 宥二	75				
	M70		59.02	藤原 耕作	77	岩手	2015	全日本マス	岐阜市 長良川
				佐藤 瑞夫	71				
				佐藤 二郎	72				
				似内 宥二	71				
	M65		54.08	後藤 雄幸	66	岩手	2019	全日本マス	前橋正田醤油
				三宅 清房	65				

			佐々木 文夫	67					
			井上 儀徳	69					
M60		55.19	米内山 久夫	62	青森	2018	青森マス	弘前	
			松井 康博	60					
			福田 剛	60					
			夏坂 吏	60					
M55		54.56	夏坂 吏	59	青森	2017	青森マス	弘前	
			栗林 輝生	56					
			瀧内 義雄	58					
			中山 克成	56					
M50		49.72	川口 幹雄	54	青森	2019	全日本マス	前橋正田醤油	
			佐々木 孝尚	54					
			下山 等	52					
			齋藤 拓男	51					
M45		51.16	佐々木 喜浩	48	青森	2017	青森マス	弘前	
			片沼 誠二	48					
			蝦名 清憲	49					
			齋藤 拓男	49					
M35		51.48	菊地 正行	53	岩手	2017	岩手マス	金ヶ崎 森山	
			明戸 義雄	42					
			鈴木 康之	41					
			大道 光洋	39					
M30		44.16	木原 博	30	青森	2017	青森マス	弘前	
			三上 堅也	31					
			吉崎 裕祈	35					
			石郷岡 貢	33					
M25		47.53	菊池 大	39	岩手	2016	岩手マス	金ヶ崎 森山	
			黒沼 雅行	29					
			高橋 裕二	31					
			明戸 寿雄	40					
M-24	☆◇	42.44	澤田 夏輝		福島	2021	福島選手権	いわき陸上競技場	
			齋藤 菜広	21					
			赤枝 弘樹						
			菊田 亜仁丸						
女子4×100mR	年代別	56.28	三上 朋子	54	青森	2014	35全日本マス	北上陸上競技場	
	50 40		笹森 比呂子	43					
	40 30		蛭子 実知	49					
			永澤 真弓	30					
	W60	◇	1.08.87	千葉 智子	63	岩手	2021	一関記録会	一関陸上競技場
				中村 和代	69				
				高橋 紀子	61				
				小澤 昌子	61				
	W55		1.05.08	田中 幸子	55	青森	2020	青森マ選手権	弘前市陸上競技場
				山谷 亜矢子	62				
				蛭子 実知	56				
				今 和香子	60				
	W50	◇	1.02.41	東 新子	51	岩手	2021	東北マス	北上総合運動公園
				姉帯 明子	54				
				阿部 文子	54				
				松高 久美子	57				

	W45		58.97	高橋 留美子 笹森 比呂子 蛭子 実知 三上 朋子	50 43 49 54	青森	2017	青森マス	弘前	
	W40		56.21	岩谷 由美子 伊藤 さくら 宮田 明子 石川 直子	40 42 44 41	岩手	2000	21全日本マス	一関 運動場	
	W30		59.24	田子 夏希 佐々木 美加 小泉 怜美 千葉 ひろみ	32 32 38 41	岩手	2016	岩手マス	金ヶ崎 森山	
	W-24	◇	57.76	川崎 志穂美 山本 恵里 鎌田 菜々子 藤原 美理	27 24 21 29	岩手	2021	岩手マス	北上陸上競技場	
男子4×400mR	年代別		4.05.17	佐々木 文夫 越後 晃一 天和田 智 西舘 敦	62 59 40 35	岩手	2014	全日本マス	北上陸上競技場	
	60 50 40 30									
	M90	☆◇	9.56.36	敦賀 又四郎 三ツ谷 光造 工藤 勇蔵 田中 博男	92 90 92 90	青森	2021	青森マ選手権	弘前市陸上競技場	
