



KATANO MARATHON

健康も、教育も、地方創生も



交野市 おりひめちゃん



スポーツ庁
JAPAN SPORTS AGENCY

お問い合わせ 交野マラソン実行委員会
〒573-0052 大阪府交野市私部2-29-3
電話番号:072-892-7727
E-mail katanomarason@gmail.com

[大会公式HP](#)





Where is KATANO?

星のまち、かたの



交野市産業PRキャラクター
おりひめちゃん

自然との調和も大切にする田園都市

大阪府と奈良県の県境に位置し、東側と南側が山に囲まれる地形となっており、市域の中央部を天野川が流れています。豊かな実りをもたらす天野川と、印象的な交野山を有する自然豊かな地 “交野が原” は、多くの人に愛され、いつしか七夕伝説をはじめとする数々の伝説と結び付けられるようになりました。

倉治地区にある「機物神社」は棚機姫を祭っており、毎年七月に行われる七夕まつりにはたくさんの方がこの神社を訪れます。



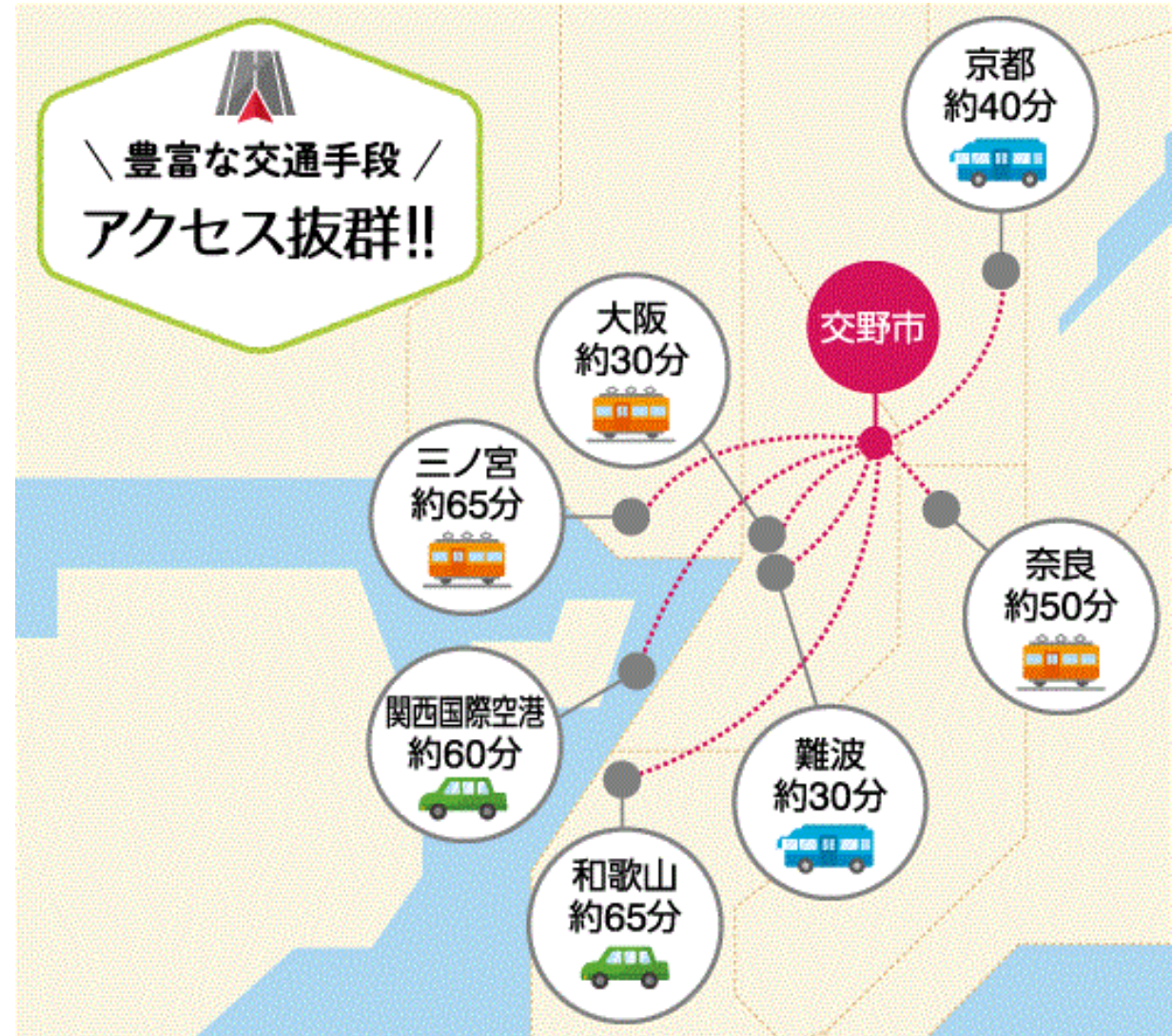
また、市内には、豊かな自然の魅力にあふれたハイキングコースがいくつもあり、四季折々の風景や名所を巡る楽しみにあふれています。

