

マスターズ日本記録：2023年3月31日現在

\*更新 \*\*創設

女子	走高跳	W-24	1.53	吉田 沙以	22	埼玉	17	埼玉マ選手権	上尾
女子	走高跳	W25	1.70	依田 歩	27	長野	96	長野県選手権	長野市営
女子	走高跳	W30	1.73	渡邊 有希	30	大阪	19	長野マ選手権	松本平
女子	走高跳	W35	1.73	福本 幸	39	兵庫	16	世界マ選手権	パース
女子	走高跳	W40	1.75	福本 幸	40	兵庫	17	石川マ選手権	西部緑地
* 女子	走高跳	W45	1.65	福本 幸	45	大阪	22	南部忠平杯大阪マ	長居
* 女子	走高跳	W50	1.50	釜 純子	50	愛知	22	尾張選手権	一宮総合
女子	走高跳	W55	1.36	弥生 さつき	55	宮崎	17	宮崎マ鹿児島マ合同記録会	日南総合
* 女子	走高跳	W60	1.29	本間 明子	60	兵庫	22	京都マ秋季	山城総合
女子	走高跳	W65	1.20	長田 順子	66	宮崎	07	ゴールドマスターズ	紀三井寺
女子	走高跳	W70	1.15	馬淵 弘子	71	大阪	07	全国スポレク	青森
女子	走高跳	W75	1.11	馬淵 弘子	75	大阪	11	南部忠平杯大阪マ	長居第2
女子	走高跳	W80	1.03	馬淵 弘子	80	大阪	16	世界マ選手権	パース
女子	走高跳	W85	0.92	長谷川 政子	85	愛知	11	全日本マ選手権	紀三井寺
女子	棒高跳	W-24	3.00	岡本 朱音	24	茨城	20	秋季クラブ対抗記録会	鴻巣
女子	棒高跳	W25	3.10	中里 華澄	26	栃木	19	全日本マ選手権	正田醤油スタジアム
女子	棒高跳	W30	3.50	山内 美和	31	沖縄	06	沖縄マ選手権	沖縄県総合
女子	棒高跳	W30	3.50	本田 史帆	34	愛知	16	中京大土曜競技会	中京大
女子	棒高跳	W35	3.60	本田 史帆	35	愛知	17	中部実業団	岐阜メモリアル
* 女子	棒高跳	W40	2.81	上野 渚	40	三重	22	三重県スポレクマスターズ	伊勢
女子	棒高跳	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
女子	棒高跳	W50	3.00	山崎 真千子	53	神奈川	13	東日本マ陸上大会	国立
女子	棒高跳	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
女子	棒高跳	W60	2.45	山本 益美	60	奈良	09	全日本マ選手権	瑞穂
女子	棒高跳	W65	2.32	山本 翠	68	兵庫	03	大阪マ選手権	服部緑地
女子	棒高跳	W70	2.35	山本 翠	70	兵庫	04	アジアマ選手権	バンコク
女子	棒高跳	W75	2.00	山本 翠	75	兵庫	09	マスターズゲームズ	シドニー
女子	棒高跳	W80	1.40	山本 翠	80	兵庫	14	アジアマ選手権	北上
女子	走幅跳	W-24	6.48	甲斐 好美	22	埼玉	16	山梨マ選手権	甲府市緑ヶ丘
女子	走幅跳	W25	6.25 +0.5	甲斐 好美	25	埼玉	19	山梨マ選手権	緑ヶ丘
女子	走幅跳	W30	5.62	古閑 昭美	30	熊本	95	熊本マ選手権	水前寺
女子	走幅跳	W35	5.72	西内 久美子	37	高知	85	秋季選手権	高知
女子	走幅跳	W40	5.71	西内 久美子	40	高知	88	高知選手権	春野
女子	走幅跳	W45	5.52	渡川 孝子	45	徳島	88	京都国体	西京極
女子	走幅跳	W45	5.52	大日向 暁子	45	長野	95	全日本マ選手権	平塚
女子	走幅跳	W50	5.14	大日向 暁子	54	長野	04	群馬マ選手権	敷島
女子	走幅跳	W55	4.95	西内 久美子	55	高知	03	屋島カーニバル	屋島
女子	走幅跳	W60	4.54	西内 久美子	60	高知	08	四国マ選手権	高知市
女子	走幅跳	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
女子	走幅跳	W70	3.99	倉津 緑	70	長崎	09	長崎マ選手権	長崎総合
女子	走幅跳	W75	3.64 +0.8	渡川 孝子	76	徳島	19	徳島マ選手権	鳴門
女子	走幅跳	W80	2.94 -0.3	倉津 緑	82	長崎	21	長崎マ選手権	長崎総合
女子	走幅跳	W85	2.54	長谷川 政子	85	愛知	11	全日本マ選手権	紀三井寺
女子	走幅跳	W90	1.63	長谷川 政子	90	愛知	16	愛知マ記録会	刈谷