	M85	☆◇	7.28.91	敦賀 又四郎 佐藤 鼎 工藤 勇蔵 田中 博男	91 85 91 89	青森	2020	青森マ選手権	弘前市陸上競技場	
	M55	◇	4.55.75	栗林 輝生 中山 克成 柴田 敬司 瀧内 義男	58 59 60 61	青森	2020	青森マ選手権	弘前市陸上競技場	
	M50		4.24.55	石村 祐之 吉田 聖二郎 畑岡 拓 半澤 邦広	50 53 51 52	宮城	2009	宮城マ記録会	名取	
	M45		4.17.38	川口 幹雄 瀧内 義男 片沼 誠二 祐川 俊之	50 56 46 47	青森	2015	全日本マス	岐阜市 長良川	
	M30		3.46.78	赤澤 雄一 田子 未知瑠 大道 光洋 高橋 直希	33 31 34 33	岩手	2012	群馬マス	群馬県営陸上競技場	
	M-24	☆◇	3.27.03	山本 雄太郎 千田 勤 立花 海 黒沼 雅行	26 23 23 34	岩手	2020	岩手秋季陸上	盛岡 県営	
	女子4×400mR	W50	◇	5.57.87	田中 幸子 山谷 亜矢子 藤田 綾子	54 61 53	青森	2020	青森マ選手権	弘前市陸上競技場



				今 和香子	59				
	W-24	◇	4.49.94	富澤 洋子	30	岩手	2021	岩手マス	北上陸上競技場
				佐藤 陽	19				
				新田 彩乃	33				
				藤原 美理	29				
男子走高跳	M90		0.80	石川 吉助	90	宮城	2002	石川混成	白山 松任
	M85		1.10	石川 吉助	85	宮城	1997	宮城マス	女川 町民
	M80		1.25	鹿野 光正	82	山形	2019	全日本マス	前橋正田醤油
			1.25	鹿野 光正	80	山形	2017	山形スポレク	NDスタジアム
			1.25	鹿野 光正	80	山形	2018	東北マス	青森 県総
			1.25	鹿野 光正	81	山形	2018	山形スポレク	NDスタジアム
	M75		1.30	鹿野 光正	75	山形	2013	東北マス	能代市陸上競技場
			1.30	鹿野 光正	76	山形	2014	山形マス	NDスタジアム
			1.30	鹿野 光正	77	山形	2015	東北マス	郡山市 開成山
	M70		1.40	鹿野 光正	70	山形	2007	東北マス	北上陸上競技場
	M65		1.45	鹿野 光正	65	山形	2003	東北マス	いわき 陸上
			1.45	鹿野 光正	66	山形	2004	東北マス	天童 県総
	M60		1.48	鹿野 光正	62	山形	1999	東京マス	東京 国立
	M55		1.65	相澤 仁史	55	宮城	2017	東北マス	仙台市陸上競技場
	M50		1.80	彦坂 幸毅	50	宮城	2018	関東マス	江戸川
	M45		1.85	彦坂 幸毅	46	宮城	2014	千葉マス	千葉総合
	M40		1.95	小田 幹雄	41	宮城	2018	山形スポレク	NDスタジアム
	M35		2.05	小田 幹雄	35	宮城	2013	国体宮城予選	利府宮城スタジアム
	M30		2.00	赤坂 秀樹	34	岩手	2011	岩手マス	金ヶ崎 森山
			2.00	小田 幹雄	34	宮城	2012	岩手選手権	岩手県陸上競技場
	M25	◇	1.65	畑中 智貴	26	宮城	2021	東北マス	北上総合運動公園
	M24-	◇	1.99	佐藤 斗馬	20	岩手	2021	岩手県民体育	盛岡 県営
女子走高跳	W75		1.02	奈良 タカ子	75	秋田	2013	国際ゴールド	京都 西京極
	W70		1.10	奈良 タカ子	70	秋田	2008	全国スポレク	大津 皇子山
	W65		1.18	中山 貴代子	66	岩手	2019	全日本マス	前橋正田醤油
	W60		1.23	中山 貴代子	64	岩手	2017	全日本マス	和歌山紀三井寺
	W55		1.30	中山 貴代子	55	岩手	2008	全国スポレク	大津 皇子山
	W50		1.30	長沢 真弓	51	秋田	2008	東北マス	秋田 八橋