便利な交通網

鉄道は2路線が通っており、京阪電鉄交野線は、枚方市駅を經由して大阪市内および京都市内を結び、またJR学研都市線（片町線）は、大阪市内及び奈良方面を結んでいます。

また、第二京阪道路の開通により、市内に交野北および交野南インターチェンジが配置され、自動車による移動の利便性が格段に向上しました。

京都・大阪・奈良の中心にあり、毎日の通勤・通学のみならず、行楽などの起点としても大変便利です。



About us

私たちの歴史と実績

市制施行40周年記念事業
(2012)

関西最大級の10kmマラソン
(2016)

「Re:born」
(2018)

新しい生活様式とスポーツ
(2020-)



「健康をテーマとしたまちづくり」

交野マラソンは「誰もがいつでも気軽に」取り組めるスポーツとしてのマラソンを提供することで、「健康づくりのための運動の導入」を目的として、2012年に市制施行40周年事業として開始しました。

目指せ! 交野マラソン! ウォーキングから始める体力づくり

マラソン会場となるいきいきランド交野や第二京阪道路周辺には、ウォーキングランニングをする人がたくさんいます。交野マラソンをきっかけに体を動かして、どうしても運動不足になりがちな冬の時期に健康づくりを始めませんか。

ウォーキングの基本

視線は遠く
あごは引く

肩の力を抜く

腕は前後に大きく振る

胸をはる

足を伸ばす

かかとから着地する

歩幅はできるだけ広くとる

足の運び方 足の裏をれくろがす気持ちで(ローリング)

つま先

かかと

いっぺん歩き方にチャレンジ! 3歩目を大股歩き
3歩目をいつもの2倍くらい歩幅で歩く。

さらにレベルアップ!!
インターバル歩歩〜歩き次第で筋力アップ〜

通常歩行 3分
速足 3分
通常歩行 3分
速足 3分
通常歩行 3分

速足…最大速足の約70% 「きつ」と「ややきつ」の中間位に感じる程度
時間…速足時間で1日15分以上
頻度…週4日以上 朝・夕に分けて実施してもOK

インターバル歩歩を続けていると、心肺機能・筋力等が鍛えられます。速足の速度が徐々に高くなり、より負荷がかけられるようになってきます。ただ、距離が一番大事なことで速度できる確率が8割くらい目標を設定し、無理をせず取り組みましょう。また、交野マラソンは1km10分の速足で完歩出来る制限時間になっています。「目指せ交野マラソン」で少しずつ距離を伸ばしていきましょう。

健康増進課 村田さん
会場となるいきいきランド交野ではウォーキング、ランニングができるコースがあります。できることから少しずつ取組み、交野マラソンに向けて準備をしましょう。

運動の種類	50kgの人	60kgの人
快走歩行 (速速4km)	約79kcal	約95kcal
快走歩行 (速速6km)	約131kcal	約150kcal
ランニング (速速8km)	約218kcal	約261kcal
ご飯、1膳分	150g	252kcal
出ビール(350ml)		140kcal
ポテトチップス(1袋80g)		440kcal
肉まん		200kcal
お好み焼き(中1枚330g)		502kcal
シュークリーム		200kcal

