

ギモン 03 どんなマラソン大会を目指しているの？

つくばマラソンは、ランナーだけでなくボランティアや沿道応援など、誰もが身近に関われるシティマラソンを目指しています。つくばマラソンでスポーツを「する」だけでなく、「みる」「ささえる」「しる」機会を皆さんにお届けし、スポーツの持つ力で地域を活性化していきます。

ご理解・ご協力をお願いします

第45回つくばマラソンはフルマラソンを安全に運営するため、10kmの部を休止し、ファンラン(0.7km、1.5km)を実施します。また、大会当日は交通規制を実施します。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

11月23日(日)開催！第45回つくばマラソン参加者募集

第45回つくばマラソンは、①先行エントリー②一般エントリー③ふるさと納税枠エントリーの3つの募集枠を設けています。なお、先行エントリーで定員に達した場合、一般エントリーは実施しません。詳細は大会ホームページをご覧ください。



①先行エントリー（フルマラソンのみ）

対 市内在住・在学・在勤の方

申 6月23日(月)までにインターネットで

②一般エントリー（フルマラソン・ファンラン）

対 日本国内在住の方

申 7月6日(日) 20:00～28日(月) 18:00にインターネットで

③ふるさと納税枠エントリー（フルマラソンのみ）

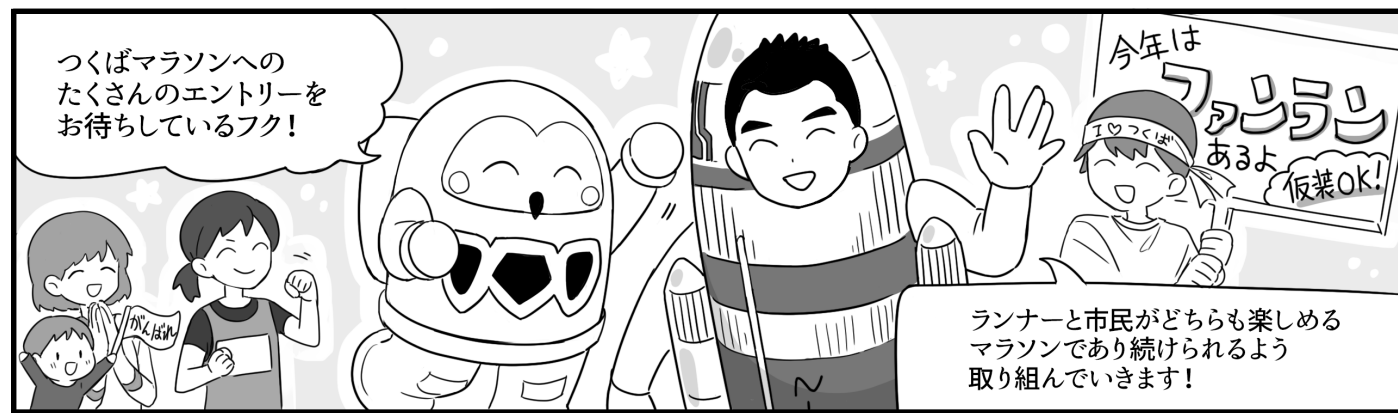
対 つくば市に、ふるさと納税制度を活用して募集期間内に50,000円以上寄付いただいた方
※別途参加料(12,000円)が必要

定 先着250人

申 ▷寄付金受け付け＝7月11日(金)まで

▷エントリー＝7月28日(月) 18:00まで

	フルマラソン	ファンラン
距離	42.195km	▷0.7km▷1.5km
定員	10,000人	636人 (うち車いす40人)
参加料	12,000円	2,000円



つくばマラソンへのたくさんのエントリーをお待ちしているフク！

今年はファンランあるよ 仮装OK!

ランナーと市民がどちらも楽しめるマラソンであり続けられるよう取り組んでいきます！

アンケートへのご協力をお願いします。

今後の発行の参考とさせていただきますので、「もっと知りたい！つくば市かわら版 第46号」をお読みになったご感想などをお寄せください。(各号ごとのアンケートとなります)