	W45		1.40	中山 貴代子	45	岩手	1998	岩手マス	金ヶ崎 森山
	W40		1.43	大城 繁美	40	山形	2010	全日本マス	国立
	W35		1.50	中山 貴代子	37	岩手	1990	岩手県体	盛岡 県営
	W30		1.50	大坂 香奈子	32	青森	2004	青森マス	東北 総合
	W25		1.55	松田 友里恵	25	青森	2016	青森マス	弘前市陸上競技場
男子棒高跳	M90		1.10	石川 吉助	90	宮城	2002	石川混成	白山 松任
	M85		1.50	石川 吉助	85	宮城	1997	埼玉マス	鴻巣 市立陸上
			1.50	石川 吉助	85	宮城	1997	東京マス	東京 国立
	M80		1.80	石川 吉助	84	宮城	1996	神奈川マス	大和 市営
	M75		2.30	芳賀 一博	76	青森	2018	青森マス記録会	東北町
	M70		2.70	芳賀 一博	72	青森	2014	25全日本マ混成	静岡 草薙陸上競技場
	M65	☆	3.50	三宅 清房	66	岩手	2020	岩手県選手権	北上陸上競技場
	M60		3.51	三宅 清房	62	岩手	2016	東日本マス	八王子 上柚木
	M55	☆	3.90	三宅 清房	55	岩手	2009	岩手秋季陸上	北上陸上競技場
	M50		4.01	三宅 清房	50	岩手	2004	全日本マス	鹿児島 鴨池
	M45		3.80	三宅 清房	48	岩手	2002	東北マス	北上陸上競技場
	M40	☆◇	5.06	小野寺 晃	42	宮城	2022	岩手マー関	岩手 一関
	M35	☆	5.43	小野寺 晃	35	宮城	2015	北上フィールド	北上
	M30	☆	5.30	小野寺 晃	34	宮城	2014	宮城選手権	宮城スタジアム
	M25	◇	4.80	佐々木 孝行	28	宮城	2021	北上フィールド	北上陸上競技場
	M24-	☆◇	4.80	菊池 佑	23	岩手	2021	北上フィールド	北上陸上競技場
女子棒高跳	W24-	◇	2.50	久間木 玲奈	23	福島	2022	県選手権県北予選	福島 信夫丘
		◇	2.50	進藤 凌佳	21	福島	2022	一関マス記録会	一関運動公園
男子走幅跳	M90		1.88	石川 吉助	90	宮城	2002	石川混成	白山 松任
	M85		3.36	古川 昭雄	85	福島	2016	福島マス	いわき 陸上
	M80		3.62	古川 昭雄	81	福島	2013	福島マス	福島 信夫ヶ丘
	M75		4.45	村岡 友治	75	秋田	2008	秋田マ記録会	北秋田 鷹巣
	M70		4.87	村岡 友治	70	秋田	2003	秋田マス	大館 長根山

	M65		5.22	村岡 友治	65	秋田	1998	福島マス	郡山 開成山
	M60		5.34	岡田 剛	61	山形	2009	全国スポレク	宮崎 県総
	M55		6.15	吉田 均	55	岩手	2018	岩手秋季	盛岡県営
	M50		6.28	三浦 雅士	51	岩手	2009	岩手県体	盛岡 県営
	M45		6.42	川村 好治	46	宮城	1994	東北マス	福島 信夫ヶ丘
	M40		6.60	對馬 寿之	40	青森	2000	東北マス	青森 県総
	M35		6.85	熊沢 聡史	35	宮城	2018	宮城マス	仙台弘進ゴム
	M30		6.95	熊沢 聡史	34	宮城	2017	宮城マ秋季	仙台市
	M25		7.15	岡村 健太	27	福島	2018	県選手権	とうスタ競技場
	M24-	◇	6.59	佐藤 永宙	19	岩手	2021	東北マス	北上総合運動公園
女子走幅跳	W75		3.22	奈良 タカ子	75	秋田	2013	東日本マス	国立霞ヶ丘
	W70		3.55	奈良 タカ子	71	秋田	2009	秋田記録会	北秋田 鷹巣
	W65		3.78	奈良 タカ子	67	秋田	2005	東北マス	仙台 宮城野原
	W60		4.10	奈良 タカ子	60	秋田	1998	アジアマス	沖縄 県総
	W55		4.18	中山 貴代子	55	岩手	2008	全国スポレク	大津 皇子山
