

第4回能登半島すずウルトラマラソン 大会報告レポート

平成27年10月18日開催



ラケット道路

能登半島珠洲ロードレース協会

作成：株式会社日本旅行（企画協力）

目 次

開催御礼… P3



1. 大会総括 … P3

2. 大会概要 … P4

- 1) 大会概要
- 2) 大会スケジュール
- 3) 出走者・完走率
- 4) 協力関係者

3. 参加者分析 … P7

- 1) 都道府県別
- 2) 年齢別



4. 評価と課題、改善点について … P9

- 1) 今年度の変更ポイント
- 2) 各項目における評価
- 3) 次年度の改善点（検討事項）



5. 参考資料 … P11

- 1) 新聞記事
- 2) 写真記録
- 3) 大会ランキング
- 4) 全国のウルトラマラソン

6. 費用対効果 … P14



7. 参加者からの感想 … P15

- 1) ランネットレポートから
- 2) フェイスブックから

8. 第5回大会に向けて … P23



開催御礼（10月20日発信）

ご参加の皆様・ボランティアの皆様

ご協賛、ご協力していただいた各企業・団体の皆様へ

第4回能登半島すずウルトラマラソン 第1回能登半島すず継走大会 開催御礼

能登半島すずロードレース協会
実行委員長：田中満博

大会当日は、これまでにない最高の天気となりました。過酷なコースに挑み続けたランナーの皆さんに大きな勇気をもらうことができました。そして、何よりも大きな事故も発生することなく、無事終了いたしましたことについて、皆様に感謝申し上げます。本当にありがとうございました。

今年は新たな取組として、継走大会を導入しました。一部、点呼時に案内が行き渡らなかつたり、その他、「自分エイド」を急遽、設定しましたが皆様への連絡が遅くなり、全員に周知されなかったこと、一部エイドではオロナミンCが不足したりと参加された皆様には数々のご迷惑をおかけいたしました。来年への課題として、また改善していきたいと考えております。また、ランネットなどの書き込みなどでも結構ですので、是非ともご意見を頂戴したいとも思います。毎年、これらの書き込み等を参考にさせていただいております。また今回、残念ながらご欠場された方につきましては、2週間を目途にプログラム、参加賞の発送をいたしますので、しばらくお待ちください。

まもなく、能登半島にも本格的な冬が到来します。今回の悪天候とは比較できないほどの荒れ狂う日本海、そして吹雪がたたきつけます。『道は厳しく、気候も厳しく、能登の道』しかしながら、言うまでもなく、能登の人の優しさは変わりません。また、いつの日かお会いできることを楽しみにしております。

本当にありがとうございました。皆様のご健康とご活躍を祈ります。

1. 大会総括

4回目を迎え、運営面および参加者対応について概ね好評価をいただいた。今年は能登半島震災復興基金からの支援を受け、新たな交流事業として継走タイプを導入したところ、石川県内を中心に120名(30組)の参加者が集まった。参加人数は、北陸新幹線開業効果、まれ効果もあるが、ランナーズ等の雑誌掲載などプロモーションを積極的に行った結果、第3回大会の486名から793名(申込者)と大きく増加した。また、目論見通り石川県外からの参加者が8割弱となり、全国各地から参加いただいていることは、交流人口の拡大および経済効果の面で大きく地元へ貢献できている。経済効果だけでも1500万近くの効果は地元および奥能登にあったと想定される。

また、地元ボランティアの経験によるレベルアップからランナーの評価も高水準の94点なり、白山白川郷ウルトラマラソンの92.7点を抜き、全国のウルトラマラソンの8位にランキングしている。

今後も、参加者の評価、課題を真摯に受け止めて改善を図り、能登半島珠洲ロードレース協会を中心に運営を継続し、奥能登および珠洲ブランドの構築に寄与していくべきと考える。

2. 大会概要

大会テーマ 「心はひとつ、道は厳しく、人はやさしく能登の道」

～地元のボランティアを中心とした能登の人のやさしさたっぷりの大会を目指します

1) 大会概要

■大会名	第4回 能登半島すずウルトラマラソン 第1回 能登半島すずウルトラ継走大会
■主催者	能登半島珠洲ロードレース協会（第3回 能登半島すずウルトラマラソン実行委員会）
■開催日	平成27年10月18日（日）5：00スタート
■開催地	石川県珠洲市、輪島市
■種 目	◇100キロの部（102キロ）制限時間14時間 珠洲健民体育館～見附島～若山小学校～八太郎峠～町野～舟木谷峠～千枚田＜折返し＞～舟木谷峠～町野～曾々木～大谷町～ラケット道路～禄剛崎灯台～三崎町～珠洲健民体育館 ◇60キロの部（62キロ）制限時間9時間 珠洲健民体育館～見附島～若山小学校～大谷峠～大谷町～ラケット道路～禄剛崎灯台～三崎町～珠洲健民体育館 ◇継走の部（4人1組）100キロコース同様
■後 援	石川県、珠洲市、珠洲市教育委員会、輪島市、輪島市教育委員会、北國新聞社
■企画協力	(株)日本旅行

2) 大会スケジュール

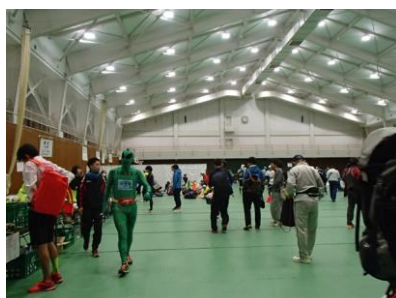
●10月17日／土曜日

受 付	ラポルトすず	13：00～18：00
説明会	ラポルトすず	第1回 14：00頃～15：30頃 第2回 16：00～17：00頃
おもてなしサロン	ラポルトすず	13：00～18：00

第1回説明会では輪島和太鼓虎の介の演奏がごぞいます。

●10月18日／日曜日

駐車場	別紙案内の駐車場	（開場）3：00～
当日受付	珠洲健民体育館内	3：30～4：45
開会式	スタート地点	4：50
スタート	100K&60K&継走	5：00
ゴール	60K／100K&継走	14：00終了／19：00終了



3) 出走率・完走率

(参加者データ)

100キロ男性	申込者：438人	出走者：403人	完走者：278人	68.9%
100キロ女性	申込者：61人	出走者：60人	完走者：43人	71.6%
60キロ男性	申込者：139人	出走者：131人	完走者：103人	78.6%
60キロ女性	申込者：35人	出走者：32人	完走者：26人	81.9%
(小計)	申込者：673人	出走者：626人	完走者：450人	71.8%
継走の部	申込組：30組 参加人数 120人	出走組：30組 参加人数 120人	完走組：28人	93.3%
大会参加人数	793人	746名		