いきいきランド交野

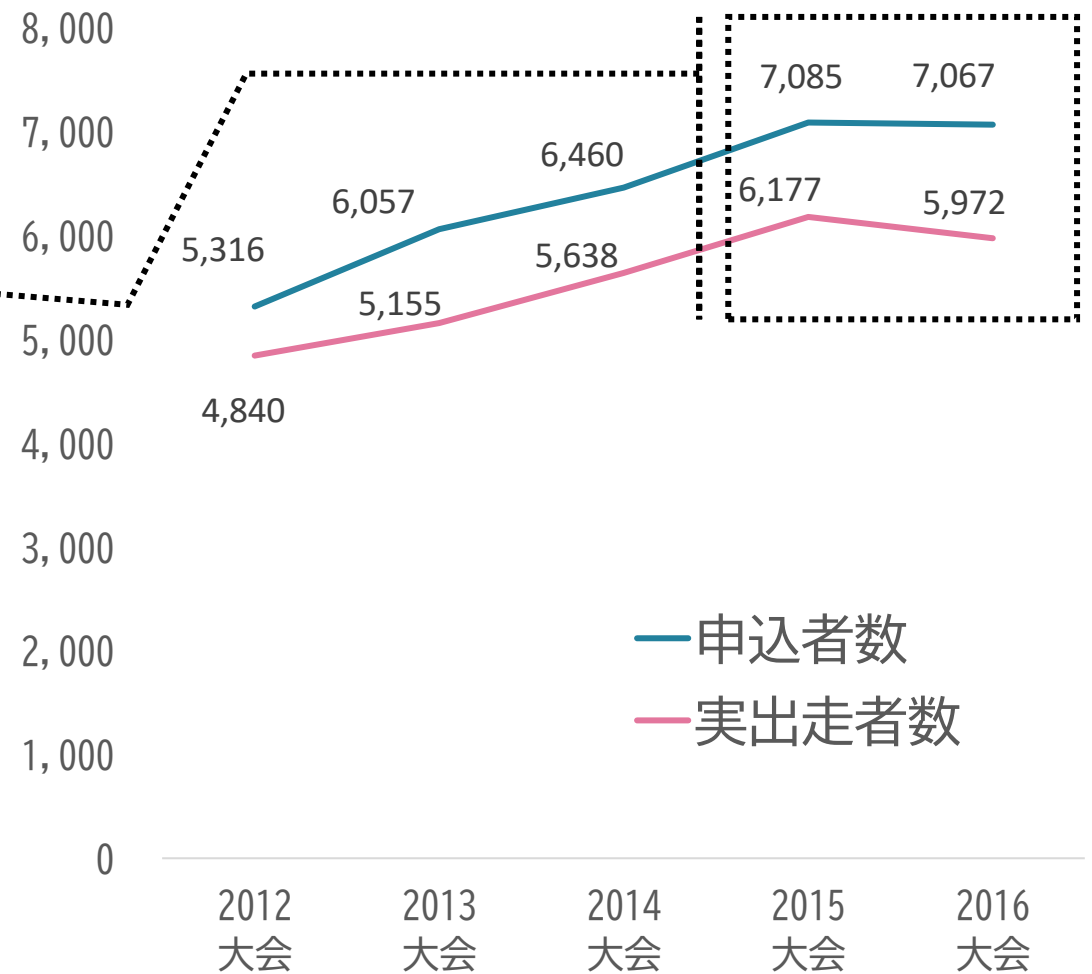
30.12.01



関西最大級の10kmマラソン

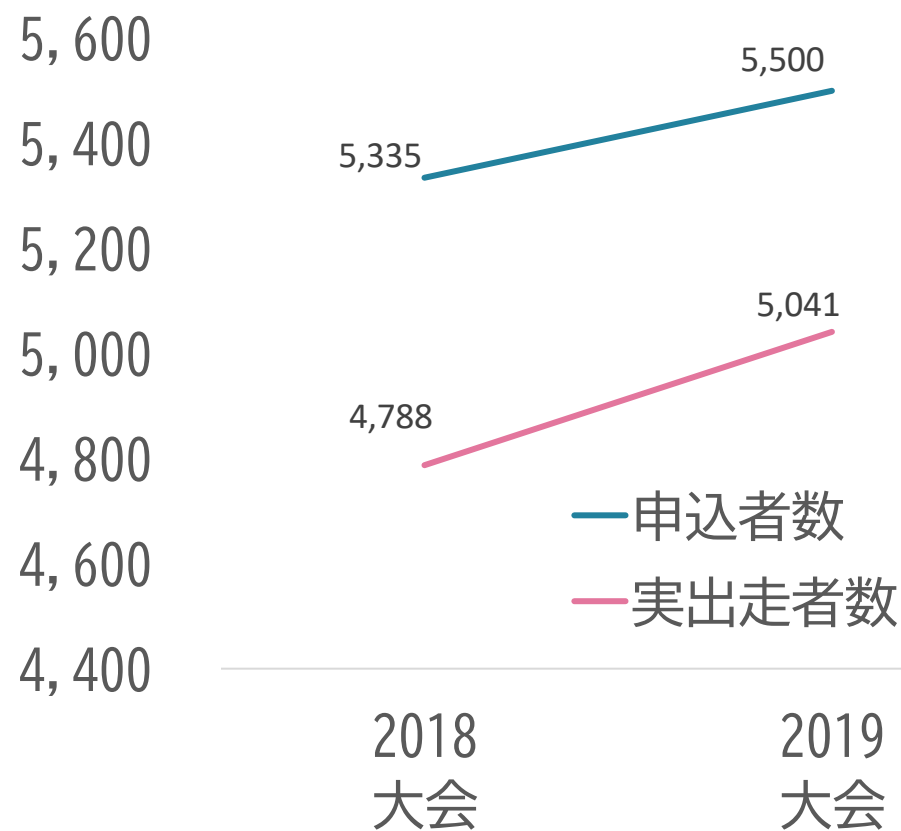
第1回大会の5,000人からスタートし、2016年の第5回大会では約7,000人の方にご参加いただき、「関西最大級の10kmマラソン」と認知されるまでにいたしました。

しかし、2016年の第5回記念大会が終了後、資金面の調達を担当していた民間事業者が突然の離脱を発表したため、第6回大会の開催準備が困難となり一旦終了となりました。



「生まれ変わった」新しい交野マラソン

しかしランナーの方、大会スタッフ、そして沿道応援を楽しみにしていた市民の方から「再開」を求める声が上がリ、1年間の準備期間を経て、「交野マラソン2018」と「交野マラソン2019」を開催いたしました。