女子	三段跳	W-24	11.82	+1.3	満崎 千里	23	熊本	19	九州マ選手権	熊本県民総合
女子	三段跳	W25	12.23		筆野 友里	29	神奈川	18	関東マスターズ	江戸川
女子	三段跳	W30	12.35	+1.4	筆野 友里	30	神奈川	19	東女体大競技会	東京女子体大
女子	三段跳	W35	12.27		小坏 智子	36	茨城	17	茨城選手権	ケーズデンキ水戸
女子	三段跳	W40	12.14		大日向 暁子	44	長野	94	愛知国体	瑞穂
女子	三段跳	W45	11.98		大日向 暁子	45	長野	95	国体予選	松本平
女子	三段跳	W50	11.66		大日向 暁子	54	長野	04	群馬マ選手権	敷島
女子	三段跳	W55	10.97		大日向 暁子	56	長野	06	山梨マ選手権	甲府市緑が丘
女子	三段跳	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
女子	三段跳	W65	9.81		大日向 暁子	65	長野	15	長野マ選手権	佐久総合運動
女子	三段跳	W70	8.98		大日向 暁子	71	長野	21	岐阜マ選手権	星ヶ台競技場
女子	三段跳	W75	7.39		倉津 緑	75	長崎	14	長崎マ選手権	長崎総合
女子	三段跳	W80	6.19		馬淵 弘子	81	大阪	17	南部杯	服部緑地
女子	三段跳	W85	5.11		長谷川 政子	85	愛知	11	東海マ選手権	三重県営
女子	三段跳	W90	3.15		長谷川 政子	90	愛知	16	愛知マ記録会	刈谷
* 女子	立五段跳	W-24	12.08		松林 玲佳	24	高知	22	香川マ選手権	屋島
女子	立五段跳	W25	13.31		筆野 友里	29	神奈川	18	全日本マスターズ混成	小田原城山
女子	立五段跳	W30	13.40		筆野 友里	30	神奈川	19	茨城マ記録会	石岡
* 女子	立五段跳	W35	13.40		野村 有香	35	福井	22	福井マ選手権	福井県営
* 女子	立五段跳	W40	12.36		高畑 志野	43	長野	22	東海マ選手権	多治見
女子	立五段跳	W45	12.15		北井 まどか	46	兵庫	19	大阪マ選手権	長居
女子	立五段跳	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
* 女子	立五段跳	W55	11.28		宮田 直美	57	茨城	22	香川マ選手権	屋島
女子	立五段跳	W60	10.69		木村 和代	62	愛知	19	全日本マ選手権	正田醤油スタジアム
女子	立五段跳	W65	11.67		大日向 暁子	69	長野	19	東海マ選手権	三重交通G
* 女子	立五段跳	W70	11.14		大日向 暁子	72	長野	22	愛知マ選手権	刈谷
女子	立五段跳	W75	9.24		渡川 孝子	76	徳島	19	四国マ選手権	ボカリスエットスタジアム
女子	立五段跳	W80	8.56		秋田 ソノ子	80	奈良	19	全日本マ選手権	正田醤油スタジアム
* 女子	立五段跳	W85	7.34		馬淵 弘子	86	大阪	22	近畿マ選手権	長居
女子	砲丸投	W-24	11.22		高橋 麻里奈	23	千葉	19	千葉マ記録会	千葉総合
女子	砲丸投	W25	11.86		助永 仁美	29	和歌山	17	全日本マ選手権	紀三井寺
女子	砲丸投	W30	11.55		熊本 和代	30	京都	93	全日本マ選手権	ユニバー記念
女子	砲丸投	W35	12.07		嘉成 俱子	39	福島	80	全日本中高齡	紀三井寺
女子	砲丸投	W40	11.71		大岩 清美	40	愛知	90	愛知マ選手権	安城
女子	砲丸投	W45	11.36		成島 亮子	45	三重	90	全日本マ選手権	甲府
女子	砲丸投	W50	12.68		喜多嶋 良子	50	三重	19	滋賀マ選手権	甲賀市
女子	砲丸投	W55	11.91		大岩 清美	55	愛知	04	愛知マ選手権	刈谷市総合
女子	砲丸投	W60	11.07		嘉成 俱子	61	福島	02	アジアベテランズ	大連
女子	砲丸投	W65	10.63		嘉成 俱子	65	福島	06	アジアマ選手権	バンガロール
女子	砲丸投	W70	9.77		嘉成 俱子	72	福島	13	茨城マ選手権	石岡市
女子	砲丸投	W75	10.43		嘉成 俱子	75	福島	16	世界マ選手権	パース
女子	砲丸投	W80	8.86		嘉成 俱子	80	兵庫	21	近畿マ選手権	神戸ユニバ
女子	砲丸投	W85	6.68		矢通 幸子	85	宮崎	15	九州マ選手権	宮崎県総合
女子	砲丸投	W90	5.85		大和 フクミ	93	徳島	19	徳島マ選手権	鳴門ボカリスエット
女子	円盤投	W-24	34.84		村田 朋実	21	山梨	18	山梨マ選手権	甲府市緑が丘
女子	円盤投	W25	39.83		佐藤 菜央美	26	大分	17	大分マ選手権	日田市

