24h100km

晴れの国おかやま

24時間・100キロ歩行

2023年度
実施報告書

晴れの国おかやま24時間・100キロ歩行実行委員会

実施概要

■タイトル
晴れの国おかやま２４時間・１００キロ歩行　２０２３

■主催／後援／協賛
【主催】晴れの国おかやま２４時間・１００キロ歩行実行委員会
【後援】岡山県、岡山市、瀬戸内市、備前市、赤磐市、和気町、
岡山市教育委員会、日本健康運動看護学会、日本スポーツ看護学会、瀬戸内市教育委員会、備前市教育委員会、赤磐市教育委員会、山陽新聞社、中国新聞備後本社、RSK山陽放送、OHK岡山放送、TSCテレビせとうち、KSB瀬戸内海放送、RNC西日本放送、Oniビジョン

【協賛】岡山トヨタ | 株式会社 後楽不動産 | 株式会社イノテック | 有限会社オフィスネットワーク | Lafeet | 株式会社MJカンパニー | ナカシマホールディングス株式会社 | ヒカリホールディングス | 木下サーカス株式会社 | 株式会社ファーストデコ | 岡山日野自動車株式会社 | ダイヤ工業株式会社 | 能登教育コンサルタント事務所 | おうち家不動産株式会社 | 株式会社栄光スポーツ | 株式会社シモデンホーム | 難波建設株式会社 | 株式会社さくら祭典 | ちょい呑みよしこ | 岡山タイヤ販売株式会社 | 株式会社ミックマック | ビジネスセンター岡山株式会社 | OSK SPORTS CLUB | 和気歯科医院 | カスケホームグループ | 柴坂電機株式会社 | 株式会社セントラルフーズ | 岡山ビューホテル | 株式会社中央設計/株式会社中央測量 | 株式会社大塚デザイン | 株式会社ネクスト | 和研ハーディ株式会社 | 有限会社山岡不動産コンサルタント | 医療法人社団プライムケア岡山 | 医療法人社団さくらデンタルクリニック | Ｔｍわらしべ | 株式会社リペアテック | 福祉車両専門店㈱オアシスジャパン | 株式会社智商運輸 | 中華快席 福幸 | 小林事務機株式会社 | 株式会社あすなろコーポレーション | 株式会社　天満屋トラベル | 株式会社電気工営 | 名興電機株式会社 | 飛鳥綜合警備保障株式会社 | 赤木電機株式会社 | 株式会社冨士麺ず工房 | 株式会社エコ・クリエイト | 医療法人清水医院 | 株式会社徳永こいのぼり | 株式会社のだ初 | PAPASS | 和田会計事務所 | アサヒ飲料株式会社 | 大塚製薬株式会社 | 岡山県eスポーツ連合 | 谷尾食糧工業株式会社 | 株式会社中山昇陽堂 | FINE & RAW photography |

■開催日時
令和5年5月3日（水・祝）10:00～ 5月4日（木・祝） 10:00

■大会趣旨

２４時間以内に１００キロを歩くことは、心と体の限界を超え、未知の領域を体感し、自らの可能性に挑戦することです。
チャレンジャーはもちろんのこと、それを支えるサポーターにも多くの「学び・気づき」を与え、「感謝・感動」を共有する価値ある機会となっています。
郷土岡山の歴史と自然の香り漂う空間の中で先人の偉業に想いを馳せ、参加者の皆さまが自らを高め、新たな可能性を発見し、「感動」と「感謝」を共有する時間を創出する大会として取り組んで参ります。

■当日スケジュール

５月３日(水)

9:00～　開会式
・主催者あいさつ
・大会事務局からの注意事項

9:30　親子の部スタート

10:00　スタート

５月４日(木)