	W50		4.26	櫻田 秀子	50	青森	1993	東北マス	仙台 宮城野原
	W45		4.42	中山 貴代子	45	岩手	1998	アジアマス	沖縄 県総
			4.42	笹森 比呂子	45	青森	2017	東北マス	仙台 宮城野原
	W40		4.82	吉田 里佳	41	秋田	2019	全日本マス	前橋正田醤油
	W35		5.06	中山 貴代子	36	岩手	1989	東北マス	久慈 陸上
	W30		5.12	星 早苗	30	福島	2006	福島マス	いわき 陸上
	W25		4.90	竹田 修子	25	青森	1995	青森マス	東北 総合
	W24-	◇	4.52	山本 恵里	24	岩手	2021	北上フィールド	北上陸上競技場
男子三段跳	M85		5.69	佐藤 哲哉	85	岩手	2015	岩手マス	金ヶ崎 森山
	M80		7.13	磯 雄三	80	青森	2011	青森マス	弘前市運動公園
	M75		9.51	村岡 友治	75	秋田	2008	秋田マ記録会	北秋田市 鷹巣
	M70		10.21	村岡 友治	70	秋田	2003	秋田マス	大館 長根山
	M65		10.83	梶山 亨治郎	66	岩手	2006	全日本マス	利府 宮城スタジアム
	M60		10.99	巨泉 猛	61	宮城	2018	全日本マス	布勢陸上競技場
	M55		11.55	相澤 仁史	55	宮城	2017	東北マス	仙台 宮城野原
	M50		12.09	相澤 仁史	50	宮城	2012	東日本マス	国立霞ヶ丘
	M45		12.52	佐々木 勉	46	岩手	2006	岩手マス	金ヶ崎 森山
	M40		12.69	佐々木 勉	40	岩手	2000	東北マス	青森 県総
	M35		13.92	熊沢 聡史	35	宮城	2018	宮城マス秋季	仙台弘進ゴム
	M30		14.34	熊沢 聡史	34	宮城	2017	宮城県選	利府 宮城スタジアム
	M25		11.80	高橋 祐貴	25	秋田	2019	一関記録会	一関運動公園
	M24-	☆	15.41	千葉 樹	19	岩手	2019	北上フィールド	北上
女子三段跳	W80	◇	5.11	因幡 正子	80	秋田	2021	東北マス	北上総合運動公園
	W75		5.92	因幡 正子	75	秋田	2016	秋田選手権	鷹巣
	W70		7.16	櫻田 秀子	72	青森	2015	東北マス	郡山 開成山
	W65		7.10	因幡 正子	65	秋田	2006	東北マス	弘前市 運動公園
	W55		6.59	長沢 真弓	55	秋田	2012	東北マス	青森総合運動公園
	W50		8.51	蛭子 実知	53	青森	2018	東北マス	青森総合運動公園
	W45		8.39	大類 みえ子	46	山形	2005	山形県マス	天童 県総
	W40	◇	9.26	吉田 里佳	43	秋田	2021	東北マス	北上総合運動公園
	W35		9.90	和田 史子	38	宮城	2012	宮城マス記録会	角田市陸上競技場
	W30		11.10	星 早苗	30	福島	2006	福島マス	いわき 陸上
男子立五段跳	M70		10.34	宇田 幹雄	71	福島	2019	福島マス	郡山 開成山
	M65		11.33	小島 文男	68	福島	2018	福島マス	あいづ陸上競技場
	M60	◇	11.09	上山 和人	61	青森	2021	青森マス	弘前市運動公園
	M55		11.25	斑目 宏	58	福島	2018	福島マス	あいづ陸上競技場
	M50		13.40	彦坂 幸毅	50	宮城	2018	福島マス	あいづ陸上競技場
	M45		13.54	彦坂 幸毅	48	宮城	2016	茨城記録会	石岡市運動公園
	M40		13.19	菅家 隆央	41	福島	2018	福島マス	あいづ陸上競技場
	M35	◇	13.03	櫻田 公平	35	青森	2021	青森マス	弘前市運動公園
	M30		15.50	記野 友晴	30	福島	2019	福島マス	郡山 開成山
	M25		14.31	岡村 健太	27	福島	2018	全日本混成跳躍	小田原城山
