



第80回

杉並ロードレース大会

【高井戸公園を走ろう!】

〔主催・主管〕
杉並区陸上競技協会

〔共催〕
杉並区

〔協賛〕
Alpen TOKYO、山崎製パン株式会社、ケンコーマヨネーズ株式会社
アキレス株式会社、EDO×SPORTS

〔協力〕
株式会社フレンド商会、一般財団法人日本ランニング協会

参加にあたっての注意事項

- ①競技は2024年度日本陸上競技連盟競技規則(道路競走)ならびに本大会規定によって実施します。
- ②安全にご参加いただくために、日ごろからの健康管理や大会当日に向けて体調を整えてください。
- ③慢性的な疾患のある場合や健康診断などで注意を受けた方は、参加の前にかかりつけ医に相談のうえご参加ください。
- ④参加者は受付でお渡ししたアスリートビブスは隠れて見えなくならないように着用してください。
- ⑤当日、手荷物預かり所を設けておりません(手荷物置き場はございます)。
参加者ご自身で管理お願いいたします。
手荷物の紛失や破損などの事故について主催者は責任及び補償を負いかねます。
- ⑥競技中はヘッドホンなどの着用など競技関係者の指示の妨げになる機器の使用を禁止します。
- ⑦原則としてスタート時はアスリートビブス番号の若い順に並んでいただきます。
- ⑧最終招集、スタート時刻に遅れた場合や大会運営に支障をきたすと判断した場合は失格になります。
- ⑨参加にあたっては、競技審判員、運営スタッフ、などの指示に必ず従ってください。
- ⑩走路はコース図の通りです。走路の左端に沿って走ってください。
コース外へのはみだしは事故の原因になり大変危険なおやめください。失格の対象になります。
- ⑪レース走行中、交通状況により走者を停止させ、緊急車両や緊急対応スタッフ等を横断させる場合がありますので役員の指示に従ってください。
- ⑫各種目には制限時間を設定しています。
- ⑬記録の計測はトランスポンダーによりおこないます。
- ⑭途中棄権などの場合でも、計測チップと引き換えで参加賞をお渡しします。
- ⑮各部門上位3位までの入賞者には表彰をおこないます。
- ⑯記録は後日ウェブサイトに掲載します。
- ⑰地震、風水害、積雪や災害、事件、事故などの理由により大会を中止することがあります。
その際は主催者が準備状況を勘案し、返金等を含め対応を決定いたします。
- ⑱公園駐車場には限りがあります。来場の際には公共交通機関をご利用ください。
- ⑲視覚障害者でガイドランナーが有る場合、受付時に申し出てください。
- ⑳公園は一般利用者也利用されます。妨げにならないようご配慮ください。
- ㉑主催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報保護に関する関係法規を遵守します。
- ㉒エントリー時の個人情報は、本大会の運営などに使用します。
ただし、大会運営上の安全目的で警察、消防、医療機関などに提供することがあります。
- ㉓主催者は、本大会での事故、傷病について応急処置をおこないますが、責任及び補償を負いかねます。
- ㉔主催者は、参加者および来場者の感染症について、補償などを含め一切の責任を負いません。
- ㉕傷病や事故発生時は、本人の同意なく救急搬送することがあります。
- ㉖参加者のうち杉並区に在住、在勤、在学者の記録は杉並区を代表して出場する各種競技会出場選手の参考いたします。
- ㉗受付時に緊急時連絡先を記載するシールをお渡しします。ご記入のうえアスリートビブス裏面に張り付けてください。
- ㉘安心・安全な大会開催のため、撮影・投稿については、人物等の権利が侵害されないようお願いします。
- ㉙大会の様子をスタッフが撮影をします。
撮影した写真はホームページ、大会パンフレット、大会チラシ等への掲載をします。

・受付

全種目 8時00分～競技開始30分前までです。
時間に遅れた場合競技に出場できなくなりますのでご注意ください。

・スタート時刻

◎ 5 km	9時00分	(スタートから30分で次の周回に入れません)
	}	最終招集：スタート位置で8時40分～
	9時40分	制限時間により計測打ち切り
◎ 10 km (1組)	9時45分	(スタートから55分で次の周回に入れません)
	}	最終招集：スタート位置で9時25分～
	10時50分	制限時間により計測打ち切り
◎ 10 km (2組)	11時00分	(スタートから70分で次の周回に入れません)
	}	最終招集：スタート位置で10時40分～
	12時30分	制限時間により計測打ち切り