* 女子	円盤投	W30	42.41	日下 望美	32	茨城	22 茨城マ記録会	石岡市
女子	円盤投	W35	42.44	青木 早苗	39	群馬	96 県民スポーツ	敷島
女子	円盤投	W40	43.27	山口 智子	40	広島	12 全日本マ選手権	岡山県総合
女子	円盤投	W45	37.92	喜多嶋 良子	49	三重	18 ゴールドマスターズ	ならでんフィールド
女子	円盤投	W50	40.33	喜多嶋 良子	50	三重	19 奈良市陸協記録会	鴻ノ池
女子	円盤投	W55	32.84	影山 富子	55	静岡	21 静岡スポレク祭	草薙
女子	円盤投	W60	31.85	加藤 敦子	62	愛知	08 東海・愛知マ選手権	瑞穂
女子	円盤投	W65	29.42	嘉成 俱子	67	福島	08 アジアマ選手権	チェンマイ
女子	円盤投	W70	28.63	嘉成 俱子	70	福島	11 世界マ選手権	サクラメント
女子	円盤投	W75	26.85	嘉成 俱子	76	福島	17 東日本マ	上柚木
女子	円盤投	W80	23.31	嘉成 俱子	80	兵庫	21 大阪マ選手権	ヤンマーフィールド長居
女子	円盤投	W85	13.06	長谷川 政子	89	愛知	14 愛知マ選手権	刈谷
女子	円盤投	W90	11.25	長谷川 政子	90	愛知	16 愛知マ記録会	刈谷
女子	円盤投	W95	4.00	橋谷 はつえ	95	石川	07 北陸マ選手権	七尾城山
女子	ハンマー投	W-24	49.47	山本 匠子	22	大分	17 大分マ選手権	日田市
女子	ハンマー投	W25	51.38	東 滯	25	三重	21 東海フレンドシップ	伊勢
女子	ハンマー投	W30	40.42	村上 真弓	31	東京	13 東京マ選手権	国立
女子	ハンマー投	W35	46.08	今本 有紀	35	北海道	14 アジアマ選手権	北上
女子	ハンマー投	W40	36.79	福嶋 綾子	40	長崎	07 長崎県選手権	長崎総合
女子	ハンマー投	W45	34.52	大岩 清美	48	愛知	98 愛知マ選手権	豊橋
女子	ハンマー投	W50	41.36	大岩 清美	52	愛知	02 石川マ選手権	松任総合
女子	ハンマー投	W55	38.74	大岩 清美	55	愛知	04 兵庫マ選手権	ユニバー記念
女子	ハンマー投	W60	35.26	加藤 敦子	63	愛知	08 全日本マ選手権	生目の杜
女子	ハンマー投	W65	31.79	加藤 敦子	66	愛知	11 奈良マ選手権	鴻ノ池
女子	ハンマー投	W70	28.16	加藤 敦子	70	愛知	15 富山マ選手権	五福陸上競技場
女子	ハンマー投	W75	29.31	苅部 裕子	75	兵庫	14 近畿マ選手権	紀三井寺
女子	ハンマー投	W80	26.48	苅部 裕子	80	兵庫	19 奈良マ選手権	鴻ノ池
女子	ハンマー投	W85	14.44	高見 妙子	85	兵庫	14 アジアマ選手権	北上
* 女子	やり投	W-24	44.07	杉本 知佳	23	高知	22 四国陸上競技選手権	丸亀
女子	やり投	W25	40.77	丸山 里菜	26	群馬	19 群馬マ選手権	正田醤油
女子	やり投	W30	48.83	谷風 夏美	34	福岡	18 全日本マ選手権	布施
女子	やり投	W35	45.28	齋藤 いずみ	36	広島	03 全国スポレク	香川県立丸亀
女子	やり投	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
女子	やり投	W45	38.84	齋藤 いづみ	45	広島	12 全日本マ選手権	岡山県総合
女子	やり投	W50	41.24	藤本 江美	50	兵庫	13 全日本マ選手権	佐賀総合
女子	やり投	W55	36.06	八代 香津子	56	愛知	19 全日本マ選手権	正田醤油スタジアム
女子	やり投	W60	29.25	内田 智恵子	60	長崎	18 全日本マ選手権	布施
女子	やり投	W65	28.41	加藤 恵子	67	和歌山	19 全日本マ選手権	正田醤油スタジアム
女子	やり投	W70	29.03	鈴木 昌子	72	静岡	18 ゴールドマスターズ	ならでんフィールド
女子	やり投	W75	24.61	鈴木 昌子	75	静岡	21 静岡スポレク祭	草薙
女子	やり投	W80	19.07	苅部 裕子	80	兵庫	19 和歌山マ選手権	紀三井寺
女子	やり投	W85	13.05	矢通 幸子	85	宮崎	15 宮崎マ選手権	KIRISHIMAハイビスカス
女子	やり投	W90	7.01	北島 喜美	90	徳島	18 徳島マ選手権	鳴門総合
女子	やり投	W95	3.35	橋谷 はつえ	95	石川	07 北陸マ選手権	七尾城山
女子	重量投	W-24	11.59	高橋 麻里奈	23	千葉	19 千葉マ記録会	千葉県総合
* 女子	重量投	W25	10.83	富澤 美香	28	千葉	22 関東マ選手権	千葉県総合
女子	重量投	W30	11.71	梅田 真弓	32	東京	14 千葉マ記録会	千葉総合