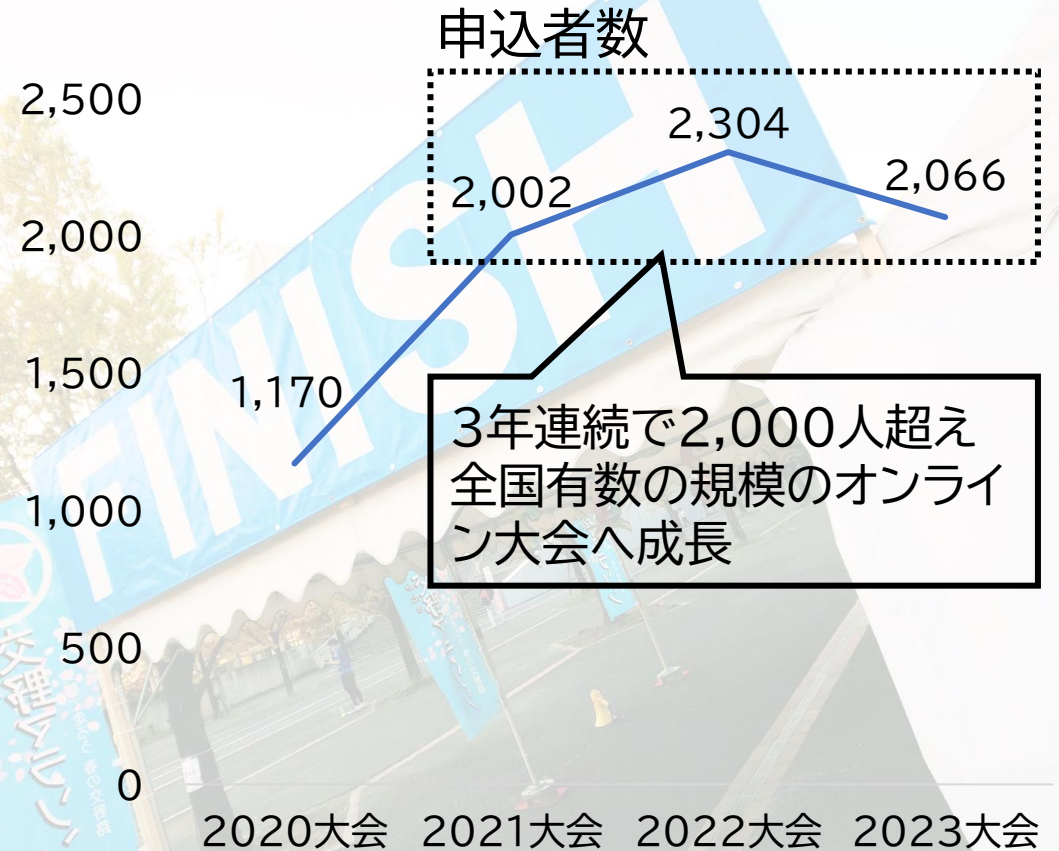


コロナ禍でできる「新しい交野マラソン」



2019年年末に新型コロナウイルス感染症が世界中で流行したため、2020年4月に開催予定だった「交野マラソン2020」はやむなく中止となりました。

しかし、「コロナ禍でできる健康づくり」を模索した結果、交野マラソンを支えていただいている協力事業者よりオンラインマラソンの紹介を受け、全国的にも早いタイミングで開催いたしました。



Our philosophy

常に「進化する」大会を創る

障がい者ホスピタリティ

安全対策

沿道応援

青少年教育

公式テーマソング

地方創生・地域活性化



障がい者ホスピタリティ（大会当初～）



誰もが参加できる大会を実現するため、交野マラソンでは、交野市社会福祉協議会のボランティアセンターに登録されているグループから手話・要約筆記の対応ができるゲームズメーカーを配置しています。

また、車いすランナーの方には、ご来場からお帰りまでマンツーマンのサポートを行うため、交野市スポーツ推進委員を中心としたゲームズメーカーを配置しています。

このような障がいのある方への配慮は、スポーツ庁にも認められ、後援名義の使用許可をいただいております。

安全対策 (大会当初～)

交野マラソンは他市のマラソン大会に比べて蒸し暑い中での大会となっています。そこで、充実した安全対策を行うため、交野市医師会のドクター及び看護師が、メイン会場はもちろん、10キロコースの中に3か所ある救護所に常駐し、ランナーの安全を見守っています。

さらに、2018大会までは3か所だったコース上の給水ポイントを2019大会からは4か所に増やし、同時に、給水所での配布ドリンクも水だけの提供ではなく、ご協賛いただいたスポーツドリンクやイオン飲料を配布いたしました。



沿道からの応援（大会当初～）



大会アンケートでも満足度が非常に高く、交野市民の「あたたかいおもてなし」を感じていただける大会です。

交野マラソンの最大の魅力と大きな評価をいただいているのが、沿道応援です。沿道の住民の方による応援はもちろん、地元の高校生やダンスサークルによるパフォーマンスは、走る喜びを感じられます。



ゲームズメーカーキッズ (2018大会~)



交野マラソンを盛り上げるボランティアの総称である「ゲームズメーカー」という言葉には、「創る」という言葉が含まれており、そこには「同じ大会の繰り返しではなく、常に進化する大会を創る」という意味が込められています。この「ゲームズメーカーキッズ」はその一つです。マラソン大会を通じて自ら考え行動する力、自由な発想で創造する力、仲間と協力する力などの大切な力を育てていただき、課題や目的を持ち、達成する喜びを感じていただくという目的でキッズ甲子園のご協力のもと、スタートしました。

大会公式テーマソング「空色テイル」 (2019大会～)

大会を盛り上げるためにシンボルとなるものが重要だと考え、2019大会からは交野市出身の二人組のアーティスト「Charmant coco (シャルマン ココ)」に作成していただいた歌を公式テーマソングに据えました。