10:10　終了

11:00　解散

■２０２３参加者数と完歩実績

チャレンジャー　８６０名

【100キロ】

〈個人の部〉

参加744名　完歩554名　完歩率74.5%

〈親子の部〉

参加7組(14名)　完歩1組(2名)　完歩率14.3%

〈チームの部〉

参加10組(30名)　完歩3組(9名)　完歩率30.0%

【親子の部(43キロ)】

参加46組(92名)　完歩35組(70名)　完歩率76.1%

サポーター　１６０名

■コース

岡山藩政を支えた津田永忠　歴史に学ぶ１００キロコース
岡山後楽園河川敷広場→沖田神社→旧閑谷学校→岡山後楽園河川敷広場

実施記録（新たな取り組み）

2023大会では新たに様々な取り組みを追加致しました。

①アイアン・ブロンズチャレンジャー制度の導入

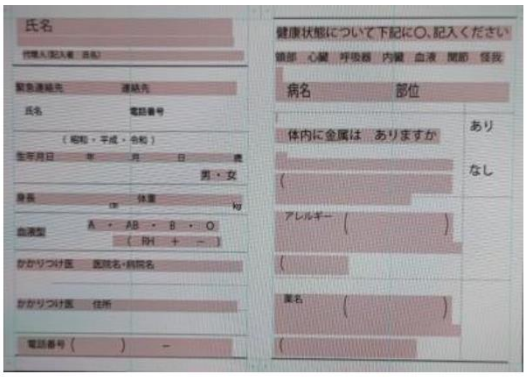
②YouYubeライブ企画の実施

③チャレンジャー練習会

100キロ歩行を楽しむ会との共同企画化

計8回開催(1/22,2/19,2/25,3/12,3/25,3/26,4/2,4/16)

④救命救急手帳の導入



実施記録(大会前)

■実行委員会会議（ZOOM中心） 計13回開催 10/11～5/19

■他大会との交流
「びわ湖チャリティ100KM歩行大会」10/15～16

おか100

晴れの国おかやま24時間・100キロ歩行 実行委員
石屋 正紀 様

私は、2017年に「晴れの国おかやま24時間・100キロ歩行」の実行委員会メンバーとして一緒に初めて参加させていただきました。初年度は、千分でリタイアとかなり悪な結果となりました。しかし、その後はすべて完歩できています。とても素敵なコースですが、私が大好きな場面は、「夜明けの琵琶湖」です。だんだんと明るくなっていく中に浮かぶ琵琶湖は、絶景です。

参加させていただく回数が増えていく中で、岡山から「びわ100」へ参加される方が増え、道程から「おか100」へ参加されるかも増えてきていることはとても嬉しく思っています。大会の日程やところや、コンセプトなども共通することが多く、とても親近感を持っています。

今年は、「赤鬼」と一緒に、「おか100」を宣伝する機会をいただき、ありがとうございました。全員、楽しく無事に完歩できました。これからも、引き続き、よろしくお願いいたします。

岡山から参加された「赤鬼」さんは100km完歩のベースメーカーとして「おか100」から自主参戦されました。

びわ100 7

2020-2021年開催予定
びわ100セブン 実行委員長
青山 裕史

2019年、2021年の2年間、第7回びわ湖チャリティー100km歩行大会、通称、「びわ100セブン」の開催は、コロナ禍で中止を余儀なくされました。感謝・感動・感動をコンセプトとした大会運営でありながら、安心・安全を最優先させて開いた結果です。

しかし、この2年間は決して安っぽい時間ではなかったと思います。参加者の入数制限及びコースにおける数化を機動でき、非接触でのチェック機能を使う「100KM」の実証実験の期間、そしてそのシステム開発は、参加者・サポーター・関係者間での効果効率化を追求した打ち合わせの連続、大会開催日から距離制限中に発症でのコロナ感染症大対策の実施等、他の大会での対策状況の調査研究など、実行委員会としてのノウハウの蓄積期間としては、実に有意義な期間となりました。

この期間を経験したこの貴重な経験を活かし、次の機会にお会いできるよう、びわ湖チャリティー100km大会の実行委員会メンバーも多数参加で参加して、本大会を応援してくださいました。びわ100セブンいびわ湖をイメージ、ピンク色を基にカラーで青電球で、最後尾応援チームを編成させて戻りました。

