



# みっきいふれあいマラソン

問 (市)文化・スポーツ課 スポーツ係



毎年3月の第1日曜日に開催されるみっきいふれあいマラソン。平成6年に市制施行40周年記念として開催されてから、今回で記念すべき30回目を迎えます。そこで、第1回から運営に携わっている三木市陸上競技協会会長の渋谷さんに、みっきいふれあいマラソンの歴史や特徴などについて聞きました。

## 北播磨地域内で最大級のマラソン大会！



▲三木山総合公園周辺で開催された第1回大会の様子。当時市内で開催されていた陸上競技協会主催の「三木市民ロードレース大会」と、青年会議所主催の「三木山ふれあいマラソン」が統合し、「みっきいふれあいマラソン」が誕生しました。

みっきいふれあいマラソンは、参加者の健康増進とふれあい交流を図ることを目的に開催しています。コロナ禍の影響を受けて参加者は若干減少したものの、これまでには3,500人以上が参加した年もあり、北播磨地域内で最大級の規模を誇る大会です。特徴は、距離や世代の異なる37部門を設けていることで、小さなお子さんから高齢の方まで、より幅広い層が参加できます。また、小・中学校の有力選手からも注目されており、過去には、今回の第30回記念大会にゲストランナーとして参加していただく田中希実選手をはじめ、オリンピックで活躍した選手たちも数多く参加してきました。一方で、気軽に家族で参加できるファミリーの部なども設けており、多世代交流の場にもなっています。

マラソンの魅力は、参加するランナーをはじめ、家族や観客など、関わっている全ての人たちとの一体感が生まれることです。ゴールしたときの喜びや達成感は格別なので、ぜひ多くの方に味わっていただきたいです。



三木市陸上競技協会  
会長 渋谷博生さん

## 第30回みっきいふれあいマラソンを開催！出走者募集中



ゲストランナー  
田中希実選手

- ▶開催日時 令和7年3月2日(日) 午前9時～
- ▶会場 三木総合防災公園 陸上競技場
- ▶申込期限 令和7年1月10日(金)まで
- ▶参加料 小学生1,000円、中学生1,500円、高校生2,000円、一般4,000円、ファミリー1,000円/組(1人の場合は500円)
- ▶申込方法 市役所窓口や各市立公民館で配布している申込書に必要事項を記入し、参加料を添えて次の方法で申し込んでください。  
①郵便局から払込②インターネット(ランテス)



▲インターネット  
申込はこちら

編集発行：三木市総合政策部秘書広報課 ☎0794-82-2000(代) 〒673-0492 上の丸町10番30号 <https://www.city.miki.lg.jp/>

広報みきは新聞折込(日刊紙)、宅配でお届けしています(点訳版・音訳版もあり)。新聞未購読の方や点訳版・音訳版をご希望の方は(市)秘書広報課までご連絡ください。

人口(10月末現在) 73,227 (一64)  
男: 35,368 (一23)  
女: 37,859 (一41)  
世帯数: 34,839 (+2)