※最終招集ではアスリートビブスと計測チップ装着の最終確認をおこないます。
遅れないようにしましょう。

※最終招集後、一旦スタート位置から離れてもかまいませんが、スタート時刻
5分前にはスタート位置に戻り役員の指示に従ってスタートラインに整列してく
ださい。

※記録証を1枚300円で販売しております。
予めプログラムに付属している申し込み用紙に記入の上、記録証発行所にお持ち
ください。記録証申し込み用紙は、当日記録証発行所でも配布しております。

1) コース

5km

球技場の東側からスタートし球技場を約半周した後、周回コースを4周走ります。



10km

球技場の西側からスタートし球技場を約一周した後、周回コースを8周走ります。



赤線=1周目 青線=2周目

コース全体図



2) 当日の流れ

①受付:ご自分の「ビブス番号」「お名前」「種目」を受付でお申し出ください。

受付は、球技場の中です。

※欠場の方は、受付後参加賞引き換えテントにお越しください。計測チップと引き換えで参加賞をお渡します。

※スタートの30分前に受付が終了しますので早めに受付は済ませてください。

②ウォーミングアップ:公園内道路をご利用ください。

公園には、一般利用者がいらっしゃいますのでご注意ください。

球技場内でもウォーミングアップは可能です。

③招集:スタート時刻20分前にスタート位置でビブスと計測チップ装着の最終招集を実施します。遅れないようにしましょう。

最終招集後、一旦スタート位置から離れてもかまいませんが、スタート時刻5分前にはスタート位置に戻り役員の指示に従って整列してください。

④スタート時刻

5 km	9時00分
10 km (1組)	9時45分
10 km (2組)	11時00分

◎レース

①自転車による先導がございます。

②コースでは左側を走行するようご協力をお願いします。

③給水は、球技場西側に1カ所設けます。

④一般道を横断するコースです、緊急車両を優先通過いたしますのでご協力お願いいたします。

◎フィニッシュ

①フィニッシュ後は球技場に入ってください。

②計測チップと参加賞は引き換えになります。

③記録は各種目最終ランナーがフィニッシュ後に球技場内南側フェンスに掲示します。

④各種目3位までの入賞者には、表彰をおこないます。

3) よくあるご質問

Q:スタートは何時ですか？

A: 5 km 9時00分(スタートから30分で次の周回に入れません)

10 km(1組目) 9時45分(スタートから55分で次の周回に入れません)

10 km(2組目) 11時00分(スタートから70分で次の周回に入れません)

Q:受付は何時からですか？受付場所はどこですか？

A:午前8時から球技場内受付で行っています。

Q:給水はありますか。

A:球技場西側に1カ所給水所を設置致します。

Q:陸連公認の大会(記録が公認される)でしょうか？

A:公認コースではありませんので公認記録にはなりません。

Q:着替えの場所や荷物を置いておく場所などは用意されるのでしょうか？

A:球技場内に男女更衣室、荷物置き場を設けます。

ただし、荷物管理は実施いたしませんので貴重品の管理は自己責任でお願いします。

Q:エントリー種目の変更はできますか？

A:申込後のキャンセル、種目変更はできません。

Q:コースについて、アップダウン(高低差)はどれくらいあるのでしょうか。

また、途中信号待ちや踏切待ちといった中断のあるコースですか？

A:高井戸公園を周回するフラットなコースです。公園は北地区と南地区に分かれています。

一部公道を横断する場所がございます。当日、近隣道路は通行止めにしておりませんので一般車両が通過することがあります。また、公園内は、一般利用者也利用していますのでコースの左側を走るようにしてください。走路幅があまり広くなく、スタート直後は混雑する場面があるかもしれません。