4) 協力関係者

■協賛（順不同）

(株)日本旅行、西日本旅客鉄道(株)、大塚製薬(株)、専門学校金沢リハビリテーションアカデミー、ファイテン(株)、日本製粉(株)、ミズノ(株)、(株)ダスキン、(株)ダスキン北陸、(株)ミモエージェント、ランライフ、チョッパー、フォトコスギ、国際ペット学院、北陸総合警備保障、セト钣金自工、NPO 法人能登すずなり、珠洲ビーチホテル、(株)道下石油、民宿むろや食堂、谷野旅館、榊田商店、田中クリニック、税理士法人中山会計、(株)谷口建設、(有)川元石材、能登建設(株)、メルヘン日進堂、(有)角田建築板金、(財)鉢ヶ崎リゾート振興協会、北國新聞蛸島販売所、矢野本家謹製瓦(株)、矢形税理士事務所、日本醗酵化成(株)、(有)スズトウシャドウ印刷、(株)浜野水産、みちした内科クリニック、大貫眼科医院、くにまつ（民宿）、(有)リカーショップしも、(株)中野朝日自動車工業、井端内科医院、小西医院、珠洲石油業協会、なかにに医院、(株)アンヨウジ、(株)鍵主工業七輪の里、(株)丸中組、今井工務店、美容室あすーる、(有)シーベル、ALSOK 珠洲営業所、榎屋フードサービス、(株)大丸、矢野工芸、珠洲ロータリークラブ、海楽荘、(株)のとかん、(有)重政損害保険、(株)のとさく、林舗道(株)、(株)プロモート、岡村歯科医院、8番らーめん飯田店、泉谷菓子舗、(株)ティムスプランニング、あいずみクリニック、(有)正院自動車商会、末正社会保険労務士、第一生命、コクラタイヤ、民宿 山中荘、たかせ歯科医院、物応整骨院、のとし荘、JAすずし、ダスキン和倉支店、ダスキン新開、ダスキン諸江町支店、珠洲市銀行協会、(株)ニッカイ、ギフト館イマイ、(株)平藏建設、スズ生コン共販(株)、中濱歯科医院、サークルK 珠洲宝立町店、藤井商事、(有)エス・アイ・ケイ、(株)大樹工建、珠洲建設業協会、(株)サンライフ珠洲食品館、レストラン浜中、浅田書店、旅館二島、小山寿司、かつら寿し、櫻田酒造、道の駅狼煙、道の駅すず塩田村、道の駅千枚田ポケットパーク、(有)新海塩産業、大野製炭工場、農業法人きずな、うどん のんち、(有)すえひろ、シュークルグラス、福田屋精肉店、みなくち農園、宗玄酒造(株)、石川県漁協すず支所、石川県漁協小木支所、(有)北浜運送、板谷歯科、ランプの宿(株)、加賀山昭の会、(株)すず環境サービス、(株)中塚組、(株)船本工務店、(有)ふじお建築、ベルロード多間、丸石資材(株)、谷口自動車工業(株)、(株)カーライフ中野、焼肉さんぺい、さかなや甚五郎

(個人の皆様)

宗田好雄、上乘秀雄、野口好美、高井広子、橘川正子、五十玉恵美子、山越桂子、山口 猛

■特別協力

北陸放送(株)

■協力団体（順不同）ボランティアスタッフ等

珠洲商工会議所、珠洲青年会議所、輪島青年会議所、珠洲市体育協会、珠洲市総合病院、珠洲市区長会連合会、町野スポーツクラブ、珠洲市陸上競技協会、珠洲市婦人団体協議会、珠洲市青年団協議会、（財）見附海岸自然公園協会、能登井事業組合、珠洲市銀行協会、西部小学校、大谷中学校、宝立小中学校、緑丘中学校ほか珠洲市立小中学校の皆さん、県立飯田高校、ダスキン飯田支店、金沢星稜大学、株式会社エイム、金沢学院大学、北陸鉄道グループ、北陸電力珠洲営業所、合同会社あまやどり、珠洲市立保育所の皆さん、珠洲ローターアクトクラブ、県立七尾特別支援学校ほか珠洲市、輪島市の皆さん

■主催者：能登半島珠洲ロードレース協会

相談役／刀祢秀一（珠洲商工会議所会頭）／名誉顧問 桜井久一

顧問／向山忠秀（珠洲市市議会議員）米田幸助（珠洲市市議会議員）

会長／田中満博 副会長／船本尚志（珠洲青年会議所理事長）、上田剛志（輪島青年会議所理事長）

理事／平藏豊志（珠洲市体育協会会長）、秋前一雄（珠洲市陸上競技協会会長）、重政靖之（NPO法人能登すずなり理事長）、新 弘之（珠洲市区長会連合会長）、中板睦子（珠洲市婦人団体協議会長）、坂本洸士（珠洲市青年団協議会）、石井 進、万寿暢夫（NPO法人町野スポーツクラブ理事長）、上乘秀雄（ケロンの小さな村代表）

監事／唐澤 正

■第4回『能登半島すずウルトラマラソン大会』実行委員

■第1回『能登半島すずウルトラ継走大会』実行委員

実行委員会会長／桜井久一

実行委員長／田中満博 実行副委員長／坂 辰重

実行委員／上野郁雄、新出栄一、小畑 亮、国永英代、大谷昭博、岡田 康、米田幸助、大口哲郎、楠 享士、高野浩一、上野守光、上野佐知子、穴田義晶、桶谷春男、安用寺浩史、田中龍太郎、森川和重、板村敦子、出竈洋子、外畑由美子、小畑考作、小川恵里沙、定祐寿美男

アドバイザー：杉本与光（ダスキンレントオール）、宮本貴正（日本旅行）

大会 MC：辰巳平一



（金沢星稜大によるフットケア～自然休養村）



（継走の様子～上黒丸中継地点）

3. 参加者分析

- ・ 北は北海道北見市 南は福岡県久留米市まで、793 人の参加となった。(継走 120 人含む)
- ・ 昨年の 486 人から 138%の伸び
- ・ 4 年連続の方が 49 人、3 年連続の方が 53 人、2 年連続の方が 81 人で、合計 183 人の方が連続参加（リピーター率 27.1%）
- ・ 県外比率は 8 割弱となり、例年以上に全国からの来県が増えました。特に北陸新幹線開業の効果もあった。
 - 東京都 45 人→91 人、東京都を含む関東エリア 111 人→203 人と 2 倍近く伸びる結果となった。
- ・ 今年からは継走大会も新たに開催となり、県内参加者を中心に 30 組 120 人の参加があった。

1) 都道府県別

都道府県 CD	都道府県	100キロ 男性	女性	60キロ 男性	女性	合計	継走大会 組数
1	北海道	6	2			8	
2	青森県	1				1	
4	宮城県	2				2	
7	福島県	1	1			2	
8	茨城県	6		1	1	8	
9	栃木県	5				5	
10	群馬県	6		2		8	
11	埼玉県	17	3	3	1	24	1
12	千葉県	19	5	2	3	29	
13	東京都	61	16	7	7	91	2
14	神奈川県	29	5	4		38	
15	新潟県	17	2	3	2	24	
16	富山県	20	1	16	3	40	3
17	石川県	82	3	47	9	141	22
18	福井県	4	1	7	2	14	1
19	山梨県	1				1	
20	長野県	13	3	3		19	
21	岐阜県	13		8		21	
22	静岡県	15				15	
23	愛知県	31	5	11	4	51	1
24	三重県	8		2		10	
25	滋賀県	7	2	1		10	
26	京都府	5	2	5		12	
27	大阪府	30	5	12	2	49	
28	兵庫県	15	2	3	1	21	
29	奈良県	10	1			11	
30	和歌山県	3		1		4	
33	岡山県	1	1			2	
34	広島県	3		1		4	
35	山口県	4				4	
37	香川県	1				1	
39	高知県	1				1	
40	福岡県	1	1			2	
		438	61	139	35	673	30
県外比率 79.2%							