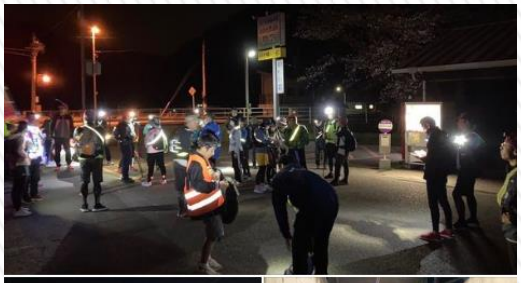
最一番、感謝に感じて思っている、選賞を代表するイベントに、次回、今後もこれから「びわ100」を繋いでいきたいと思います。

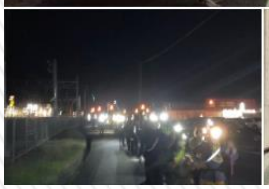
今後もよろしくお願いします。本当にありがとうございました。

おか100が「赤鬼さん」なら、びわ100は「青鬼さん」。
最終案につき、歩行者をリタイアに導くようにいう自覚でした。

■歩行練習会 計8回開催(1/22,2/19,2/25,3/12,3/25,3/26,4/2,4/16)

～目指せ100キロ完歩！～
100キロ歩行練習会
開催日は以下の通りです。詳細は投稿をご覧ください。
1月22日(日)・2月19日(日)・2月25日(土)・3月12日(日)
3月25日(土)・3月26日(日)・4月2日(日)・4月16日(日)





実施記録(大会前)

■サポーター説明会　4/22,29,30 Zoomにて実施

■サポーターによる草刈り実施（スタート・ゴール、備前中学校）

①就実大学河川敷スタートゴール地点
4/29 8:00-16:00

②就実大学河川敷スタートゴール草刈(予備)
4/30 8:00-12:00

③備前中学隣土地草刈
4/30 14:00-16:00

■メディアでの告知

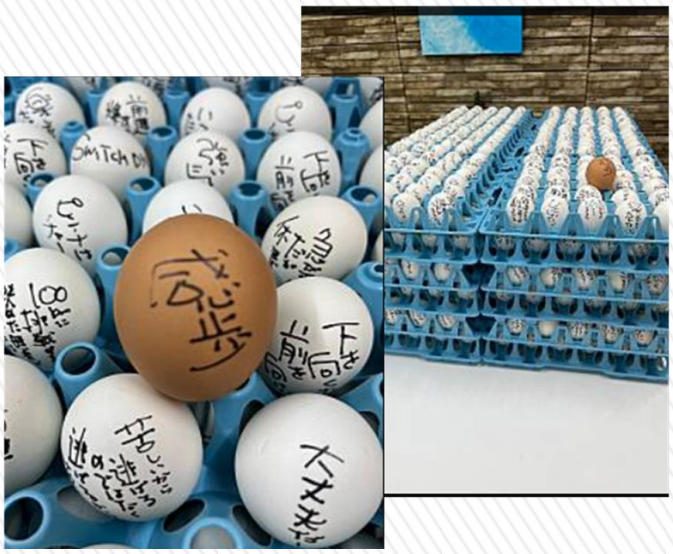
OHK「なんしょん」4/4

岡山経済新聞

実施記録(大会前日)

■スタートゴール・大会本部・チェックポイント設置

■元気の出る卵　入魂



実施記録(大会当日)

■100キロ歩行スタートの瞬間 （親子の部9:30 一般・チーム10:00スタート）

■ゴールに向かって一歩一歩着実に

■親と子、ともにゴールを目指す

■果てしなく続く100キロの道のり

実施記録(大会当日)

■沖田神社河川敷　飲み物サービス

■門前岡山産直マルシェのいちご

■長船土師にてキュウリのサービス

■備前中学にてのだ初様による卵かけごはん

■閑谷緑地の豚汁

■リバーサイドでのぜんざい

■磐梨中学でのうどん（ふるいち様提供、協力：パパス様）

実施記録(大会当日)

