

2022年9月10日（土）に開催予定していた

# 雲辺寺周辺ジオ・トレイルランニング大会について



大会ソング  
『RUN!!』  
by 稲崎エマ

ジオ・くもトレ赤川杯実行委員会

委員長 石井 明

2022年10月22日



# 雲辺寺周辺ジオ・トレイルランニング大会について

## 目次

1. 大会の概要
2. 大会の目的と目標
3. ジオ・トレイルランニングフォーラム in 四国 (2022年5月21日 (土) 開催)
  - 3.1 ジオとスポーツの融合
  - 3.2 クアオルト®健康ウォーキングの紹介
  - 3.3 大会を楽しむ仕掛け
4. 動態・映像配信実験の紹介 (2022年9月10日に試走会として実施)
5. まとめ



# 1. 大会の概要

大会名 雲辺寺周辺ジオ・トレイルランニング大会2022  
 主催 ジオ・くもトレ赤川杯実行委員会  
 開催場所 雲辺寺周辺（香川県観音寺市、徳島県三好市）  
 受付場所 四国ケーブル雲辺寺山麓駅サービスセンター  
 開催日 2022年9月10日（土）  
 共催 讃岐ジオパーク構想推進準備委員会  
 香川大学創造工学部  
 後援 観音寺市  
 香川大学四国危機管理教育・研究・地域連携推進機構  
 協力 三好市, 株式会社日本クアオルト研究所  
 株式会社STNet, 株式会社できそうラボ  
 36ICT株式会社  
 協賛 株式会社四国ケーブル, 東洋炭素株式会社  
 株式会社カネカ, JAF香川支部  
 株式会社北四国グラビア印刷  
 株式会社エスシーエー, 松岡手袋株式会社  
 香川シームレス, 萩の湯  
 企画運営 赤川林業西宇事務所, NPO法人元気・まちネット

競技種目（1周14km）

- ・Aタイプ 3周42km **46名**/100名
- ・Bタイプ 1周14km **100名**/100名
- ・Cタイプ 半周5km **5組**/30組

健康ウォーキング（山頂周辺4km）**8名**/25名

赤字は参加申込者数（募集締切1週間前で大会中止）

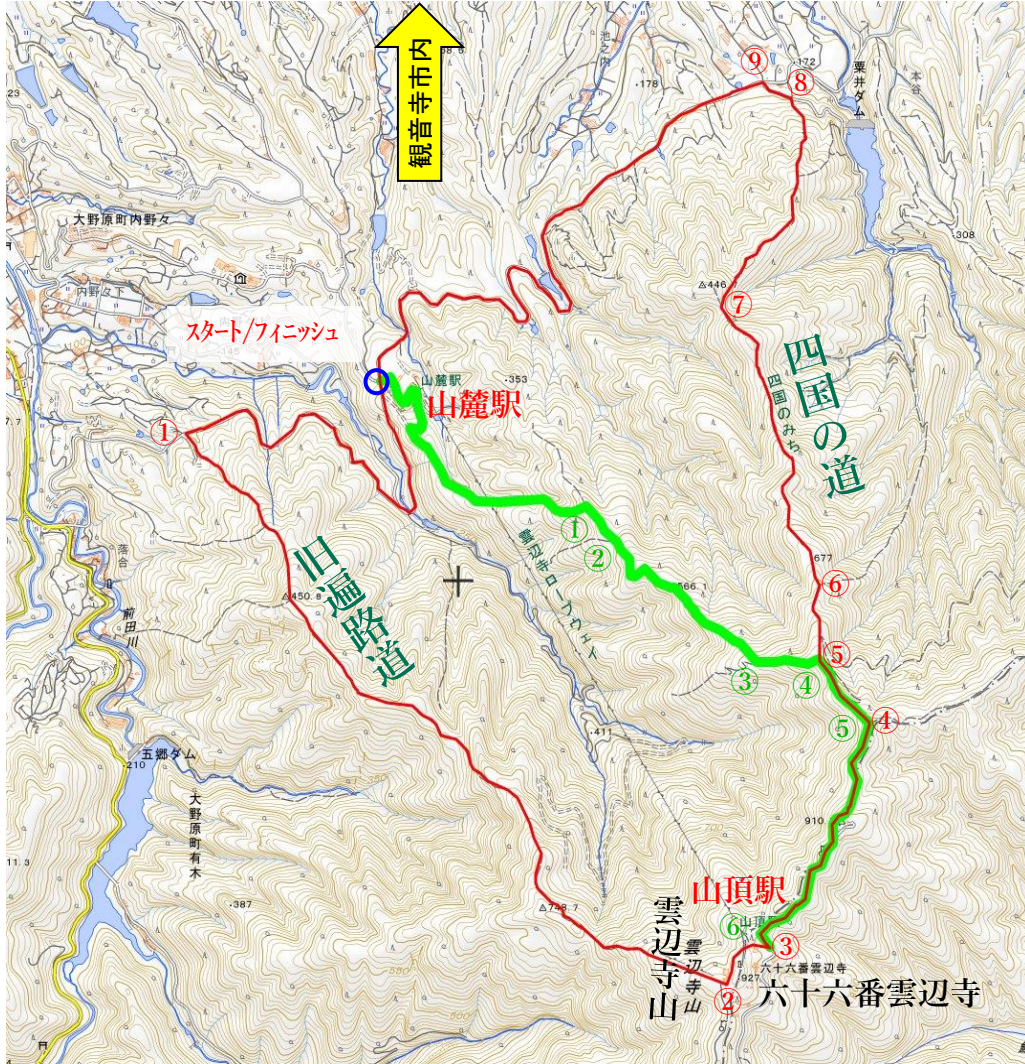
平均勾配20%、距離3.5km、標高差720mを一気に駆け上がると見えてくる絶景