2) 年齢別

年齢	100K 男性	女性	100K 計	60K 男性	女性	60K 計	総計	年代別 比率
77	1		1				1	0.9%
75				1		1	1	
73	1		1				1	
72	2		2	1		1	3	
71	1		1				1	
70	1		1				1	
69				1		1	1	11.0%
68	1		1	2		2	3	
67	9	1	10	1		1	11	
66	3		3	1	1	2	5	
65	8		8	3		3	11	
64	4		4	3		3	7	
63	2	1	3	2		2	5	
62	8		8	1	1	2	10	
61	8		8	1		1	9	
60	8	2	10	2		2	12	
59	8	1	9	4		4	13	23.2%
58	8	1	9	2		2	11	
57	7	1	8	1		1	9	
56	10	2	12	6		6	18	
55	7	2	9	2	1	3	12	
54	10	3	13				13	
53	10	2	12	8	1	9	21	
52	16	2	18	3		3	21	
51	21		21	1		1	22	
50	11	2	13	2	1	3	16	
49	15		15	4	1	5	20	35.2%
48	12	2	14	6	4	10	24	
47	13	1	14	8	1	9	23	
46	18	2	20	2		2	22	
45	14	4	18	8	1	9	27	
44	19	3	22	4	5	9	31	
43	14	2	16	7		7	23	
42	12	3	15	3	1	4	19	
41	15	5	20	2	1	3	23	
40	17	5	22	3		3	25	
39	13		13	3	3	6	19	22.4%
38	7		7	3	1	4	11	
37	7	5	12	4	1	5	17	
36	12	4	16	4	2	6	22	
35	14	1	15	3	1	4	19	
34	8		8	3	1	4	12	
33	9	1	10	3	1	4	14	
32	10		10	4	4	8	18	
31	8		8	3	1	4	12	
30	6		6	1		1	7	
29	5		5				5	7.0%
28	1	1	2	2	1	3	5	
27	3		3	4		4	7	
26	3		3	1		1	4	
25	3	1	4	1		1	5	
24	1		1	1		1	2	
23	4		4	2		2	6	
22	5	1	6	2		2	8	
21	1		1				1	
20	3		3				3	
19	1		1				1	
総計	438	61	499	139	35	174	673	100.0%

4. 評価と課題、改善点について

1) 今年度の改善ポイント

項目	改善点と評価
新規導入	1) 震災復興基金を活用し『継走タイプ（リレーの部）』導入 2) インターネットを使った記録速報を導入 3) 自分の飲料等を預けることができる自分エイド（町野）を設置
宣伝	1) ランナーズ 9 月号（7 月発売）に広告宣伝 2) クラビズム 9 月号（金沢倶楽部発行）に継走の広告宣伝 3) 北陸放送で TV、ラジオ CM の展開
準備期間	1) 沿道小学校等に応援のぼり・応援旗の作成依頼 2) エコの観点から竹コップを実験的に実施（200 個）
前日	1) 前夜祭をとりやめ、誰もが参加できるおもてなしサロンを設置
会場	1) ゴール地点にお立ち台を設置 2) えびすだいこくの置物をスタート会場に設置
エイド	1) オロナミン C エイドの拡充
救護体制	1) 救護車を 3 台から 6 台体制に 2) 全エイドに救急用品を配置 3) 継走送迎も含め、貸切バスを 3 台体制から 4 台体制に増車
コース	→変更なし
その他	1) 能登空港利用のツアーの廃止（北陸新幹線利用へのシフト） 2) 宿泊施設に寺院を提供（NPO すずなり）

2) 各項目における評価

内容	主な評価
継走大会	- 県内交流人口を増やすと共にウルトラマラソンの登竜門として、開催したがいくつかの課題はあったものの、参加者の感想は好評であった。 - 継走の参加者はペースよく走るので、ウルトラランナーにとっても邪魔になるわけでもなく、逆にペースが良くなったり、元気をもらったとの意見があった。 - ランニング仲間ではなく、首都圏からの学生や会社仲間のグループもいた。 4 人でのゴールは感動的だった。（強制はしないがルール化した）
事前案内	- これまで以上にホームページの充実を図ってきた。過去参加者のブログや映像のリンク、当レポートなども掲載し、情報公開を図った。 - ホームページに高低表の掲載の要望があった。 - 記録速報を今年から導入したが、大好評であった。 - 大会事務局（日本旅行代行デスク）には基本的に大会に関するクレームが上がっていない。一部で、問い合わせがあったのは継走大会において、引継ポイントまでの移動方に関する問い合わせが多く発生した。
前 日	新たに交流目的で開始したおもてなしサロンおよび写真配布サービス（有料）は大好評であった。子供たちのサービスと映像も好評であった。

	・ 説明会での和太鼓演武は大好評であり、これなしでは成り立たない。 ・ 出店業者（スポーツ関連）も賑わっていた。
大会会場 コース	・ 会場設営に関してはおおむね問題はなかったが、ゴール時の照明が少なくなったとの指摘もあった。 ・ トイレの数もさほど問題を指摘されてはいない。 ・ コース設定に関しては、キツイなりの最大の絶賛と観光地訪問の評価
エイド	・ 今年も充実しているとの評価。
参加賞	・ 参加賞Ｔシャツ、メダルと共に大会の顔になりつつある。
運営	・ 概ね、運営に関してもスムーズ、ストレスなしとの評価。
その他	・ ゼッケンの年齢順についても好評 ・ 事前告知により、ライトの持参者も増えた。

3) 次年度の改善点（検討事項）

内容	改善点
継走大会	・ 1区でタスキを回収するミス→スタッフが追いかけて、クリアした。 （改善策）→担当者間の指示・命令系統の確立 ・ 移動バスの集合に関して、インフォメーションが少なく、集合時に戸惑った。 ・ 移動バスの時間を数本設定したため、収集に戸惑った。 （改善策）→集合時間を1本化して、早めに中継ポイントに運ぶ。そのためには中継点で選手が長時間待機できるスペース等の確保が必要 ・ 参加賞のメダルが同じでいいのかは次回以降、検討
事前案内	・ さらなるホームページ、フェイスブックでの発信力を高める。 ・ 早めのDM告知を実施する（2016年3月頃実施）
大会会場	・ 大会会場の照度をあげる ・ ゴールのお立ち台については、高さを低く設置する ・ ゴール地点でコーンを設置し、関係者しか入れないエリアを設ける→写真撮影に支障があるため
コース	・ 第5回大会は現状維持とするが、次回以降は、白崎付近の調査を1年通じて検討する。
暗闇対策	・ ライトの持参を推奨ではなく、絶対的な案内に変更する。 ・ 95キロから99キロ付近の狭い部分について、コーンに灯りを設置するなどの対策を検討する。 ・ ライトの移送については、名札が外れやすいため、ビニール袋などに入れて運ぶことを検討する。
エイド	・ ゴールのお蕎麦を参加人数分以上に確保すること ・ オロナミンCが切れていたというクレームが多々あった。 ・ コーラなどの炭酸系をさらに増やす。 ・ 沿道の自販機が全て売り切れていた。（対策）事前に所有者に情報提供する ・ 自分エイドについては雨天対策が必要
ツアー	・ 2泊3日のコースを次年度は設定する。 ・ 金沢駅行のバスの出発を時間差つけて、揃い次第出発させる。

5. 参考資料

1) 新聞記事（北國新聞10月19日）



2) 写真記録（提供物等）



おもてなしサロン



参加賞Tシャツ



おもてなしサロン

各エイド提供物



菓子パン



柿の葉寿司



ボンカレー



日本製粉提供パスタ



塩釜でじゃがいも



豚汁



能登井エイド

3) 大会ランキング～ランネット評価レポートランキング

全国のウルトラマラソンの部 第8位 (94.1点) レポート数 30件

順位	評価平均点	大会名
1	98.5点	第10回隠岐の島ウルトラマラソン(島根県)
2	97.6点	第5回 北オホーツク100kmマラソン(北海道)
3	97.4点	第6回 安芸太田しわいマラソン2015(広島県)
4	97.3点	第21回四万十川ウルトラマラソン(高知県)
5	96.2点	第17回奥熊野いた天ウルトラマラソン(和歌山県)
6	95.7点	第18回村岡ダブルフルウルトラランニング(兵庫県)
7	95.3点	第4回飛騨高山ウルトラマラソン(岐阜県)
8	94.0点	第4回 能登半島すずウルトラマラソン(石川県)
8	94.0点	第22回奥武蔵ウルトラマラソン(埼玉県)
10	93.6点	第23回武庫川ユリカモメウルトラ70kmマラソン(兵庫県)

常にベンチマークしている白山白川郷ウルトラマラソンの結果は評価点 92.8 点 (レポート数 28)