女子	重量投	W35	9.88	徳嶺 亜矢乃	39	沖縄	16	大阪マフィールド	服部緑地
女子	重量投	W40	10.14	山田 美智	43	愛知	05	愛知マ選手権	刈谷市総合
女子	重量投	W45	10.33	前田 賀屋子	48	滋賀	04	大阪マ記録会	服部緑地
女子	重量投	W50	11.62	大岩 清美	52	愛知	02	大阪マ選手権	服部緑地
女子	重量投	W55	9.57	高橋 節子	59	千葉	19	茨城マ記録会	石岡
女子	重量投	W60	12.84	嘉成 俱子	62	福島	03	東北マ選手権	いわき市
女子	重量投	W65	12.85	嘉成 俱子	65	福島	06	茨城マ選手権	石岡市
女子	重量投	W70	10.73	嘉成 俱子	70	福島	11	世界マ選手権	サクラメント
女子	重量投	W75	10.73	嘉成 俱子	75	福島	16	世界マ選手権	パース
女子	重量投	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
女子	重量投	W85	5.15	御供 妙子	85	山形	19	石川マ混成五種	西部緑地
女子	七種競技	W25	4896	清水 真帆	27	神奈川	21	石川マ混成	西部緑地 14.63(-0.1)-1.44-10.12-25.57(-0.8)-5.14(+0.9)-39.24-2.19.77
女子	七種競技	W30	4174	筆野 友里	30	神奈川	19	全日本マ混成	城山 15.49(+0.4)-1.51-9.04-27.61(-0.1)-5.28(+0.7)-31.64-2.47.53
女子	七種競技	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
女子	七種競技	W40	4370	高畑 志野	43	長野	21	石川マ混成	西部緑地 12.54(+0.0)-1.41-7.85-28.12(-0.8)-4.94(+1.2)-20.00-2.47.80
女子	七種競技	W45	4829	中尾 晴実	45	神奈川	11	全日本マ混成	西部緑地 12.81 - 1.35 - 6.88 - 27.53 - 4.68 - 22.22 - 2.44.09
女子	七種競技	W50	4921	山崎 真千子	53	神奈川	13	全日本マ混成	小田原城山 14.06 - 1.24 - 8.13 - 29.14 - 4.74 - 23.41 - 2.46.21
女子	七種競技	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
女子	七種競技	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
女子	七種競技	W65	4592	高橋 理恵子	65	北海道	16	世界マ選手権	パース 15.45-1.06-7.30-34.33-3.30-13.63-3.49.83
女子	七種競技	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
女子	七種競技	W75	4986	馬淵 弘子	75	大阪	11	世界マ選手権	サクラメント 19.39 - 1.09 - 7.50 - 43.60 - 2.69 - 10.71 - 4.17.23
女子	七種競技	W80	4627	馬淵 弘子	81	大阪	17	石川マ混成	西部緑地 23.03(+1.9)-1.00-6.33-53.80-2.38(0.0)-12.00-5.56.57
女子	五種競技	W30	2449	武川 由加里	31	神奈川	14	全日本マ混成	草薙 16.57-1.35-7.11-4.77-2.46.26
女子	五種競技	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
女子	五種競技	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
女子	五種競技	W45	3368	芦原 広美	48	広島	17	岡山マ混成選手権	津山 13.16(-0.1)-1.36-6.79-4.56(0.0)-2.46.08
女子	五種競技	W50	3781	芦原 広美	50	広島	19	中国マ混成選手権	津山 13.55(-0.1)-1.33-9.36-4.72(+0.1)-2.53.44
女子	五種競技	W55	3932	山崎 真千子	57	神奈川	17	石川マ混成	西部緑地 14.18(+0.5)-1.27-7.94-4.18(+1.0)-2.42.98
女子	五種競技	W60	3276	佐伯 信子	61	富山	10	神奈川マ五種競技	大和