こんな感じで映えるポイントです

雲辺寺山頂公園

# 大会コース

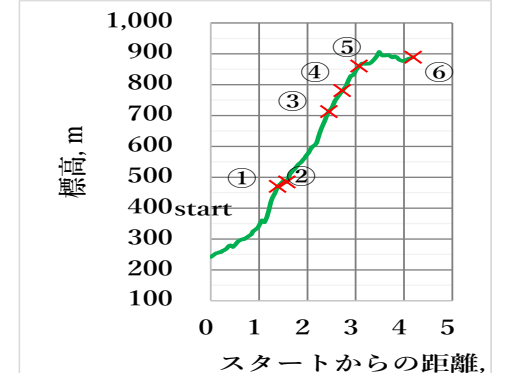
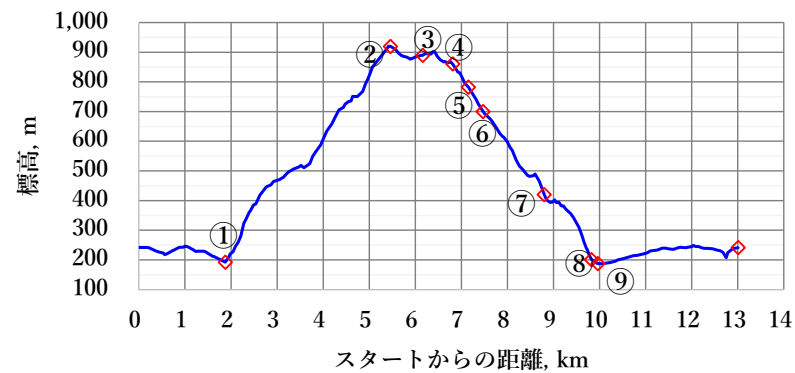


**周回コース**  
(Aタイプ:3周,Bタイプ:1周)

	累積距離	区間距離	標高	
	0.00		241	スタート
①	1.87	1.87	192	①登山口
②	5.46	3.59	919	②センターハウス
③	6.16	0.70	890	③仁王門手前分岐
④	6.81	0.65	860	④四国の道入口
⑤	7.15	0.34	782	⑤直登ルート分岐
⑥	7.47	0.32	700	⑥
⑦	8.80	1.33	420	⑦
⑧	9.82	1.03	201	⑧トレイル出口
⑨	9.96	0.14	188	⑨Botan交差点
	13.01	3.04	241	フィニッシュ

**直登コース**  
(Cタイプ:半周+ジオクイズ)

	累積距離	区間距離	標高	
	0.00		241	スタート
①	1.39	1.39	471	①
②	1.57	0.19	485	②
③	2.45	0.87	713	③
④	2.72	0.28	781	④直登ルート分岐
⑤	3.07	0.35	860	⑤四国の道入口
⑥	4.19	1.12	889	⑥フィニッシュ 雲辺寺仁王門