女子立五段跳	W60	◇	8.36	山谷 亜矢子	62	青森	2021	青森マス	弘前市運動公園
	W55	◇	10.13	蛭子 実知	56	青森	2021	青森マス	弘前市運動公園
	W45		11.28	星 早苗	42	福島	2018	福島マス	あいづ陸上競技場
男子砲丸投	M100	☆	5.11	下川原 孝	102	岩手	2008	全日本マス	宮崎 生目の杜
	M95		5.04	石川 吉助	97	宮城	2009	全日本マス	名古屋 瑞穂

	M90		5.91	石川 吉助	94	宮城	2006	全日本マス	利府 宮城スタジアム
	M85		8.26	横山 彰彦	86	青森	2017	青森マス	弘前市運動公園
	M80		9.58	強口 守男	80	青森	2010	青森マス	弘前市運動公園
	M75		9.89	高橋 勘十	75	岩手	2006	全日本マス	利府 宮城スタジアム
	M70		11.77	木村 荘三	70	青森	2004	東京マス	東京 国立
	M65		11.85	田口 純一	65	秋田	2015	東北マス	郡山市 開成山
	M60		11.67	大塚 三男	62	秋田	2006	東北マス	弘前 市運動
	M55		11.59	木村 荘三	55	青森	1989	東北マス	久慈 陸上
			11.59	阿部 善郎	58	宮城	2014	18山形県マス	NDソフトスタジアム
	M50		12.18	小寺 友秀	51	青森	2009	青森マス	弘前
	M45	☆	14.12	阿部 善郎	47	宮城	2003	宮城県選手権	利府 宮城スタジアム
	M40		13.75	阿部 善郎	43	宮城	1999	東北マス	仙台 宮城野
	M35		14.37	阿部 善郎	35	宮城	1991	全日本マス	宮崎 県総
	M30	☆	13.84	佐藤 滋	32	岩手	1996	東北マス	一関 運動
	M25		12.68	高橋 一成	26	秋田	2019	群馬マス	上尾
	M24-	☆	13.04	工藤 翔	24	青森	2019	青森マス	弘前市運動公園
女子砲丸投	W90		2.50	石川 イ子	90	岩手	2001	全日本マス	静岡
	W85		5.20	御供 妙子	85	山形	2019	山形スポレク	NDソフト山形
	W80	◇	7.54	阿部 安	80	秋田	2021	東北マス	北上総合運動公園
	W75	☆	10.43	嘉成 俱子	75	福島	2016	世界マス	バース
	W70	☆	9.77	嘉成 俱子	70	福島	2011	世界マス	サクラメント
		☆	9.77	嘉成 俱子	72	福島	2013	茨城マス	石岡市運動場
	W65	☆	10.63	嘉成 俱子	65	福島	2006	アジアマス	インド バンガロール
	W60	☆	11.07	嘉成 俱子	61	福島	2002	アジアマス	中国 大連
	W55		11.34	嘉成 俱子	57	福島	1998	アジアマス	沖縄 県総
	W50		11.22	阿部 安	51	秋田	1992	秋田マス	秋田 八橋
	W45		10.12	鈴木 香奈	47	福島	2009	東北マス	郡山 開成山
	W40		9.74	中山 貴代子	44	岩手	1997	岩手マス	岩手 江刺
	W35	☆	12.07	嘉成 俱子	39	福島	1980	全日本中高齢	和歌山 紀三井寺
	W30		10.77	岸柳 あきら	31	宮城	1989	宮城マス	名取 東北電力
	W25		6.10	最首 朋美	28	宮城	2014	宮城秋季マス	仙台市陸上競技場
	W24-		9.15	千葉 彩加	24	秋田	2017	東北マス	仙台市陸上競技場
男子円盤投	M100	☆	10.72	下川原 孝	100	岩手	2007	岩手マス	金ヶ崎 森山
	M95		12.36	石川 吉助	96	宮城	2008	東京マス	東京 国立
	M90		15.99	石川 吉助	90	宮城	2002	東北マス	北上 陸上
	M85		22.35	横山 彰彦	85	青森	2016	青森マス	弘前市運動公園
	M80		26.33	横山 彰彦	80	青森	2011	青森マス	弘前市運動公園