※個別の質問にお答えすることはできません。

▶<https://r.qrqrq.com/LA20RYp0>

パソコン スマホ

でつくば市かわら版をいつでもどこでも！

市ホームページ



マチイロ



市公式YouTube



もっと知りたい！

つくば市

ばん

かわら版



つくば市イメージキャラクター フックン船長



つくば市長 五十嵐立青

2025年6月16日

皆さんのギモンに市長が答えます

今回のテーマ つくばマラソンのコースが新しくなります 問 スポーツ振興課



ギモン

01 つくばマラソンについて教えて！



つくばマラソンってどんな大会なの？



「ペース維持をしやすいコース」と「自然に囲まれたコース」が特徴で、毎年全国各地から多くのランナーが参加する大会なんだ。第45回となる今回はコースをリニューアルして11月23日(日)に開催するよ。



どうしてコースが変更になるの？

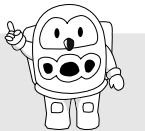


全国のランナーに親しまれている一方で、コースが市街地から離れているため沿道応援に市民が参加しにくく、交通規制路線に囲まれ、閉鎖される地区が生じるなどの課題があったんだ。それらの課題を解決し、ランナーにとっても、応援する市民にとっても最適になるよう、これまでの良さを生かしつつ、4つのポイントに基づいたシティマラソンにしたんだよ。

コース変更4つのポイント

- 1 ランナーにつくばの魅力が伝わる
- 2 良い記録を狙いやすい
- 3 沿道で応援しやすい
- 4 交通規制路線に囲まれる状態を解消する

つくば市が推進するスポーツの4つの視点



する



みる



ささえる



しる

市は「スポーツで“つながる”まちつくば」を基本理念として掲げています。スポーツを「する」「みる」「ささえる」「しる」の4つの視点で捉えて、地域に合ったスポーツ文化を創造し、つくばらしいスポーツ環境の構築を目指しています。つくばマラソンの取り組みにも、この4つの視点を取り入れています。

詳しくは、かわら版第39号「つくば市のスポーツ推進の取り組み」に掲載しています。



次のページでは、新しくなったコースについて詳しく紹介するよ！

つくばマラソンはどう変わるの？

どんなマラソンコースになるの？

4つのポイントに基づいてリニューアルしたよ！地図を使って詳しく紹介するね。

応援しやすいそうフク！

景色を楽しめるエリアがたくさんありますよ！

1 ランナーにつくばの魅力が伝わる

2 良い記録を狙いやすい

つくばマラソンは市外から参加するランナーも大勢います。そんな方たちや市民ランナーに、筑波山や田園風景などの豊かな自然と、研究学園地区周辺の科学を感じることができるコースで「つくばの魅力」を感じてもらえればと思っています。また、引き続きランナーが良い記録を狙いやすいよう、ペースを維持しやすいコースにしました。



第45回はフルマラソンのほか、ファンラン(fun run)を実施します。ファンランはタイムを競うのではなく、楽しんで走ることを目的としたスポーツイベントです。0.7kmと1.5kmの2部門があり、小学生以上の方、車いすの方とその介助の方がエントリーできます。仮装や着ぐるみで参加できますので、自由にイベントを楽しみましょう。