感動のゴール！！

■親子の部（４４ｋｍ）ゴール

■個人の部（１００ｋｍ）ゴール

■振興会会長･大会実行委員長からの完歩証の授与

お世話になった方々

■スタート、ゴール
西大寺運送有限会社

■沖田神社
アサヒ飲料株式会社
ヒカリ産業株式会社
岡山タイヤ販売株式会社

■東区金岡
野崎産業株式会社
大塚製薬株式会社

■門前
健幸プラザ西大寺
岡山フルーツ農園

■長船士師
はたい誠司事務所

■備前中学校
備前市立備前中学校
株式会社のだ初

■伊里漁協
真魚市備前市伊里漁協共同組合

■閑谷緑地
B A N B I

■磐梨中学校
赤磐市立磐梨中学校
株式会社 ふるいち
有限会社 パパス

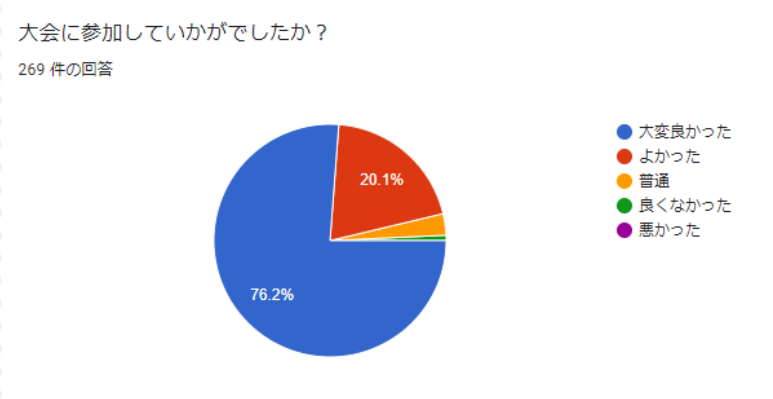
■牟佐
セブンイレブン岡山牟佐店

■救護
一般社団法人**epo**おかやま笑顔プロジェクト
救命救急士・看護士有志
キリンタクシー
I m a g e　p h o t o
FINE＆RAW photography
朝日医療大学校