				16.41 - 1.20 - 8.28 - 3.73 - 3.13.29	
女子	五種競技	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	
*	女子	五種競技	W70	3124	高橋 理恵子 71 北海 22 北海道マ混成競技大会 千歳市青葉
					17.95(-0.9)-0.95-6.05-3.07(1.3)-4.25.33
女子	五種競技	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
女子	五種競技	W80	3131	馬淵 弘子 82 大阪 18 石川マ混成	西部緑地
					28.55(-0.5)-1.01-5.86-2.44(+1.2)-6.40.10
**	女子	投てき五種	W25	2269	富澤 美香 28 千葉 22 全日本マ投てき五種 西部緑地公園
					39.45-7.63-26.53-25.19-8.67
女子	投てき五種	W30	2597	梅田 真弓 32 東京 14 茨城マ選手権	石岡市
					38.22-8.69-28.28-23.17-11.34
女子	投てき五種	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
女子	投てき五種	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
女子	投てき五種	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
女子	投てき五種	W50	3621	大岩 清美 54 愛知 03 全日本マ混成	万博記念
					40.16 - 11.51 - 26.20 - 29.72 - 10.37
女子	投てき五種	W55	3742	大岩 清美 55 愛知 04 全日本マ混成	服部緑地
					35.72 - 11.32 - 25.79 - 29.21 - 9.18

* 女子	投てき五種	W60	3644	高橋 節子	62	千葉	22	全日本マ投てき五種	西部緑地公園
				30.12-8.58-27.05-23.27-11.60					
女子	投てき五種	W65	3684	松岡 奏子	65	兵庫	18	石川マ混成	西部緑地
				25.96-8.87-23.51-22.84-9.43					
女子	投てき五種	W70	3930	嘉成 俱子	74	福島	15	世界マ選手権	リヨン
				24.52-8.61-23.80-17.65-9.11					
女子	投てき五種	W75	4380	嘉成 俱子	75	福島	16	世界マ選手権	パース
				26.64-9.97-26.23-16.13-10.41					
女子	投てき五種	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					
* 女子	投てき五種	W85	2942	福田 外枝	85	石川	22	全日本マ投てき五種	西部緑地公園
				15.26-5.77-10.68-8.41-6.16					

- 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。
- 混成競技の係数がWMAにより2023年1月1日から変更になったためそれ以前の記録は参考記録となります。