ランキングの集計は2015/11/20 03:15時点のものになります

4) 全国のウルトラマラソン大会（黄色は著名な大会）

No	大会名	種目	場所	距離	ランネット 順位
1	2015.1.10(土)	第32回東京湾一周ジャーニーラン	東京都中央区	179km	
2	2015.2.28(土)	第5回小江戸大江戸200k	埼玉県川越市	203km	
3	2015.3.7(土)	ブレ・太陽の道マラニック	大阪府堺市	48km	
4	2015.3.22(日)	陶芸の里めぐり駄馬マラニック2015	長崎県波佐見町	65km	
5	2016.3.27(日)	第12回伊豆大島ウルトラランニング	東京都大島町	100km	
6	2015.3.29(日)	第24回続・徳川家康追跡マラニック50km	京都府京田辺市	50km	
7	2015.3.29(日)	OSAKA淀川ウルトラマラソン2015	大阪府枚方市	100km	
8	2015.3.29(日)	つまみ食い平戸街道ウルトラ駄馬マラニック100km	長崎県平戸市	100km	
9	2015.4.1(水)	本州縦断・青森～下関1521kmフットレース2015	青森県青森市	1521km	
10	2015.4.5(日)	第2回つるみ川55kmみちくさウルトラマラソン	神奈川県横浜市	55km	
11	2015.4.11(土)	第10回戸田・彩湖フルマラソン&ウルトラマラソン	埼玉県戸田市	70km	
12	2015.4.11(土)	第10回天女の羽衣伝説ウルトラマラソン	滋賀県余呉町	71km	
13	2015.4.26(日)	第26回富士五湖チャレンジ	山梨県	112km	
14	2015.4.26(日)	第10回知多半島一周ウルトラ遠足	愛知県常滑市	100km	
15	2015.4.26(日)	第7回水都大阪100kmウルトラマラニック	大阪府大阪市	100km	
16	2015.5.3(日)	第2回 Wings For Life World Run	滋賀県高島市	100km	
17	2015.5.3(日)	第23回武庫川ユリカメウルトラ70kmマラソン	兵庫県西宮市	70km	10位
18	2015.5.4(月)	2015長崎橋湾岸スーパーマラニック273春のステージ	長崎県長崎市	173km	
19	2015.5.9(土)	備中高梁歴史街道ウルトラマラニック	岡山県岡山市	80km	
20	2015.5.10(日)	吹屋～宇治 ふれあいマラニック	岡山県岡山市	22km	
21	2015.5.16(土)	第4回 東島坊 愛のマラニック	福井県坂井市	103km	
22	2015.5.17(日)	第9回 歳の鬼あし多摩川ランニング50km&20km	東京都日野市	50km	
23	2015.5.17(日)	第20回記念 鯖街道ウルトラマラソン大会	福井県小浜市	77km	
24	2015.5.17(日)	第19回赤穂ウルトラマラソン大会	兵庫県赤穂市	100km	
25	2015.5.17(日)	第22回星の郷野辺山ウルトラマラソン	長野県	100km	
26	2015.5.17(日)	第1回 石垣島ウルトラマラソン	沖縄県石垣市	60km	
27	2015.5.24(日)	第24回 チャレンジ磐梯吾妻スカイライン	福島県福島市	66km	
28	2015.5.24(日)	博多唐津ウルトラマラニック大会2015	福岡県福岡市	106km	
29	2015.5.26(火)	九十九島ウルトラ駄馬マラニック2015	長崎県佐世保市	99km	
30	2015.5.30(土)	第3回三浦半島100km・60kmみちくさウルトラマラソン	神奈川県三浦市	100km	
31	2015.5.31(日)	第22回2015えびす・だいこく100kmマラソン	島根県松江市	100km	
32	2015.6.6(土)	柴又100K～東京⇄埼玉⇄茨城の道～	東京都葛飾区	100km	
33	2015.6.6(土)	第25回阿蘇カルデラスーパーマラソン大会	熊本県阿蘇市	100km	
34	2015.6.7(日)	第15回利尻島一周悠遊賢人G	北海道利尻富士町	55km	
35	2015.6.7(日)	第22回奥武蔵ウルトラマラソン	埼玉県毛呂山町	78km	9位
36	2015.6.7(日)	敵は本能寺にありマラニック	京都府亀岡市	45km	
37	2015.6.7(日)	2015第8回再生神話の郷(さと)マラニック	鳥取県大山町	52km	
38	2015.6.7(日)	第1回 周防大島スーパーマラニック	山口県周防大島町	100km	
39	2013.6.8(土)	2013 ブレ・Kansupa ハーフ <160km>	兵庫県宝塚市	160km	
40	2016.6.12(日)	第5回飛騨高山ウルトラマラソン	岐阜県高山市	100km	7位
41	2015.6.14(日)	第11回いわて銀河100kmチャレンジマラソン	岩手県北上市	100km	
42	2013.6.15(土)	第5回郡山布引高原風の谷ウルトラマラソン	福島県郡山市	100km	
43	2015.6.20(土)	第2回 サンセットビーチランin京丹後	京都府京丹後市	○	
44	2015.6.21(日)	第10回隠岐の島ウルトラマラソン	島根県隠岐の島町	100km	1位
45	2015.6.28(日)	第30回サロマ湖100kmウルトラマラソン	北海道湧別町、佐呂間	100km公認	
46	2015.6.28(日)	伊万里平戸ウルトラジョグトリップ	佐賀県伊万里市	100km	
47	2015.7.4(土)	東高野街道マラニック<約57km>夜～朝コース	京都府八幡市	57km	
48	2015.7.11(土)	第10回記念大会磐梯高原猪苗代湖マラソン	福島県猪苗代町	50km	
49	2015.7.18(土)	第33回東京湾一周ジャーニーラン	東京都中央区	182km	
50	2015.7.18(土)	第7回Over Night 60kmみちくさウルトラマラソン	神奈川県横浜市	60km	
51	2015.7.25(土)	2015夜叉ヶ池伝説マラニック	岐阜県神戸町	135km	
52	2015.7.26(日)	第5回北オホーク100kmマラソン	北海道浜頓別町	100km	2位
53	2015.8.15(土)	第8回Over Night 60kmみちくさウルトラマラソン	神奈川県横浜市	60km	
54	2015.8.21(金)	西高野街道マラニック<約100km>夜行2日コース	大阪府堺市	103km	
55	2015.8.30(日)	木曾町グレートトラバース100kmウルトラマラソン	長野県木曾町	100km	
56	2015.9.4(金)	2015太陽の道ウルトラマラニック	大阪府堺市	200km	
57	2015.9.6(日)	鶴岡100kmマラソン	山形県鶴岡市	100km	
58	2015.9.12(土)	2015びわこ周遊ウルトラマラニック	滋賀県大津市	200km	
59	2015.9.13(日)	第3回白山・白川郷100kmウルトラマラソン	石川県白山市	100km	
60	2015.9.20(日)	第18回雁坂峠越え 秩父往還153km走	山梨県甲府市	153km	
61	2015.9.20(日)	第5回 とことん諏訪湖を楽しむ会	長野県岡谷市	64km	
62	2015.9.20(日)	第15回2015歴史街道・丹後100kmウルトラマラソン	京都府京丹後市	100km	
63	2015.9.20(日)	第6回安芸太田しわいマラソン2015	広島県安芸太田町	100km	3位
64	2015.9.21(月)	第10回記念大会 北海道・千歳・支笏湖ウルトラ遠足	北海道千歳市	100km	
65	2015.9.21(月)	第10回佐渡島一周エコ・ジャーニーウルトラ遠足208km	新潟県佐渡市	208km	
66	2015.9.27(日)	秋田内陸リゾートカップ第25回100キロチャレンジマラソン	秋田県仙北市	100km	
67	2015.9.27(日)	第18回城内坂ウルトラマラソン大会	栃木県益子町	100km	
68	2015.9.27(日)	第18回村岡ダブルフルウルトラランニング	兵庫県香美町	100km	6位
69	2015.10.3(土)	第4回所沢ロード to モーニング(所沢ウルトラナイト)	埼玉県所沢市	100km	
70	2015.10.4(日)	第2回苗場山麓シオバーク津南ネイチャーラン	新潟県津南町	70km	
71	2015.10.4(日)	2015いこいの道・奈良～京都100km遠足	奈良県天理市	100km	
72	2015.10.10(土)	<大阪湾一周240km>	大阪府大阪市	240km	
73	2015.10.11(日)	2015芦屋浜潮風ウルトラマラソン大会	兵庫県芦屋市	70km	
74	2015.10.17(土)	第6回伊南川100kmウルトラ遠足	福島県南会津町	100km	
75	2015.10.17(土)	第1回 霧島ウルトラ旅マラソン	鹿児島県霧島市	100km	
76	2015.10.18(日)	第4回能登半島ずさウルトラマラソン	石川県珠洲市	100km	8位
77	2015.10.18(日)	第21回四万十川ウルトラマラソン	高知県四万十市	100km公認	4位
78	2015.10.25(日)	runinfo第2回ラガーナテンボス ウルトラマラソンチャレンジ	愛知県蒲郡市	60km	
79	2015.11.1(日)	2015関西夢街道グレートRUN (YumeGreatRun) 320km	兵庫県宝塚市	320km	
80	2015.11.8(日)	第2回神河町名水めぐりゆずマラニック	兵庫県神河町	43.6km	
81	2015.11.14(土)	第2回 南伊豆町100km・70kmみちくさウルトラマラソン	静岡県南伊豆町	100km	
82	2015.11.20(金)	2015長崎橋湾岸スーパーマラニック273秋のステージ	長崎県雲仙市	273km	
83	2015.11.29(日)	山城国一揆マラニック	京都府京田辺市	50km	
84	2015.12.19(土)	2015神宮外苑ウルトラマラソン	東京都新宿区	50km	