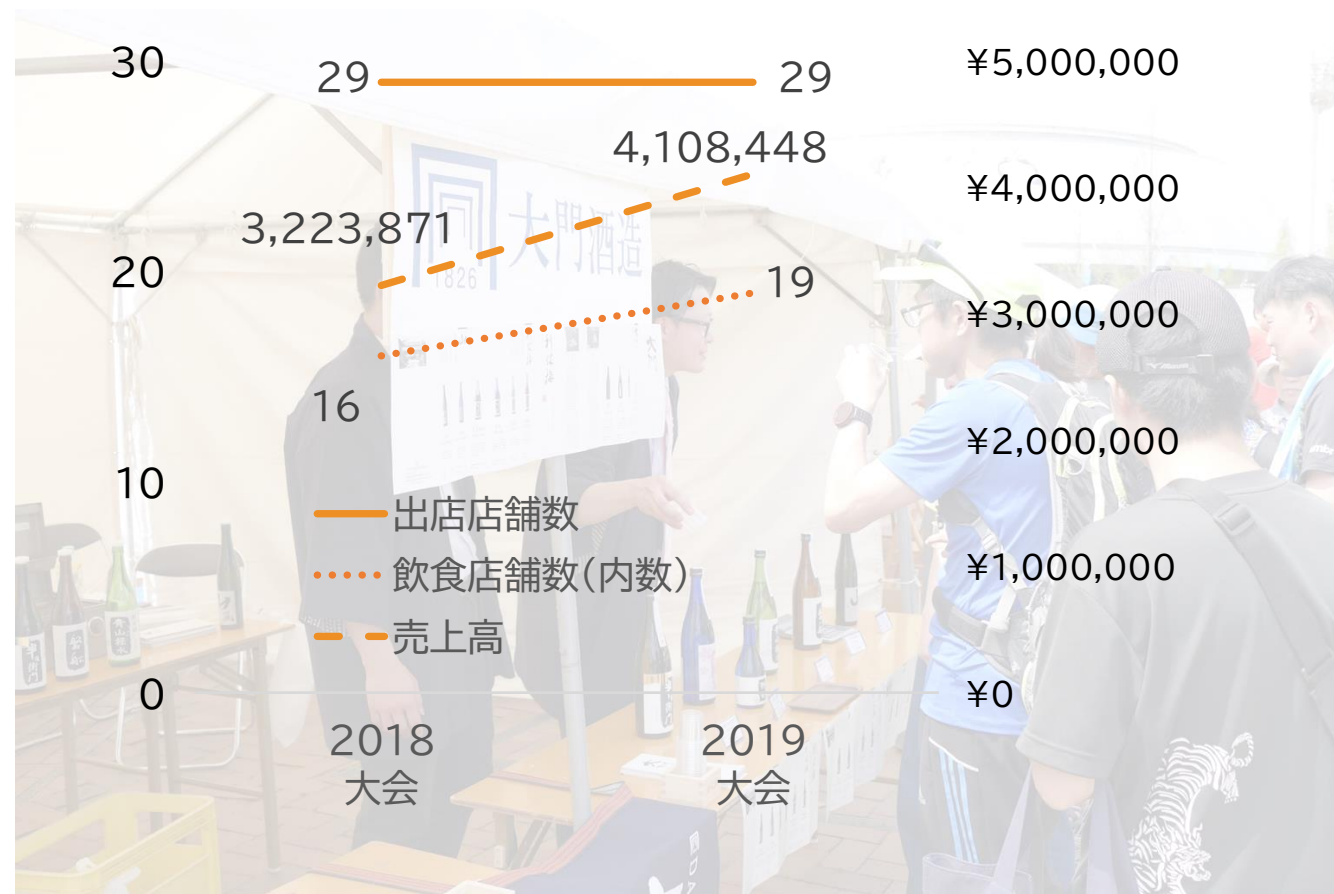


地方創生 (大会当初～)

交野マラソンは競技に関する部会だけでなく、交野市商業連合会も参加する形で「地域振興おもてなし部会」を作り、マラソン大会の開催を地元事業者の売り上げや地域活性化につながるような仕組みを持っており、大会当日の売り上げは、地元事業者の売り上げアップにもつながっています。

また、大会当日だけでなく、大会終了後にゼッケンを提示すれば割安で市内の飲食店等を利用できる「お立ち寄りマップ」など、大会以降も継続的に市内事業者に大会の開催効果をもたらすための取り組みを行っています。