	M75	☆	41.50	高橋 實	76	秋田	2009	秋田マス記録会	北秋田市 鷹巣
	M70	☆	46.27	高橋 實	70	秋田	2003	全日本マス	金沢 西部緑地
	M65	☆	49.74	高橋 實	65	秋田	1998	東北マス	天童 県総
	M60	☆	51.00	高橋 實	63	秋田	1996	全日本マス	富山 県総
	M55		40.19	阿部 善郎	58	宮城	2013	国際ゴールド	国立霞ヶ丘
	M50		43.76	高橋 浩司	50	福島	2018	青森マス	弘前
	M45		41.64	阿部 善郎	45	宮城	2000	全日本マス	一関 運動
	M40		44.94	加藤 修一	40	岩手	2008	岩手県民体育	盛岡 県営
	M35		45.45	加藤 修一	38	岩手	2006	全日本マス	利府 宮城スタジアム
	M30	◇	36.11	服部 勇治	30	福島	2021	相双地区秋季競技会	雲雀ヶ原
	M25	◇	39.73	加藤 修	27	岩手	2021	岩手秋季陸上	盛岡 県営
	M24-		34.97	澁谷 元太郎	23	秋田	2017	東北マス	仙台 宮城野
女子円盤投	W85		7.81	御供 妙子	85	山形	2019	宮城マス	仙台市陸上競技場
	W80	◇	15.67	阿部 安	80	秋田	2021	東北マス	北上総合運動公園
	W75	☆	26.85	嘉成 俱子	76	福島	2017	東日本マ	八王子上柚木
	W70	☆	28.63	嘉成 俱子	70	福島	2011	世界マス	サクラメント
	W65	☆	29.42	嘉成 俱子	67	福島	2009	アジアマス	タイ チェンマイ
	W60		30.56	嘉成 俱子	60	福島	2001	全国スポレク	三重 伊勢
	W55		31.54	嘉成 俱子	59	福島	2000	東北マス	青森 県総
	W50		28.28	安部 安	50	秋田	1991	東北マス	青森 県総
	W45		32.14	安部 安	47	秋田	1988	全日本マス	秋田 八橋
	W40	◇	31.28	金子 祐子	44	福島	2021	東北マス	北上総合運動公園
	W35		30.82	八巻 秋美	38	宮城	1993	東北マス	仙台 宮城野
	W30		33.20	沼舘 美奈子	30	青森	1995	青森マス	東北 総合
	W25		28.32	菅原 美津江	29	宮城	1989	宮城マス	名取 東北電力

	W24-	◇	32.20	箱石 瑞希	19	岩手	2021	東北マス	北上総合運動公園
男子ハンマー投	M90		16.87	中塩 善治郎	90	宮城	2013	山形県スポレク	NDソフトスタジアム
	M85		22.38	中塩 善治郎	85	宮城	2008	全日本マ混成	金沢 西部緑地
	M80		26.53	伊藤 貞夫	80	山形	2014	18アジア・35全日本	北上陸上競技場
	M75		44.36	高橋 實	75	秋田	2008	秋田マス	北秋田 鷹巣
	M70	☆	52.95	高橋 實	70	秋田	2003	秋田マス	大館 長根山
	M65		48.70	高橋 實	66	秋田	1999	東北マス	仙台 宮城野原
	M60		48.84	高橋 實	63	秋田	1996	全日本マス	富山 県総
	M55		41.39	阿部 善郎	58	宮城	2014	18アジア・35全日本	北上陸上競技場
	M50		48.35	丑澤 和彦	50	宮城	2017	全日本マ	紀三井寺
	M45		43.81	阿部 良男	45	青森	2006	東北マス	弘前 市運動
	M40		46.31	阿部 良男	41	青森	2002	東北マス	北上陸上競技場
	M35		59.02	高桑 秀郎	35	山形	2004	東北総体	盛岡 岩手県営
	M30		31.91	佐藤 秀一	34	福島	2018	千葉マス	千葉総合
	M25		32.44	高橋 一成	26	秋田	2019	群馬マス	上尾
	M24-		31.91	高橋 一成	23	秋田	2016	全日本マス	デンカビッグスワン
女子ハンマー投	W85		11.77	御供 妙子	85	山形	2019	山形スポレク	NDソフト山形