6. 費用対効果の検証

1) 宿泊者による経済効果

①宿泊者想定、宿泊費想定 約 450 人 5,500 千円

(仮定) 793 人の内、県外参加者は 564 人であり、約 8 割が宿泊施設を利用したと仮定

■オフィシャルツアー（日本旅行取扱分）日本旅行取扱分のツアー収入は 2,800 千円（115 人）

●のときんぷら、海楽荘など宿泊のみの申込者 30 人 約 300 千円

●金沢発着のオフィシャルツアー（ビーチホテル、海楽荘、輪島ルートイン）85 名 約 2,500 千円

■NPO 法人すずなり扱い 宿泊者数は 150 人泊 約 1,275 千円（平均宿泊単価 8,500 円と仮定）

■その他宿泊者想定（上記を介さずに直接、参加者が民宿等に申込みケース）

一人あたり単価を 8,500 円と想定すると $8,500 \text{ 円} \times 180 \text{ 名} = 1,530 \text{ 千円}$

2) 経済波及効果分析（奥能登地区で発生したもの）

①直接的費用効果 3,800 千円

■大会運営における地元業者発注分（印刷業者、警備会社、看板作成業者）約 3,000 千円

■選手輸送（北鉄奥能登バス、すず交通）約 800 千円

②間接的費用効果 2,390 千円

■土産品購入 1,200 千円（想定@2,000 円×600 人）

■温浴施設利用 150 千円（想定@500 円×300 人）

■大会前日昼食 240 千円（想定@800 円×300 人）

（前日受付者 400 名のほとんどが能登エリアで昼食を取ったと仮定）

■給油 800 千円（車で来場した 400 台のうち 3 割の 120 台が給油したと想定）

直接的効果と間接的効果を含めると 約 12,000 千円（宿泊効果 5,500 千円を含む） 近くの経済波及効果が地元にあったと想定する。なお、大会運営費用は約 15,000 千円である。



7. 参加者からの評価

1) ランネットからのご意見（文面はそのまま掲載しています）

黄色は改善ポイント ★印は改善案

下線は評価ポイント

（評価点 99）

大会発足から 4 年連続出走でした。完走できたのは初回大会の 60 キロコースのみで、2 回から今回までの 100 キロコースは全部 DNF。今回は 71 キロでタイムアウト、前は 83.5 キロ、前は 83 キロでアウト。10 回のウルトラマラソンに出走していますがまだ 100 キロの走力がありません。このレースのユニークさはナンバーカードの年齢順というものです。77 歳の 1 番の方とは 45 キロまでついていけましたがどんどん離されました。見事喜寿の完走でゴールで出迎え握手しました。73 歳の 2 番の方とは 70 キロまで一緒でしたがお互い第 3 関門で打ち死にしました。素晴らしい能登の光景が広がり景色を堪能しました。一つだけ残念だったのが エイドの能登塩の美味しいおいもにありつけなかったことです。スタッフと声援を送ってくれた方々に感謝です。

（評価点 87）

初参加です。人気の四万十川ウルトラマラソンと日程が被りつつもこの集客力は凄いです。このウルトラマラソンの魅力は、

- ・ 辺境の地だがツアー等がしっかりしている
- ・ 地元の魅力が満載の坂だらけコース
- ・ ランナーのことを本当によく考えてくれている
- ・ 運営の人たちが楽しそう。資金の割に運営レベルが高い。
- ・ 完走メダルがなんと、焼き物

です。正直、体はボロボロですが見合う体験が出来たと思います。80km 過ぎには脚がやられて下りが走れなくなってちょっと焦りました。(笑) 拙い提案ですが大会 HP にコースの高低図と、キツめの坂に印付きで掲載するのはどうでしょうか。本当に終始坂だらけで心が折れそうになるので、事前に高低差が分かると完走率が上がる気がします。

★コース高低図は次回以降、掲載する。

（評価点 71）

能登各市町村各方面の結束力を感じる大会でした。虎之助から始まり、手作りの完走メダル！良かったです。「競争ではない」とうたった大会ですがあの起伏のコースをプラス 2 キロで 1 4 時間は立派なレースです。こんなに素晴らしいコース、完走率を上げるのが課題ですね。

（評価点 96）

昨年能登観光をして、NHK の朝の連続ドラマ「まれ」に触発され参加を決意。走りながらの景色をみて、この景色はこのシーンで使われたとか疲れを忘れさせるコース設定でした。但し、禄剛崎灯台を降りてからのゴールまでの坂はきつかったです。ドラマをイメージできませんでした。これも実力のうちです。地球外生命体も走るこの大会、来年もトライしてみようと思います。能登の人たちのおもてなしにも感謝でした。

(評価点 89)

沿道の皆さんや誘導係りの方々が限なく応援してくれて、ありがたかったです。天候に恵まれ景色、眺めも良く気持ちよく走ることが出来ました。改善要望を挙げるとすれば、シャトルバスとツアーバスの乗降場所をはっきりと分けてほしい。スタッフの方の声掛けだけでは心許ないと思いました。

あと、完走メダルに100kmの部等の表記を入れてほしいです。ともあれ運営していただきありがとうございました。

★バスの乗降場は2台から3台程度しかないので現状のままとする

★メダルについては賛成意見もあり、好みの問題とも考えられる

(評価点 90)

同日開催の大会抽選に外れての参加でしたが、地元の方の一生懸命さが感じられ、楽しい大会でした。コースは後半のラケット道路はきつかったですが、景色最高で疲れも少し癒されました。強いて言うなら、ひとつ。ツアーバスで行ったんですが、帰りのバスはゴール後、2台同時ではなくて、1台は満員になり次第出発するなどしていただければと思います。早くゴールすると、食べるものもない体育館ですずっと待たされるのでしんどかったです。でも、来年も行くと思います。