Q:大会会場周辺に駐車場はありますか？

A:高井戸公園に駐車場はございますが駐車台数が少なく、近隣にも有料駐車場はございませんので公共交通機関をご利用ください。

京王井の頭線の「富士見ヶ丘駅南口」から徒歩約8分、京王井の頭線の「久我山駅」から徒歩13分で球技場(受付)に到着します。

Q:プログラムはありますか？

A:プログラムは参加者の皆さんにメール送信いたします。

杉並区陸上競技協会 HP にも掲載いたします。

Q:大会前に参加者に通知が届きますか？

A:大会1週間前に登録いただいたメールアドレスに参加者プログラムを送信いたします。

万一届かない場合は、事務局までお問い合わせください。

Q:走った後、記録や順位はわかりますか？

A:完走者は、フィニッシュ後に球技場内に掲示いたします。後日 WEB でもご覧いただけます。

Q:会場内で飲食・物品の販売はありますか？

A:会場内に飲食・物品の販売はございません。球技場内は飲食ができませんのでご注意ください。

Q:会場内にトイレはありますか？

A:高井戸公園内に公共トイレが4カ所ございます。

スタート間際は混み合いますので、お早目に用を済ませてください。

Q:参加賞はいつもらえますか？

A:大会終了(フィニッシュ後)に計測チップと引き換えでお渡します。

Q:当日会場に行けなかった場合、参加賞を送っていただけますか？

A:1月17日(金)までにご依頼いただいた場合、着払いでお送りいたします。

Q:自転車置き場はありますか？

A:高井戸公園北地区多目的広場に設置致します。会場で誘導係の指示に従い駐輪してください。

Q:スタートラインに並ぶ順番はナンバーカード順ですか？

A:一列15名をめぐりにビブナンバーの若い順に並んでいただきます。

Q:忘れ物・落し物はどこに相談すればよいですか？

A:球技場内にある大会本部にお申し出ください。

Q:記録証は無料ですか？

A:有料です。1枚300円で販売しています。

予めプログラムに付属している記録証申し込み用紙に記入の上、記録証発行所にお持ちください。記録証申し込み用紙は、当日受付でも配布しております。

参加者リスト 5km

51	赤間玲	91	伊藤肇	131	尾上政之
52	坂口正汰	92	永岡大介	132	李道明
53	中野峻	93	大内宏貴	133	藤林道郎
54	土金裕樹	94	来田武則	134	米津哲也
55	岡野伴之介	95	坪池學	135	植井勝己
56	川野智司	96	井上智紀	136	清水雅恵
57	河崎駿也	97	安保暁	137	桶田真喜子
58	柳澤悠貴	98	宮下星児	138	天木恵美子
59	小守拓郎	99	深町裕子	139	山根陽子
60	川田航大	100	福山友見	140	山口京子
61	伊藤裕世	101	長井紀子	141	山口久子
62	下更屋憲貴	102	篠原絵美	142	宗野千珠子
63	下川真司	103	八尋朝子	143	広田和子
64	稲生ひろやす	104	星直美	144	明岳洋子
65	石田優人	105	福森まゆみ	145	黒沢美佐子
66	齋藤大樹	106	遠藤麻美	146	木下久美子
67	神田健太	107	吉田光江	147	中村友子
68	前田晋弥	108	阿賀岡恵	148	荒川純子
69	高木駿	109	高木理津子	149	肥後理保子
70	池元佑輔	110	君島由夏	150	荒木雅子
71	橋晃嗣	111	岡川綾夏	151	小島麻里
72	山寄裕介	112	大塚玲子	152	田所千春
73	宇都宮真司	113	中道小百合	153	佐野恵美子
74	大川真希	114	会坂一馬	154	加藤木哲
75	稲生裕代	115	今井規雄	155	佐藤陵
76	須長まい	116	後田貫太郎	156	末松裕之
77	三好宏子	117	稲垣真也	157	影内聡志
78	三宅真紀	118	大島康司	158	岩淵敏文
79	山下直	119	角南篤志	159	輿石昌秀
80	杉田伸裕	120	楠泰三	160	山中敦夫
81	外山智	121	橋本崇	161	サウサムクリストファー
82	宮崎貴雅	122	片岡哲也	162	岸人徳恭
83	竹村輝久	123	関戸雅之	163	村上芳之
84	齊藤和弘	124	立崎守秀	164	村上克己
85	宮本泰嗣	125	山田真治	165	東海林慎
86	田中真吾	126	宗野公紀	166	深津章
87	小沼俊之	127	森岡正宏	167	長久保勝美
88	高木俊哉	128	水沼慶徳	168	菱木輝男
89	中野智也	129	平林巖	169	津口尚美
90	山本俊介	130	山口康之	170	山本律子

171	香取 玲子	178	秦 賢蔵	185	篠原 よしみ
172	北田 和子	179	一言 庸夫	186	篠原みずほ
173	菊地 雅子	180	稲村 仁了	187	鹿毛育子
174	佐多 みどり	181	竹中 政彦	188	藤井研一
175	深津 明美	182	望月 利一	189	伊藤正樹
176	渡辺 久美子	183	戸澤 正二	190	伊藤未樹
177	西村 康司	184	海老名 恵津子		