	W80		15.68	御供 妙子	81	山形	2015	宮城マス	仙台市陸上競技場
	W75		27.94	嘉成 俱子	76	福島	2017	東北マス	仙台 宮城野原
	W70		27.59	嘉成 俱子	72	福島	2013	石川マス混	石川県西部緑地公園
	W65		30.26	嘉成 俱子	65	福島	2006	東北マス	青森 弘前
	W60		29.50	嘉成 俱子	61	福島	2002	全日本マス	島根 松江
	W55		24.20	嘉成 俱子	58	福島	2000	福島マス	福島 いわき
	W50		23.97	鈴木 伸子	50	福島	2009	東北マス	郡山 開成山
	W45		27.43	小西 幸子	46	福島	2006	全日本投擲	石岡 運動
	W40		24.85	西沢 伸子	40	青森	2019	東北マス	大館 長根山
	W35		28.61	西沢 伸子	38	青森	2017	東北マス	仙台市陸上競技場
	W30		30.02	西沢 伸子	33	青森	2011	東北マス	仙台市陸上競技場
	男子やり投	M100	◎☆	12.42	下川原 孝	101	岩手	2007	全日本マス
M95		☆	12.08	下川原 孝	99	岩手	2006	岩手マス	金ヶ崎 森山
M90		☆	19.06	佐藤 三郎	90	宮城	2007	全日本マス	下関 市営
M85		☆	28.12	佐藤 三郎	85	宮城	2002	全日本マス	松江 陸上
M80			28.44	佐藤 三郎	80	宮城	1998	東北マ選手権	山形県総合
M75			32.30	佐藤 二郎	75	岩手	2017	一関マス記録会	一関運動公園
M70			37.12	佐藤 二郎	70	岩手	2012	岩手マス	金ヶ崎 森山
M65			35.84	佐藤 二郎	66	岩手	2008	全日本マス	宮崎 生目の杜
M60			46.66	大槻 政雄	60	福島	2017	福島マス	福島 信夫丘
M55			47.54	松橋 昭彦	57	秋田	2014	18アジア・35全日本マ	北上陸上競技場
M50			56.22	高橋 勝	50	宮城	2002	宮城マス	名取 東北電力
M45			56.48	小寺 友秀	48	青森	2006	青森マス	東北 総合
M40			59.18	小寺 友秀	40	青森	1998	青森マス	東北 総合
M35			60.03	小寺 友秀	39	青森	1998	東北マス	NDソフトスタジアム
M30			57.58	若狭 友哉	32	福島	2019	全日本マス	前橋正田醤油
M25		☆	64.72	福田 翔	28	岩手	2020	岩手県選手権	北上陸上競技場
M24-			58.66	小林 匡	23	宮城	2022	岩手マ一関	岩手 一関
女子やり投		W85		6.55	御供 妙子	85	山形	2019	石川マス混成
	W80	◇	14.09	阿部 安	80	秋田	2021	東北マス	北上総合運動公園
	W75		19.76	阿部 安	75	秋田	2016	秋田秋季	能代
	W70		17.65	嘉成 俱子	74	福島	2015	世界マス	フランス・リヨン
	W65		21.21	門脇 やすよ	65	宮城	2018	山形マス	NDソフトスタジアム
	W60		28.27	大類 みえ子	60	山形	2019	全日本マス	前橋正田醤油
	W55		29.93	大類 みえ子	57	山形	2016	全日本マス	デンカビッグスワン
	W50		29.82	大類 みえ子	50	山形	2009	全日本マス	名古屋 瑞穂
	W45	◇	32.49	千葉 みゆき	49	宮城	2021	宮城秋季マス	栗原市築館運動公園
	W40		40.85	富樫 時子	40	山形	2010	東北マス	NDソフトスタジアム
	W35		40.45	清藤 孝恵	39	青森	2016	アジアマス	シンガポール
	W30		42.58	清藤 孝恵	34	青森	2010	青森マス	弘前市運動公園
	W25		28.84	大河原 夏海	25	山形	2018	東北マス	青森総合運動公園
	W24-		28.77	大河原 夏海	24	山形	2018	山形マス	NDソフトスタジアム