★次回以降、金沢駅行のバスが2台となるのであれば、1時間先に出すことを検討する

(評価点 93)

今回初参加しました。記録は制限時間ぎりぎりでしたが、何とか完走？、完歩できました。45Kの千枚田の折り返し過ぎから、膝・足首の激痛に耐えられずに、残り約55K、約9時間を歩きました。しかし、そんな歩いている私に沿道やエイドの方々などが温かい声援を送ってくれたこと、そして、能登の最高の景色のおかげで、気力・体力が最後まで持ちました。ありがとうございました。また、エイドで食べたカレーやパスタなど、おかわりできて嬉しかったです。個人的にはジャガイモが一番おいしかったです。後半のオロナミンCと能登牛カレー、ゴール後のそばが無くなっていたのは残念でした。記録はちょっと残念でしたが、人、景色、食事はとても良い大会でした。

★特にオロナミンCが不足した意見が多い。今後は箇所にはばら撒くより、通過人数分を必ず配置したい。また、ゴール後のそばについてもスタッフ用でもあったが、ランナー分はしっかり確保していくべき。

(評価点 97)

四万十にエントリーしていたが面白そうなこの大会を知り、抽選結果が出る前にこっちを選んだ選択は正解だった。噂通り起伏が多くて、永遠に平坦が続くよりはハリウッド映画のように起承転結のあるこのコースが自分は好き。青い空を上を里山、青い海を下に沿岸部を走り、能登の名所を巡れたのはすごく楽しかった。白川郷の翌月で完走に自信は無かったが、景色と天気が疲れを忘れさせてくれたおかげ。大会もこれまで多々失敗してきたようだが、自分が走った分には何の問題も無かったし、エイドやコース上の応援も嬉しかったし、えびすだいこくのように継走の車両が邪魔する事もなく、安全に走れて良い。これ以上の改善を要求するのは酷だと思う。敢えて言うなら最後の暗闇区間は危険なので道路端に連続で点滅ライトを置いてほしい。目にも良いコース、エイドで能登名物と楽しい会話があり、味のあるTシャツやメダルが貰え、久し

ぶりにテンションが上がったアットホームな大会。関係者やボランティアの方々に感謝。あと、92キロエイドのアイドルに会えたのも嬉しかった。ドッグフードのお土産を持参して走った甲斐があった。

★今後も、継走の部では、参加者が車で移動しないよう計画すべき

★暗闇区間についてはさらに点滅ライト等の要検討

(評価点 98)

写真で見たラケット道路。これが頭から離れず参加を決めました。コースは厳しいものの、日本の原風景のような素晴らしい環境の中を走らせてもらえました。豊かな自然、人のやさしさに包まれて走れるという充実感、満足感、安心感、感謝の気持ち、そして感動を全身で感じました。スタッフの皆さんの熱意とさりげない心配りを随所で感じ、「心は一つ、道は厳しく、人はやさしく」通りで、能登の文化水準の高ささえ実感できた気がします。走路に捨てられたゴミなどもなく、この大会の参加者のレベルも高いと感じました。私も一参加者として節度を守って大会をさらに盛り上げて行きたいと柄にもなく思っていました。スタッフの皆さん、ボランティアの皆さんありがとうございました。また、一緒に走らせていただいた、三重のYさん、富山のNさん、金沢のIさん、これまでで最高の楽しい旅ができました！感謝です。

(評価点 84)

主催者とボランティアスタッフの熱意を感じさせてくれる大会でした。エイドは充実していて、給食、給水も十分です。エイドの間隔も短く感じるぐらいでした。スタッフの声援、サポートも素晴らしい。反面、沿道の応援はあまりありません。特にゴール直前の応援が無いのは寂しいと感じました。コース的には、適度なアップダウンがあり、里山、外浦の奇岩、内浦の名所を巡る楽しめるものです。ただ、千枚田への往復コースは歩道が狭い上に、一部、ホースが這っていて、引っかけそうになり、走りづらく感じました。それと、車（観光客？）の往来が多く、道が狭いところをけっこうなスピードで脇を抜けていくので、怖いと感じたことがありました。ゴールのお立ち台のような演出には驚きましたが、ゴールテープが見えないので、かえって、無い方がいいと思います。少々、苦言を呈させていただきましたが、ローカルな場所で、一生懸命、手作りされているのは非常によくわかります。今後も、少しずつでも良いので、改善していただき、より良い大会にしていっていただきたいと思います。

★国道部分で道が狭い箇所については、スピードダウンを促すスタッフの配置を今後検討すべき

★ゴールのお立ち台は、趣旨は良いので、高さを低くするよう検討。また、カメラマンからはゴール部分の照度が少し足りない指摘があった。また、ゴール後にすぐにメダルを渡すとシャッターチャンスがなくなるので、しばらく経過したら渡したいところ。

(評価点 100)

坂多いしラケット道路とか長い！狼煙灯台とか寄り道であんな坂ありかよ！海暑い！なんで100kmの大会なのに2kmも長いんだよ！・・・と後でうれしそうに語るのがウルトラランナーこれが道が平坦だったらつまらないとか、距離が500mでも短かったら本気で文句いうのもウルトラランナー

この大会はドMが多いウルトラランナーのことをよく理解して設計されていると思う。狼煙灯台のイジメは主催者の愛さえ感じる。完走率低いが運営に頼らずランナーの努力で上げていきたい。とにかくキツさとお楽しみのバランスが素晴らしい（山は坂道と紅葉、海は暑さと絶景）。エイドも充実（オロC、パスタ、カレー、能登井、珠洲塩&芋等）。開会式の演出、ゼッケン年齢順の工夫、ドロップバッグも2箇所と進化。

トンネル1車線貸切るなんてすごい。ウルトラの全てが詰まった素晴らしい大会。大会自体は満点だがツアーには物申す。飛行機プランなくなり東京から6時間もかかる。飛行機でも料金大差ないのに。2泊プランもなくなり本当に走るだけで珠洲も輪島も観光できない。スケジュール及びプランの再考を。2日目和倉温泉宿泊オプション等あるといいと思う

★2泊プランおよび飛行機プランを再検討する。和倉温泉は片道1時間半要するのでツアーとしては検討する予定なし

(評価点 100)

山あり、海あり、絶景あり、名所もあり最高の大会。今回は昨年に続き2回目の参加でしたので、覚えていましたが、今年も感動しました。観光客がいる中、そのような名所を走れるのも優越感があり良いところです。とてもつらいがウルトラランナーの心をつかんでいる大会だと思います。ゴールの演出や、インタビューもあり心に残ります。来年も参加する予定どころか、ドライブや観光も行く予定です。大会関係者や地元の方、素晴らしい大会ありがとうございます。

(評価点 96)

散りばめられた楽しさ。飽きないコース、そして自然と苦しみが増えていく不思議なコース。10キロは並んでまで鳴らす軍艦島の鐘、20キロ、薄らと夜が明けていく田園風景、30キロは登りとはいえ、継走大会の2区が元気よくひばってくれる。40キロは、新設された『自分エイド』、50キロは折返しのランナーとハイタッチ！60キロはいまさらカーボローディングの Pasta、70キロは塩ゆでジャガイモ、80キロ手前のお祭リエイド、90キロ手前の灯台一周、そして豚汁わんちゃん、ゴールは最後にまた坂かよ！と思わせるお立ち台のような赤絨毯。と楽しさと苦しみがコラボする盛りだくさんの内容です。ちょっととぼけた委員長、できるだけリタイアを待ってくれる審判車、ずっと拍手を続けるボランティア、ランナーに強引に柿のお土産を渡すおばあちゃん、神主、豚汁わんちゃん、宇宙人&きいーってやる女性芸人とバラエティーな役者ぞろい、みんなが主役の大会です。実行委員の有志だけでよくぞ、こんな楽しい、そして思いやりのある大会が運営されていることにリスペクトです。