さらに、2019大会では試行的に酒類販売を行い、過去大会最高の売り上げを記録しました。



Voices

いただいたご評価

- 延べ38,000人のランナー
- オンライン大会でのご評価



皆様からの「生の声」 -本大会-

「主催が変わりましたが、ボランティアの方々や応援の熱さ、アクセスの良さやお祭りムードの楽しさは変わりませんでした（むしろ今年の方が良かったかも）」（50代）

「地元の応援と会場までの案内がすごくよかったです。更衣室、トイレ等設備もよかったです。」（40代）

「荷物の受け渡しすごい！中学生のダッシュによってすごく早く出てくる。走った後しんどかったけど、あれだけ早く出てくるといいね。」（60代）

「暑かった大会でしたが、エイドでの給水ポイントも多く、8キロ付近のエイドでは水もかけてもらいとても助かりました。」（30代）

「商品の提供も、地元の商店がたくさんあったようで、盛り上げの心意気がうれしい大会です。」（50代）

皆様からの「生の声」 -本大会-

- 「アップダウンのあるコースでできなかったですが、走り甲斐のあるコースです。」
(40代)
- 「小学校1年生になったばかりの子供と参加しました。1.5kmコースは子供の初マラソンにはちょうど良かったです。」 (50代)
- 「地元の方の応援に感激しました。たくさんの方が沿道から応援していただき、元気をもらい完走することができました。」 (40代)
- 「この交野マラソンは私のランニング歴のはじまりです。この大会を走れて感激です。」
(60代)

皆様からの「生の声」-オンライン大会-

- 今回のように自分のペースで時間場所を選んで走れるのはとてもよい。たくさんの人と走る以外でも 1 人でも楽しく自由に走れる良さを感じた大会でした。来年も参加します。
- 走るモチベーションアップに繋げることができました。また、T シャツのデザインが選べて、その T シャツも開催期間前に届けてもらったのが良かったです。
- 親子で初めてのオンラインマラソンに参加しましたー。走るのって、しんどいけど楽しい。
- 毎年のように参加してきた交野マラソン。コロナをきっかけに online 大会を取り入れておもしろくなりました。種目にハーフを入れたのはいいですね。10 キロからちょっと距離を伸ばすにはいいきっかけができたわけです。大会運営のみなさん、これからもあちこちのランナーに楽しさを提供してください。
- オンラインだと個人が距離やタイムを目指して淡々とチャレンジしているという感じでしたが、次々と提案される企画が面白いリアルの大会ではないのに、参加者の繋がりを生み出そうとするところが素敵です。

皆様からの「生の声」-オンライン大会-

● WEB マラソンだけど、楽しくインスタなどで盛り上げてくれているので、離れていても友達や家族と楽しむ事ができた。

● 初参加です。オンラインだからこそ参加出来た大会のひとつです。通常開催でしたら交野まで行けませんし、それ以前に自分の走力ではハーフは到底無理です。分割してもハーフチャレンジしてみようと思わせてくれた大会に感謝です。日々のモチベアップにもなります。それと自分の最重要ポイントの T シャツデザイン可愛い！いろんな大会でいただきましたが 1 番のお気に入りです。またオンライン大会でしたら、絶対エントリーします。

● マラソン大会とコラボした様々な企画があって、大変良かったと思います。季節的にも穏やかな行楽シーズンで、健康づくりのウォーキングも兼ねて楽しみながら参加させていただきました。

● オンラインマラソンに初めて参加。オンラインてなかなかモチベーション上がらんとと思ってましたけど、それでもエントリーして目標ができると日々の練習にも気合いが入りました。今回ハーフにエントリーしましたが、期間中の総走行距離が完走対象だったので、3 回に分けて走りました。また参加費安いのに記念 T シャツが事前に届いて思わず同じ T シャツ着て走って人おらんかなー？って思いながら走ってました。ありがとうございました。

The Next is . . .



かたの マラソン
交野 2024

笑顔で走ろう春の交野路

2024年4月21日(日)

会場：交野市立総合体育施設(いきいきランド交野)及び交野市内の公道

2023年11月7日(火)～2024年2月29日(木)

区分	クラス	種別	定員数	参加費	スタート時間
10km 16歳以上で1時間 40分以内に完走で きる方	A	一般男子	4,000人	4,000円	START 11:00
	B	一般女子			
3km 小学4年生以上 (大会当日)で40 分以内に完走でき る方	C	一般男子	450人	3,500円	START 10:00
	D	一般女子			
	E	中学生	150人	2,500円	
	F	小学生(4～6年)	400人		
1.5km 30分以内に完走 ・完歩できる方 (区分の詳細は☆ のとおり)	G	小学生(1～3年) 【ペアの部】	100組 約200人	3,000円	START 9:15
	H	小学生(1～3年)	200人	1,500円	
	I	ラン&ウォーク (障がい者の部)	20人	1,500円	

ご協賛について

当大会の参加者層について

目に触れていただくために

ご協賛金の使途について



参加者の分析

最大 10km の大会
仮装 で参加可能な ファンラン
親子 で走れる区分
47都道府県 からの参加

さまざまな生活形態で
(社会人・リタイア後・親子・友達)
スポーツのきっかけを作りたい方



SNSの活用 (SNS企画の発信)