4 交通規制路線に囲まれる状態を解消する

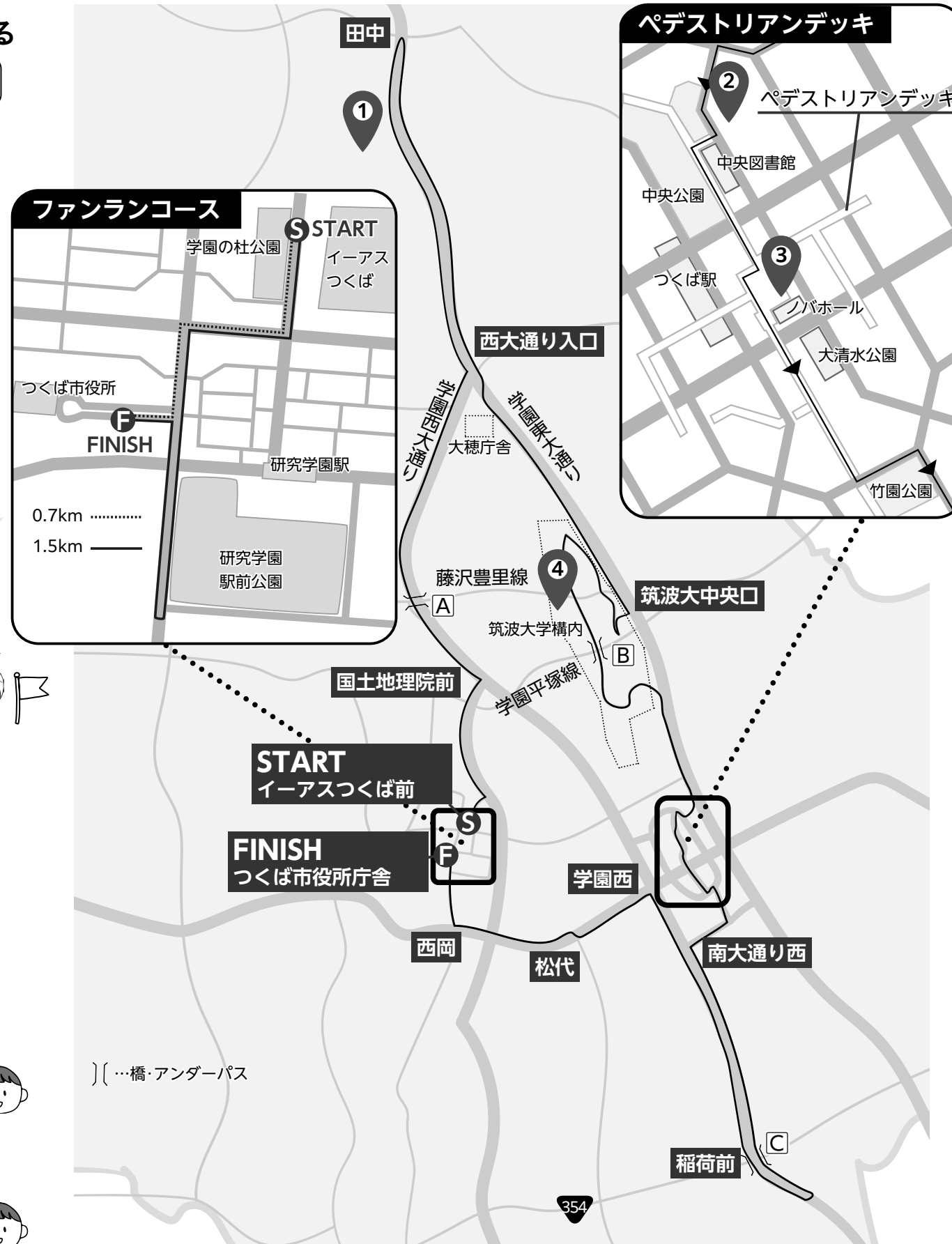
前回大会までは、つくばを広く巡るコースでした。そのため、交通規制路線に完全に囲まれてしまう地区がありました。第45回の新コースでは、橋やアンダーパスなど立体的な道路を活用することで、そのような状態を解消します。

とはいえ、大きな主要道路を通るコースに見えるよ。つくば駅周辺は特に心配だな。

つくば駅周辺はペDESTリアンデッキを走るの、学園中央通りが通行できますよ。

他に通り抜けできる道路はあるのかな？

藤沢豊里線Aや学園平塚線B、国道354号Cは、コースを通らないため東西に通り抜けできます。



3 沿道で応援しやすい

コースに市街地エリアを取り入れ、気軽に応援できるようになりました。スタート・フィニッシュ位置は研究学園駅から、レース中盤に走るペDESTリアンデッキ(歩行者専用道路)はつくば駅からの徒歩圏内であるためすぐにアクセスしやすく、選手たちを間近で応援できます。また、学園西大通りや学園東大通りで応援したい方は、大穂庁舎の駐車場をご利用いただけます。皆様のご声援をお待ちしていますね。



未来へ続け!つくばマラソン

ボランティアでランナーを応援

つくばマラソンは、毎年多くのボランティアの方々にご協力いただいています。給水所の運営や会場でのサポートを通して、ランナーと一緒に喜びや達成感を得られる体験ができます。今年もボランティアを募集していますので、ぜひご参加ください。



ボランティア募集の開始は8月頃を予定しています。詳細は大会ホームページでお知らせします。

つくばマラソンの歴史

つくばマラソンは、つくば市が制定される前に「筑波学園マラソン」として1981年に誕生しました。市町村合併によりつくば市になったことで、1988年の第8回から現在の「つくばマラソン」に改称しています。ウェーブスタート(スタートの時間をグループごとにずらして走り出す方法)の実施や、完走をサポートする給水・給食など、ランナーが走りやすい環境づくりに努め、現在はランナーが10,000人を超える大会に成長しました。コースの大規模なリニューアルは10年ぶりです。