参加者リスト 10kmI組

301	窪田 海成	321	津田 雅弘	341	小川 健大朗
302	神谷 龍	322	鈴木 翔大	342	神田 靖彦
303	大村隆弘	323	工藤 有生	343	松島 慶二
304	鎌田大樹	324	柳沼 忠仁	344	宗本 和徳
305	松田 侑大	325	西口 克洋	345	望月 真一
306	十川 朱李	326	藤原 のどか	346	小林 勇仁
307	不破 周作	327	郡谷 奈穂	347	斉藤 隆太
308	大久保 光明	328	藤原のどか	348	朝倉 裕介
309	戸嶋 航樹	329	坂西 克志	349	高山 善裕
310	鈴木 渉太	330	窪田 崇平	350	中村 和裕
311	石川 晃大	331	井芹 勇人	351	柳沼 萌
312	小笠原 倫汰	332	長谷川 貴大	352	菅原 留実
313	鈴木 大也	333	森友 諒	353	脇坂 夏希
314	矢島 柚稀	334	高久 晃	354	小俣 えりか
315	芦崎 俊太郎	335	大久保 翔平	355	高橋 彩
316	八木 遼太	336	須長 拓也	356	山村 佳穂理
317	青柳 達也	337	亀井 大	357	外山 愛美
318	和氣 幸城	338	高田 裕之	358	中野 馨
319	平林 秀	339	佐藤 隆哉	359	母原 早希江
320	山口 智寛	340	大久保 貴之	360	久保 菜央子

参加者リスト 10km2組

501	山口克仁	541	小佐野智彰	581	下高原卓
502	永井圭	542	塩津明雄	582	香村俊彦
503	斉藤拓也	543	大野大地	583	中田剛史
504	平山直	544	海野将仁	584	古川文斗
505	母原利之	545	小島一行	585	新関勝之
506	山極宇宙	546	松場祥詞	586	浜井崇
507	脇坂真吏	547	コエルマイヤジェラード	587	木田哲治
508	中嶋拓哉	548	今野洋志	588	福森眞二
509	影山彰	549	中久喜大介	589	新井浩司
510	鎌滝慧	550	千葉尚	590	太宰雅彦
511	紺野勝規	551	森田超	591	高橋鯉一
512	具志堅用輔	552	野村純一	592	間崇史
513	見市豊	553	木下龍生	593	西巻篤秀
514	久保田剛夫	554	木戸信幸	594	窪田一平
515	栗栖耕一郎	555	鳥海一仁	595	石野幹生
516	森田将史	556	水上昭次	596	茶木健介
517	古川大祐	557	大野祐一	597	岸直樹
518	吉野匠	558	高瀬巨明	598	木下高明
519	笠原雅人	559	松本照吾	599	柴田州穂
520	小沼俊之	560	御所美紀子	600	長島彩路
521	伊藤真悟	561	田島百絵	601	平野真史
522	小西慶	562	安藤祥子	602	中島慎也
523	平尾純一	563	鈴木美里	603	杉山尚
524	吉田寛	564	威知志麻子	604	片山弘行
525	白田大輔	565	佐藤千也子	605	黒田高弘
526	安藤洋輔	566	新井健至	606	森本雅洋
527	八尋順太郎	567	中塚武史	607	八田恒明
528	加藤義之	568	松井良恭	608	戸嶋茂樹
529	古井義文	569	五嶋淳司	609	世利信之
530	辻久和寛	570	後田貫太郎	610	田中伸幸
531	大萩康司	571	大嶋篤史	611	岩本隆史
532	平井賢誠	572	武藤健司	612	梅田逸朗
533	寺尾真一	573	唐鎌浄信	613	柏木篤
534	土居悠介	574	山本秀基	614	浅川祐司
535	李哲民	575	遠藤典数	615	小林康弘
536	樋口亮	576	森田龍一	616	野村知成
537	財前晋	577	向山潤	617	鈴木誠
538	野下寛	578	前田丈人	618	河合義人
539	棚田徹	579	吉永友哉	619	徳永勝
540	樋口央	580	宮西淳	620	小永井洋志