(評価点 94)

一昨年に続き四万十が外れるとエントリーする浮気なランナーですが、今年は天候にも恵まれ、能登の景色を堪能出来ました。タイムも凍える寒さだった一昨年よりは数分落ちるものの、きつい上り坂以外は最後まで走り通すことが出来、達成感を味わえました。86km 地点の狼煙灯台に続く坂道は「走る所じゃないよ～」と今年も突っ込みを入れたくなりましたが、間違いなく記憶に残るコースです。沿道の応援は少ないものの、ボランティアやスタッフの気持ちが伝わる大会だと思います。私の見た範囲では立ち〇〇〇をするランナーもおらず、他の大会よりマナーも良いのでは？欲を言えば、オフィシャル・ツアーにはもう一工夫欲しいです。参加人数の都合で難しいのですが、能登空港利用の2泊3日のツアーが無くなり、金沢からのバス送迎1泊2日のみになっていました。「お財布に優しいツアーです」となっていました。新幹線の無くなる時間に金沢へ戻っても、宿泊代が勿体なくて夜行バスで帰り、身体には優しくありませんでした。マラソンの後には珠洲にもう1泊し、ゆっくり温泉や宿の食事を楽しみたかったです。

★能登空港利用は次回は検討および2泊3日プラン（金沢発着）を検討

(評価点 100)

昨年に続いての参加。昨年は台風接近の中での開催で、強風で肌寒く鉛色の海しか見れず。今年は暑いぐらいのいい天気で青い海、里山の風景と景色は最高でした。昨年からの主な変更は、(1)ランナーズアップデート(2)自分エイド(急遽追加されましたが)(3)ゴール前のレッドカーペット&お立ち台、ウルトラでなければいらないと突っ込みたくなりますが(笑)エイドに関して、コーラを置いてるところが増えてよかった。間隔・提供物とか十分。**ただ、63-69kmの6kmは長かった。**この間海岸線で景色もあまりかわらず、日差しをたっぷり受け、きつかった。後半ほとんどのエイドにかぶり水があり、助かった。今年は実行委員の方も走られたので、来年また進化するでしょう。また、来年！(四万十川が当たったら浮気するかもしれませんが、多分当たらない！いまだかつてあったことがない)

★コーラはほとんど設置していないが、次回からは検討

★63キロ～69キロ区間についても要検討

(評価点 98)

100Km は初の試み！ここを狼煙灯台の坂、ラケット道路やその他の坂も一步も歩かずゴール出来たのは、能登の素朴で温かいボランティアやスタッフの方々のおかげだと思います。途中気持ち悪くで吐きそうな時がありましたが、すべてのエイドを利用させて頂き、102Km 完走しても、体重が増えてました(笑)自分用の飲食も 3 箇所ですべて受けとれ、スペシャルドリンクや痙攣用の粉末も飲用でき、痙攣なしでしかも最後まで足にすることがなく、完走できました。前日の輪島の太鼓もすごいですね～ また目頭が熱くなりました。来年も参加したいと思います。どうもありがとうございました。

*自分用の飲食は正式には 2 か所

(評価点 87)

第 1 回大会から 4 年連続で参加していますが、毎年少しづつ良くなっています。今年は「自分エイド」が登場し、こちらにはエネルギーゲルを置かせて頂きました。おかげでウエストポーチの中身が減り軽くなりました。昨年に比べて参加人数が倍になった影響があり、カレーエイドでは千枚田から折り返してきたら品切れになっている食べ物もありました。順位的には真ん中よりも少し前を走っていたので、後ろの人はどうなったのかな？と思います。寺家エイド付近から日が暮れる選手もいると思いますが、ほとんどの方が支給されている反射タスキのみでした。**ライト持参を徹底するのが良い**と思います。最後にメダルに関してですが、参加人数が倍になったので珠洲焼を作るのも大変だとは思いますがひどすぎますね。**メダルを見た人が「これなんて書いてあるの？」って聞いてきます。**毎年デザインが異なりコレクションする楽しみがあったのですが、クオリティの低さにがっかりしました。来年も「新幹線とドラマ」の効果で参加人数は増えると思いますが、大会運営も回を重ねるごとに良くなっているので、最後の 1 つで手を抜かないでください。

★ライト持参についてはさらに強く、要請を促す...



(評価点 91)

毎年細かい所が改善されて、走りやすい大会になってます。全国各地大会に行ってますが、十分良いと言えるレベルの運営になったと思います。あれもこれも要求すれば、参加費用も上がりますし、すべてを要求するのは酷というものです。今年気になったのは、照明設置なくなりました？あったならいいのですが、去年見かけたのが今年は無かったような。明るいうちにゴールできたのでいいですが、終盤遅い人は真っ暗の道走るの怖いからです。後、完走メダルが過去最低とありましたが、私は今年のが一番良いと感じました。これは、好みですかね。後、受付会場での交流ブースはよかったですね。レースは、自分エイドの設置も非常によかったです。来年もやっていただきたいです。

★会場の照明については要調査

(評価点 100)

参加賞やメダルは他大会に見られないクオリティの高さ。(´・ω・`) コレショウブ T シャツニシマス
最後尾グループ 70km リタイアランナーですが飲食物で不足はありませんでした。舟木谷峠からの千枚田往復は修行区間。海岸線の区間でコーラが欲しくなりますがここは我慢して塩田村エイドで珠洲塩を(´▽`)つ t[]パンチキテマス 隅々までランナーの事を気遣っていただいた運営で文句のつけようが無いです。北陸のお蕎麦も美味しかった。回収車さんも頻繁に通って気を配っていただき安心して走れます。実行委員会やボランティア、私設エイドの方々には感謝でいっぱいです。走行中は疲労困ぱいで応援の言葉に返答できなくてすみません、皆さんの言葉は耳に入って力になってます。(´Д`°)。ラインモオネガイシマス 緑星人さんと PJO さんは毎年強制参加でお願いします(笑) 写真でしか見れてないのですがあのワンちゃんは反則でしょ(*´Д`*) ハハハ日本屈指の大会にまっこう勝負しかけたどころか、もしかしたら No2 ウルトラ大会をくってやったかも(￣ー￣)ニヤリ

(評価点 96)

スタッフ、ボランティアの方々が大会を成功させる為、事細かく選手の事を考えて頂いている大会だと思います。今回、急遽追加された自分エイドもその1つだと思います。大手主催のレースには有り得ないサービスだと思います。エイドでのスタッフ、ボランティアの方々のサポートがなければ、このコースを完走することは難しい大会かもしれません。本当にイジメられ甲斐のある大会です。Garmin の計測では、最高高度 210m、高度上昇 1106m とそんなにハードなコースではないと思いますが、7月に出場した国内トレイルレースの難易度ランキング7位のおんたけウルトラトレイル 100Km よりハードなコースに感じました。精神的には後半の海岸線を走っている時、遥か彼方にこれから登らなければならない長〜い坂道が見えてしまう事、肉体的には、細かいジャブ(坂)を打たれ続けたボクサーのような感じかもしれません。なにとはともあれ、大手主催の味気ない大会とは違い、地元色のあふれたエイド、スタッフ、ボランティアの方々とのふれあいを堪能できる大会です。また、来年も参加させていただきますので宜しくお願い致します。

◇左写真：

折り返しの
舟木谷峠



◇右写真：

狼煙灯台へ



(評価点 94)