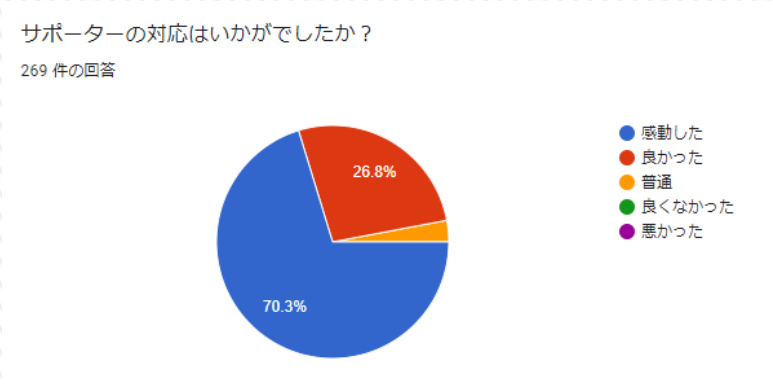
参加者へのアンケートより

■チャレンジャー（個人の部）

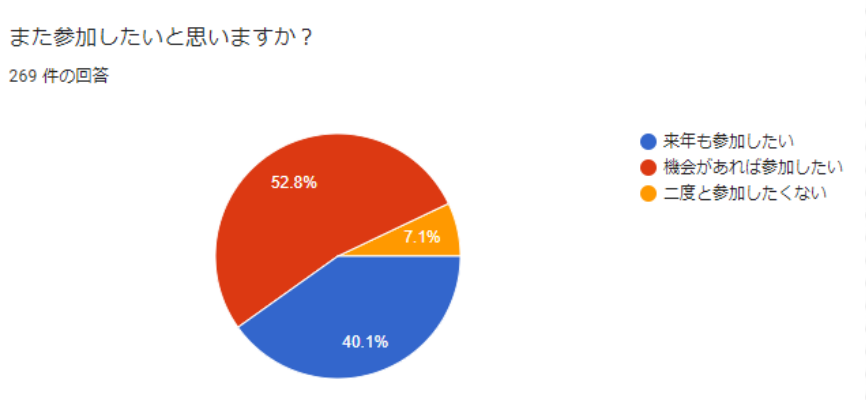
96．3%が参加して「大変良かった、よかった」と回答



97．1%がサポーターの対応に「感動した、よかった」と回答



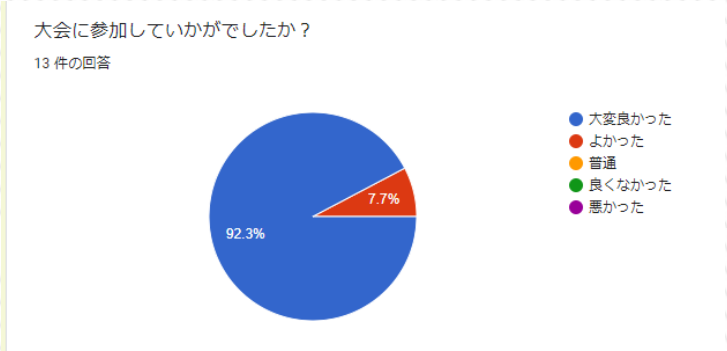
92．9%がまた参加したいと回答



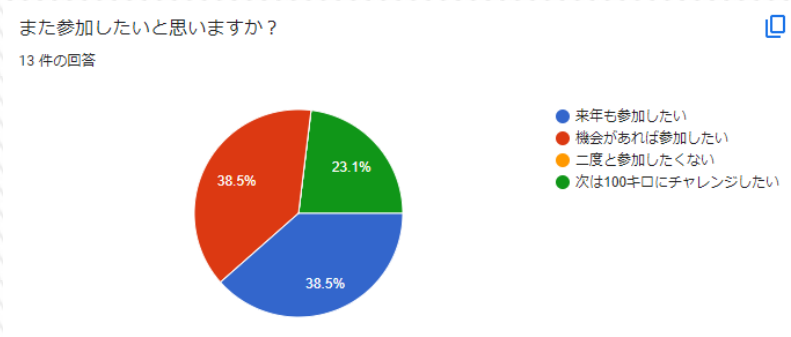
参加者へのアンケートより

■チャレンジャー（親子の部）

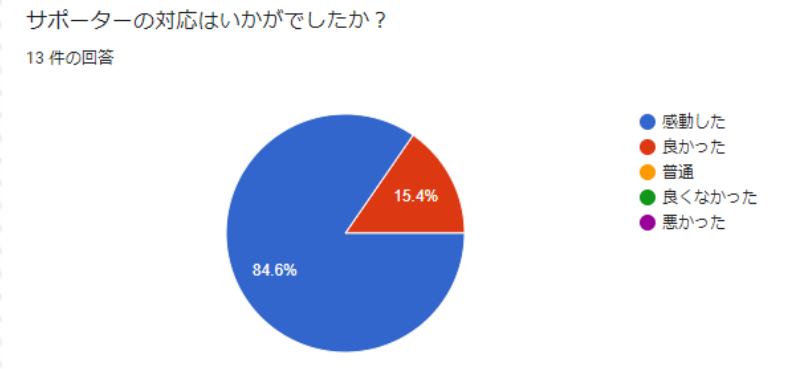
96．3%が参加して「大変良かった、よかった」と回答



全ての人が「来年も参加・参加したい」あるいは「100キロにチャレンジしたい」と回答



全ての人が「サポーターの対応に「感動した」「良かった」と回答



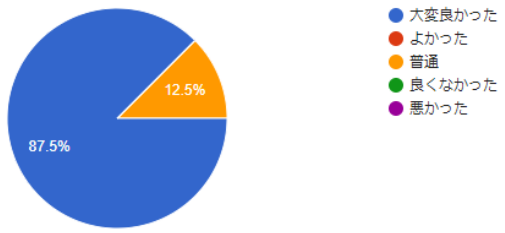
参加者へのアンケートより

■チャレンジャー（チームの部）

87．5%が参加して「大変良かった」と回答

大会に参加していかがでしたか？

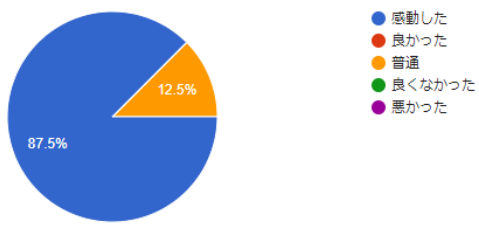
8 件の回答



87．5%がサポーターの対応に「感動した、よかった」と回答

サポーターの対応はいかがでしたか？