621	阿出川 潔	648	蔵本 康代	675	橋本 究
622	野崎 泰宏	649	高橋 文枝	676	仲程 浩
623	谷野 清隆	650	底 正則	677	宮崎 明生
624	松井 聡	651	高橋 登志八	678	山田 道夫
625	半谷 謙寿	652	吉田 善博	679	南 正人
626	宮本 雅彦	653	齋藤 康二	680	岩上 守宏
627	江草 了一	654	金子 肇	681	横屋 正幸
628	木村 雅道	655	柳 泰徳	682	脇坂 秀樹
629	田崎 昇	656	佐藤 陵	683	木戸 健二
630	水田 和彦	657	横田 恵一	684	松井 誠一
631	上田 佳之	658	中原 祥雄	685	佐原 匡
632	岸 武志	659	積山 研二	686	南部 哲郎
633	佐藤 一広	660	中村 純一	687	島田 正一
634	高橋 利多	661	渡辺 政治	688	重永 正徳
635	石原 学	662	田中 庸介	689	渡辺 啓子
636	吉岡 達也	663	犬竹 浩晴	690	白鳥 勝子
637	澤井 節史	664	吉田 浩	691	香取 玲子
638	吉留 隆行	665	渡邊 彰	692	猿谷 正代
639	大久保 勝明	666	今井 浩	693	宮内 康子
640	上川 奈奈	667	中野 裕康	694	森 二郎
641	加藤 志保	668	中島 徹也	695	平田 吉晴
642	高橋 明日香	669	徳田 保志	696	張替 鋼一
643	大前 敬子	670	靜 哲人	697	秋本 昇
644	齋藤 富久子	671	奥秋 聡克	698	長島 邦彦
645	田崎 奈穂	672	吉田 信康	699	矢引 和明
646	村上 朋子	673	山田 尚樹	700	下高原 程子
647	鈴木 治子	674	新保 仁郎	701	田子省三
				702	友光英三

競技役員

総務		大串 裕子			
総務員		大朝 太 (運営担当)	渡辺 昌輝 (渉外)	山口 光朗 (庶務)	
審判長		小野 久			
技術総務		辻野 清			
コース管理		近藤 滋之			
来賓スターター		岸本 聡子 杉並区長	松葉多美子 都議会議員	杉尾 秀治 杉並区スポーツ協会会長	
スターター	主	本橋 郁子	後藤 遥希		
出発係	主	染谷 知志	林 勉		
記録情報係	主	伊藤 君代			
表彰係	主	山口 広史	伊藤 春奈		
アナウンサー	主	小松 邦江			
役員・選手受付	主	大久保まさ	折野 栄子	中嶋 良江	小野澤真知子 伊藤 春奈(兼)
競技者係	主	藤見 清治	成田 哲	園 盛之介	
選手誘導係	主	町田 信義	朝日向章子		
用器具係	主	相沢 久俊	藤安 和義	大村 篤史	
トランスポンダー係	主	石井 優佑			
医務員・救護係	主	坂上さと子	奥野あつ子	佐々木 誠	
決勝審判員	主	浅川 俊彦	熊木 透	室山 怜太	
計時員	主	児玉 武志	大木 孝		
フニッシュ管理	主	渡辺 昌輝(兼)	小野澤真知子(兼)		
コース審判員 (走路員)	A班	雨宮 勇吉	小暮 一浩	最上 博之	増田 隆一
	B班	梅津 秀一	大澤 嘉巳	杉本 幸信	柴田 誥三
	C班	浦部 兼延	福田 光弘	川島 美彦	小林 孝美
	D班	稲葉 良介	水野 隆正	佐々木まゆみ	鏑木 宏康
	E班	吉田 八重子	濱崎 憲文	宇津木多美子	伊藤 孝昭
交通管理係	主	高橋 泰明	青柳千賀子	泉 康子	
先導後走管理	主	高田 友則	泉 岳樹 フレンド商会	辻 一孝 フレンド商会	前村 昌紀 フレンド商会
給水係		ボランティア			

記録証申込書

1枚(1種目)300円になります。

ビブスナンバー:

選手氏名:

種目	5km	10km1組	10km2組	発行枚数	枚
----	-----	--------	--------	------	---

該当種目に○で囲ってください。

依頼者名

連絡先電話番号

切り取り線

2025年1月12日

様

領収書

領収額 ¥

記録証発行代として、上記金額を受領いたしました。

杉並区陸上競技協会

ビブスナンバー