今回、初参加でした。今年は天気も良く気持ち良く走ることができました。ただ、ここ数年は天気が悪かったという情報もあり、暑さ（発汗）対策がおそろかになっていました。60kmから脚が攣る予兆があり、大きく失速…。自然休養村の味噌汁で復活し、ラケット道路を軽快に駆け上るも、祿剛崎の嫌がらせとも言える急坂の上り下りで完全に足がやられました。狼煙のエイドで腰を掛けて休んだのが原因かもしれません。そこからはどんなに遅くても歩かずに、とにかく我慢し続け何とか完走できました。天気が良く、9月末の村岡からの転戦で気負いもあって前半のペースが想定より早くなりすぎてしまいました。坂はそれほど苦にはなりませんが、ボディブローのようにジワリと効いてくるので、対策はしっかりとしておいたほうがいいでしょう。今回、本当に天気が良くて気持ち良かったです。沿道からの声援もうれしかったです。あと、大会の顔ともいえるカトルス星人さんに会えたのもうれしかったです。

(評価点 93)

レース後のGPS表示は累積標高差2,200m。高低差はそれほどでもないけど、歩かずイケそうな短い坂が連続していて逆にツライ。40kmくらいで左膝が痛みだし80kmから下りはまったく走れない状態に。なんとか15分前にギリギリ完走。運営上の改善点

1. 自分エイドは紙で渡されたが、説明がなかったの で詳しく見てなくてわからなかった。2. 標高差データは事前案内に掲載してほしい。ラミネートして携帯したい。3. 79KオロナミンCと87K能登牛カレー、ゴール後の蕎麦が品切れ、になってました。4. アミノバシューばかりではなくて、コーラもほしい。5. エイド案内を設置してほしい。(エイドまで500mなど)ランナーの生きがいとまでは言わないが、これがあると頑張れる 6. 100Km通過時点の実感。あと2Km、これ要る？(笑)

総評 前日食べた能登丼、受付時に貰ったお土産ガイドで、良い買い物ことができました。73Kの子供たちのハイタッチなど、地元ボランティアの方々には本当に感謝です。来年も参加出来たら、よろしくお願いします。



2) フェイスブックからの感想（記入者名は略）

■竹コップ！最高でした。あれを持つことで腕全体が力まずいい感じです。2つ両手分が欲しくなりました。

■たいへんお世話になりました！！年々良くなっていく内容に皆様の努力と おもてなしの心が伝わってきましたよ。

■年齢順のゼッケン、Good です。2 桁ランナーにぶっちぎられるのはプレッシャーになりました。

■いつかウルトラに出てみたいと思い、この大会を選んでみました。ボランティアの皆様のおかげで、なんとか完走できました。ありがとうございました。また出たいと思います。

■八太郎峠を降りた集落の家からひょっこりおばちゃんが出てきて呼ぶから、何かと思い近づくとな量の柿を頂きました。一人で食べきれないので次とその次で頑張ってるボランティアに譲りましたが、そういうの含めて、アットホームな大会で何かと面白かったです。（重かったけど初めてバックパックが役に立った気がする…）関係者、ボランティア、ランナーの方、ありがとうございました。

■準備してくださったスタッフのみなさんボランティアの方々ありがとうございました(^.^)走りながら景色を楽しめて、エイドでお話しできて、能登のジャガイモを貰いお土産に持って走りました

■FB で失礼いたします。土曜日にヘッドライトを受け取りました。私がゴール地点で受け取り忘れてしまったものを、わざわざご配送いただきありがとうございました。ご丁寧なお礼状までいただき、恐縮するばかりです。素晴らしい大会をありがとうございました。

■初参加でした。残念ながら、73km 地点でDNF となりましたが、素晴らしい景色とスタッフの方々のおもてなしが、記憶に残る素晴らしい大会でした。唯一の心残りだったのが、エイドで預けたヘッドライトを取り違えられて、レース後受け取れなかったことでした。ところが、後日丁寧なお手紙と共に、自宅宛に送って頂きました。ボロボロのヘッドライトですが、数々のレースと一緒に走った思い出の品なので、とても感激しております。この場をお借りして、お礼申し上げます。本当にありがとうございました。

■襷を回収されたチームの代表です。一区を走った者は、回収するスタッフが話しも聞かず、いきなり奪ったと話してました。今となっては笑い話ですがそのまま返せず失格になっていては笑い話にもなりません。しっかり改善して頂きたい部分です。

■60km の部に出ました思い出すとあとからジワジワ笑いがでる、つつこみどころ満載の大会でした。走りはいまいちでしたが、また行きたいなあと思います実行委員のみなさん、お疲れさまでした。

■継走の部に参加しました。本当に楽しく暖かい大会でした。ゴールは涙チョチョぎれ、感動の嵐



◇左写真：自然休養村エイド 右写真：スタート時映像

8. 第5回大会の方向性（案）

●大会概要（案）

■大会名	第5回 能登半島すずウルトラマラソン 同時開催予定 第2回 能登半島すずウルトラ継走大会
■主催者	能登半島珠洲ロードレース協会
■開催日	10月16日（日） 前日受付・説明会も開催
■開催地	石川県珠洲市、輪島市
■募集スケジュール （案）	公式発表：平成28年2月1日（ホームページ掲載も同日） 募集開始：平成28年4月1日 募集締切：平成28年8月20日
■種目 及び目標参加者数	◇100キロの部 600名 ◇60キロの部 200名 合計800名 ◇100キロ 継走の部（4人1組：80組＝320名） 個人の部、継走の部あわせて1120名
■コース	◇100キロ・継走の部（制限時間14時間） 正式には102キロ ◇60キロの部（制限時間9時間） 正式には62キロ
■参加費用（予定）	◇100キロの部 16,000円 ◇60キロの部 11,000円 ◇継走の部（4人1組）20,000円 （第4回と変更なし）
■後援（予定）	石川県、珠洲市、珠洲市教育委員会、輪島市、輪島市教育委員会、北國新聞社
■企画運営協力	(株)日本旅行
■特別協力（予定）	北陸放送(株)
■協力企業（予定）	大塚製薬(株)、日本製粉(株)、ミズノ、ファイテン 他

●大会の開催の考え方

■大会テーマ	心はひとつ、道は厳しく、人はやさしく能登の道（第1回から継続）
■大会の目的	1) 奥能登と全国を結ぶ交流人口拡大（毎年500人のリピーターづくり） 2) 奥能登地区の住民の健康づくり、及び若年層の故郷愛の創出 3) 20百万以上の経済波及効果
■大会ビジョン	参加者にとって、珠洲は年2回訪れないといけない第二のふるさとにしてもらう
■本大会の特徴	1) 奥能登のメインの観光地および産物を十分に堪能してもらう 2) 数々のアップダウン等による完走率7割の厳しいコース設定 3) 地元ボランティアによるホスピタリティ（おもてなし）
■改善策	1) 継走大会の参加者数倍増 2) 誘導体制の強化 3) 市内の宿泊体制の強化（民宿、民泊、寺宿泊等の検討）→NPO すずなりに依頼
■長期目標	1) 第5回までは継続させる（～2017年） 2) コンスタンスに1000名の参加者を募る。リピーター率は4割を目標とする。 3) 能登井やワイン、塩など地域物産物と共に奥能登のブランド力向上に貢献する。 4) 参加、大会参画、ボランティアを含め、若年層を中心に理解を深めていく。小さい頃から具体的なホスピタリティを学ぶことができる大会を目指す。 5) 自治体と民間の境界を越えた運営組織体制を創る。協会のNPO法人化等を検討

『心はひとつ、道は厳しく、人はやさしく能登の道』



これからも手作り感満載で、能登の魅力とおもてなしをたっぷり提供していく大会を目指します

第4回能登半島すずウルトラマラソン大会

主催：能登半島珠洲ロードレース協会

石川県珠洲市飯田町28部ー33ダスキン飯田支店内

大会実行委員長 田中満博

■企画協力および本資料作成：株式会社日本旅行北陸営業部

石川県金沢市広岡3ー3ー77 JR金沢駅西第一NKビル

076ー233ー2501

担当兼実行委員会スタッフ 宮本貴正 t_miyamoto@nta.co.jp

■大会事務局代行：株式会社日本旅行金沢支店