みんなで一緒に最初の一歩 プロジェクト & オリジナルデザインTシャツ

 Thomus
@Thomus99755551
#交野マラソン #みんなで一緒に最初の一歩

初！親子マラソン、娘2人と完走！公園へ寄り道したり、学校までの往復を走ってみたり、習い事の送り迎えをジョグにしてみたりと、なかなか大変だったけど、こんな面白い機会を与えてくれてありがとうございました！走りたいねん、もう普段着です(笑



2021年11月06日 11:18 · Twitter for iPad

オンラインマラソン × 御朱印集め

 ぎん
@gin7shiba
#交野マラソン

☆御朱印集め
足の神様がいらっしゃる神社で御朱印を頂いてきました。



2021年10月24日 13:19 · Twitter Web App

ランナーグループによる 投稿

 第二京阪ランナー
@keihanno2

先日、第二京阪端まで企画を実施しました。
鴨川東から門真南まで約38キロ。側道にはゴミがたくさん現状。自分たちの遊び場は自分たちで守り、少しでも綺麗にしたい思いになり、活動を継続したいと思います。

#第二京阪ランナー
#交野マラソン



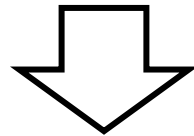
SNSの活用 (抽選商品の発表)


大会公式ホームページ

エントリー期間中



大会終了後
当選者の発表



 えちゅこ🌻🍷🍷🍷🍷*°...FF 🍷🍷🍷
@echuko1018
#交野マラソンさんから、ミズノのシューズをいただきました📺
🍷🍷🍷私にもとうとうシューズをもらえる日が！！
ありがとうございます！(∩
'∪'∩)🍷🍷🍷大事にします！
150 いいね

大会公式SNS

X(Twitter)

 交野（かたの）マラソン《公式》
@katanomarathon
実行委員会メンバーのOです🍷フットサルやサッカーもお好きな方必見のお知らせです！

今年は、あの【ガンバ大阪】より【サイン入りユニフォーム🍷】と【サイン入りJリーグ公式戦試合球🍷】を頂くことができました！

それぞれ抽選で1名様に当たりますので、奮ってのご参加お待ちしております🍷



Instagram



いただいたご協賛金の使いみち

安全対策費

熱中症対策 給水スポットに配備するドリンクの購入

警備員配置 交通規制に伴う警備員の配置費用

会場外との連絡 一般客のコース侵入を防ぐ走路員との連絡に使用する携帯のレンタル費用

その他

広告宣伝費 エントリー周知を各種メディアに掲載する際の費用

備品費 救護や大会本部など、運営に必要なテントなどのレンタル費用

ご協賛について

大会プログラムへのご掲載



大会プログラム広告のご用意

区分	大きさ 横×高さ	料金(税込み)
B	182mm×135mm	100,000円
C	182mm×66mm	50,000円
D	90mm×66mm	30,000円
E	90mm×30mm	20,000円
F	42mm×30mm	10,000円

B:1/2P

C:1/4P

D:1/8P

E

F

大会プログラム広告のご留意

- モノクロ印刷となります
- すべてのサイズに関して、掲載位置は実行委員会指定となります。
- サイズは多少変更の場合があります。
- 公序良俗に反するもの、政治・宗教に関するものなど、実行委員会判断により広告掲載をお断りする場合があります。
- データ製作を実行委員会に依頼する場合は、有料になります。
- 台風や地震などの自然災害や社会事情によりやむなく中止となった場合、ご協賛金の返金はいたしかねます。

■振込先

【ゆうちょ銀行から振り込む場合】

記号:14000 番号:62544371

名義:かたまりソング ックウインカイ

【ゆうちょ銀行以外の金融機関から振り込む場合】

店名:四〇八(読み方:ヨンゼ 〇ハ) 店番:408

預金種目:普通預金 口座番号:6254437 名義:かたまりソング ックウインカイ

■データ入稿問い合わせ先

電話番号

072-892-7727

Mail

katanomarason@gmail.com

**新しいマーケットのチャンス場として、
交野マラソンをぜひご活用ください！**



KATANO MARATHON

最後までお読みいただき、ありがとうございました

**何卒、ご賛同・ご検討くださいますよう、
よろしくお願いいいたします**

※PDFデータはこちらをクリックしてください