	男子重量投	M90		6.07	中塩 善治郎	90	宮城	2013	全日本マ混成
M85			8.40	中塩 善治郎	85	宮城	2008	全日本マス投擲	石岡 市運動
M80			10.38	中塩 善治郎	80	宮城	2003	全日本マ混成	大阪万博記念

	M75		10.23	中塩 善治郎	78	宮城	2002	茨城マス	石岡 市運動
	M70		8.83	嘉成 満	73	福島	2012	全日本マ混成	小田原城山陸上競技場
	M60		10.11	風間 和郎	60	福島	2009	全日本投擲	石岡 市運動
	M50		7.78	松崎 茂理	50	福島	2015	神奈川マ記録会	小田原城山陸上競技場
	M45		12.27	久保田 謙吾	47	福島	2015	茨城マス記録会	石岡市運動公園
	M40		7.93	加勢 宏	41	福島	2006	全日本投擲	茨城 石岡
	M35		10.92	佐藤 秀一	36	福島	2019	茨城記録会	石岡市運動公園
	M30		11.02	佐藤 秀一	34	福島	2018	茨城マス	石岡市運動公園
	M25		8.75	高橋 一成	26	福島	2019	茨城記録会	石岡市運動公園
女子重量投	W85		5.15	御供 妙子	85	山形	2019	石川マス混成	西部緑地
	W80		6.11	御供 妙子	80	山形	2014	33千葉マス	千葉県総合スポセン
	W75	☆	10.73	嘉成 俱子	70	福島	2016	世界マス	パース
	W70	☆	10.73	嘉成 俱子	75	福島	2011	世界マス	サクラメント
	W65	☆	12.85	嘉成 俱子	65	福島	2006	茨城マス	石岡 運動
	W60	☆	12.84	嘉成 俱子	62	福島	2003	東北マス	いわき 陸上
	W45		9.16	小西 幸子	46	福島	2006	全日本マ混成	金沢 西部緑地
	W40		6.43	小西 幸子	43	福島	2003	東北マス	いわき 陸上

混成競技は2019年度末までに日本記録として認定されているものだけを掲載

男子十種	M90	☆	4224	石川 吉助	90	宮城	2002	石川マ混成	松任総合
				100M21.89 幅1.88 砲5.09 高0.80 400M1.49.33 H45.13 円15.17 棒1.10 や15.00 1500MDNF					
	M70	☆	7115	芳賀 一博	72	青森	2014	全日本マ混成	静岡 草薨陸上競技場
				100M13.81 917 幅4.60 955 砲8.91 606 高1.30 731 400M1.11.38 671 H13.06 1060 円23.10 455 棒2.70 781 や28.47 557 1500M7.51.16 382					
	M60	☆	6966	芳賀 一博	62	青森	2004	全日本マ混成	大阪 服部緑地
				100M12.72 幅4.81 砲9.28 高1.40 400M1.02.62 H15.17 円29.41 棒2.80 や34.461 1500M6.08.78					
	M40	☆	6673	山田 真一	41	青森	2016	全日本マ混成	西部緑地
				100M11.76 幅6.07 砲9.99 高1.65 400M53.73 H16.29 円28.35 棒4.00 や43.78 1500M4.51.92					
女子投てき五種	W75	☆	4380	嘉成 俱子	75	福島	2016	世界マス	パース
				ハ26.64 砲9.97 円26.23 や16.13 重10.41					
	W70	☆	3930	嘉成 俱子	74	福島	2015	世界マス	フランス・リヨン
				ハ24.52 砲8.61 円23.80 や17.65 重9.11					
女子七種	W55	◇	2354	東 新子	52	岩手	2021	石川マスターズ混成	石川県西部緑地公園
				[342] 1448点2日目：走幅跳3.24 [322]、槍投げ18.43 [368]、 800m3.47.35 [216]、 906点					