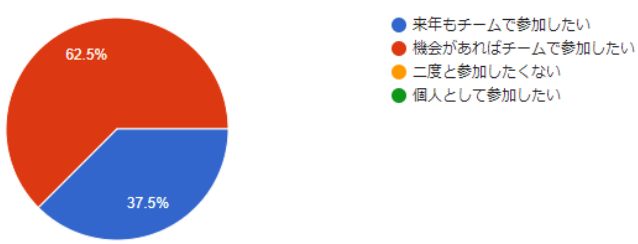
8 件の回答



全ての人が「来年もチームで参加したい」あるいは「機会があれば参加した」と回答

またチームとして参加したいと思いますか？

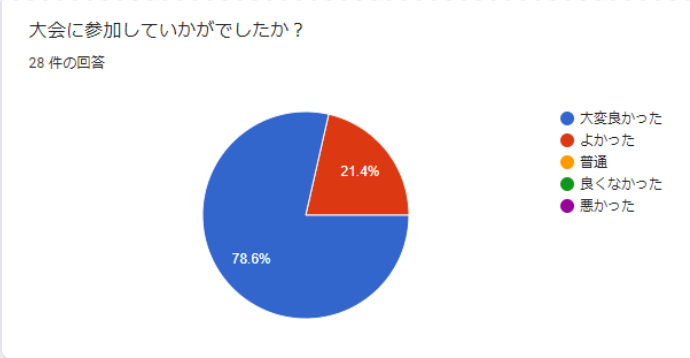
8 件の回答



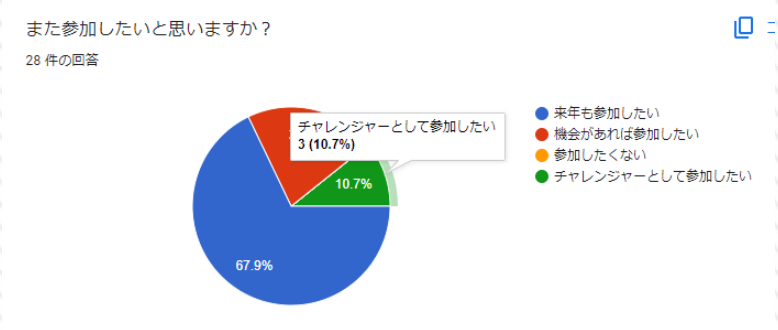
参加者へのアンケートより

■サポーター

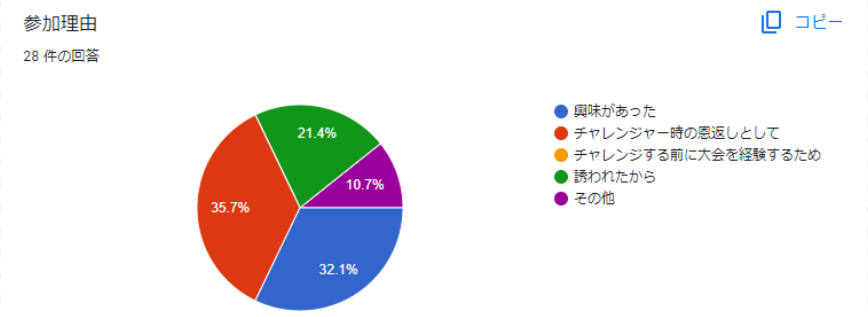
100すべてのサポーターが参加して
「大変良かった」「よかった」と回答



89．3%が「来年も参加したい」または「参加したい」
と回答



参加理由として、
「チャレンジャー時の恩返しとして」が35．7%

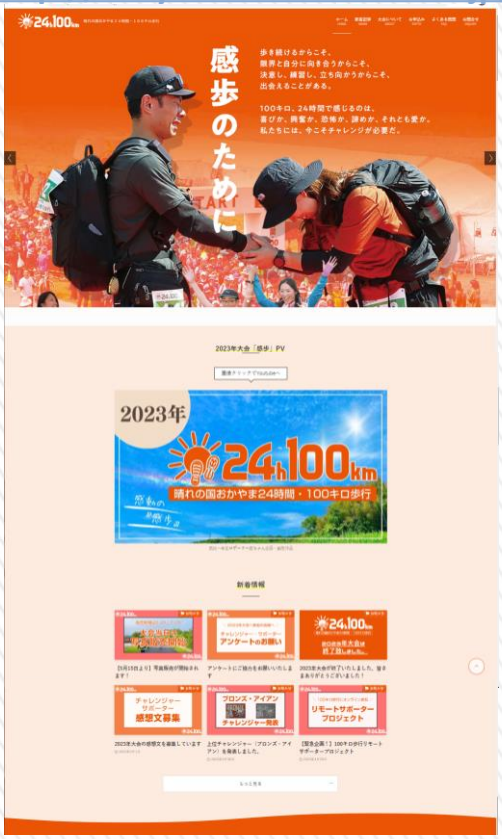


広報関連

■2023参加者募集チラシＡ４

■公式ホームページ

http://okayama24h100k.main.jp/



■公式フェイスブック

https://www.facebook.com/okayama24h100k

■公式インスタグラム

https://www.instagram.com/okayama24h100km/

■大会の公式LINE@

https://line.me/R/ti/p/%40frx4136s

実施を経て

昨年のコロナ渦からの開催から、制限なしの大会となりました。炊き出しについても温かいものを提供でき、応援も以前と変わらない形での実施となり、今大会は久しぶりに活気のある大会が戻ってきた感があります。

年々チャレンジャー、サポーターともにリピーターが増加し、１００キロ歩行が皆さんに愛されている大会になっている感があります。また今年は３５都道府県からの参加があり、文字通り岡山を代表する大会になりつつあります。

２０２２年大会から安全上の配慮から、導入したGPS。現在位置を把握する事が出来、道に迷った方や緊急時も迅速な対応が可能となり、応援するご家族や友人も自宅から、把握が出来る様になりました。今年はさらにYouTubeライブにより、リアルタイムでの状況を離れた場所からでも大会の状況を一体感を持って感じ取って頂く事が可能となりました。

この１００キロ歩行はチャレンジする側、サポートする側、双方に様々な学びの場を提供しています。１００キロ歩行という極限の状態で思いやり、支えあう事で強い絆を育み、また、親子の部では親子の絆を深める機会、普段の生活とは違う時間と空間を共有し、かけがえのない思い出作りの場となっています。

感謝を感じ取る方、自身の限界に挑戦される方、家族や仲間の絆を再確認される方など、さまざまな目的の方が集う大会となり、学びや気づきが広く深くなっている感が感想文から感じ取る事ができます。

来年は今年の反省事項を踏まえ、さらにチャレンジャー、サポーター双方にとって学びの多い大会、岡山を代表する大会にすべく、尽力して参ります。

引き続きご協力の程宜しくお願い致します。