## 2. 大会の目的と目標

### 1. 目的

四国の里山をトレランで活性化する

### 2. 目標

#### (1) スポーツの3つの楽しさの実証

スポーツの3つの楽しさ（する楽しさ、観る楽しさ、集う楽しさ）をトレイルランニングでも体験・実感できることを実証する。

#### (2) ジオパーク（構想）でのスポーツによる地域活性化の実証

ジオを学ぶことによってジオの秘めた力で4つ目のスポーツを学ぶ楽しさを知り、ジオパーク（構想）でのスポーツが地域活性化に貢献できることを実証する。

#### (3) クアオルト健康ウォーキングの地元定着の橋渡しの実証

競技ではないが、クアオルト健康ウォーキングを体験することによって、ウォーキングには適切な運動強度が必要であること、身近な里山や森など傾斜のある地形を活用したウォーキングは運動効果を高めることを知り、地域ぐるみの取り組みに橋渡しできることを実証する。

### 3. 民産学官プラットフォームの構築

大会を様々な挑戦の場として活用する

# 3. ジオ・トレイルランニングフォーラム in 四国

—四国初開催 ジオを学んで、トレイルランニングをより深く楽しむフォーラム YouTube同時配信—

フォーラムの録画映像と  
講演資料集掲載



<https://geo-kumotore.com/forum/>

目的：雲辺寺周辺ジオ・トレイルランニング大会2022の  
開催趣旨を紹介

日時：2022年5月21日（土）13：30～16：30(参加費：無料)

会場：香川大学創造工学部講義棟3階3301講義室(先着100名)

## プログラム

セッションⅠ：ジオパークを地域内外の人たちとの楽しみ方

『ジオがわかれば、トレイルランは10倍面白くなる』

長谷川修一（讃岐ジオパーク構想推進準備委員会）

殿谷 梓（三好市ジオパーク推進室）

セッションⅡ：クアオルト健康ウォーキングが自治体と中高年を救う

『がんばるジオトレでがんばらないウォーキング』

石井 隆（日本クアオルト研究所東京事務所長）

セッションⅢ：トレイルランニングの楽しみ方

『ジオ・くもトレ赤川杯による地域活性化と大会の楽しみ方』

矢口 正武（元気・まちネット代表理事）、他4名



長谷川修一氏



殿谷梓氏



石井隆氏



矢口正武氏

参加者87名(会場38名、Online49名)

### 3. ジオ・トレイルランニングフォーラム in 四国

## 3.1 ジオとスポーツの融合

ジオ・くもトレ赤川杯2022

ジオ・トレイルランニングフォーラムin 四国—ジオをスポーツと健康ウォーキングで楽しむ—

### 【セッション1】 ジオの楽しみ方

ジオがわかれば、トレイルランは10倍面白くなる

雲辺寺山

2022年5月21日

長谷川修一(香川大学・讃岐ジオパーク構想推進準備委員会)  
殿谷梓(三好市ジオパーク推進室)

長谷川修一講演資料転載

### ジオの視点

ヒト、エコ、ジオとつながりを考えて地域を深く知る

ジオパーク:  
地球活動の  
遺産を主な見  
所とする大地  
の公園

文化

歴史

気候

生態系

地形・地質

大地の成り立ち

ヒト

エコ

ジオ

2015年11月か  
らユネスコ支援  
のプログラムか  
ら、世界遺産と  
同じユネスコの  
正式なプログラ  
ム・ユネスコ世  
界ジオパーク  
に。

誇りをもって地域を語る⇒共感・連帯  
Think locally, act locally, network globally!

長谷川修一講演資料転載

### 3.1 ジオとスポーツの融合

## 本日のお題

### 本日のお題

- Q1:なぜトレイルランニングをするの？
- Q2:なぜ雲辺寺山でトレイルランニングをするの？
- Q3:雲辺寺山トレイルランニングコースは誰が造ったの？
- Q4:なぜ雲辺寺が山頂にあるの？
- Q5:なぜ雲辺寺ロープウェイがあるの？
- Q6:なぜ雲辺寺山に天空のブランコがあるの？
- Q7:なぜ天空のブランコで絶景を堪能できるの？
- Q8:雲辺寺山トレイルランニングコースの700mの高低差はどのようにしてできたの？
- Q9:讃岐山脈がどのようにしてできたの？
- Q9-1:基盤の和泉層群はどのようにしてできたのか？
- Q9-2:いつ頃から山ができたのか？  
⇒わたしたちの生活とどのように関係しているの？

Q0:雲辺寺はどこにあるの？



長谷川修一講演資料転載

津野町不入山 (いらずやま) <https://ja.wikipedia.org/wiki/吉野川#/map/1>



# 質問に対する解答例

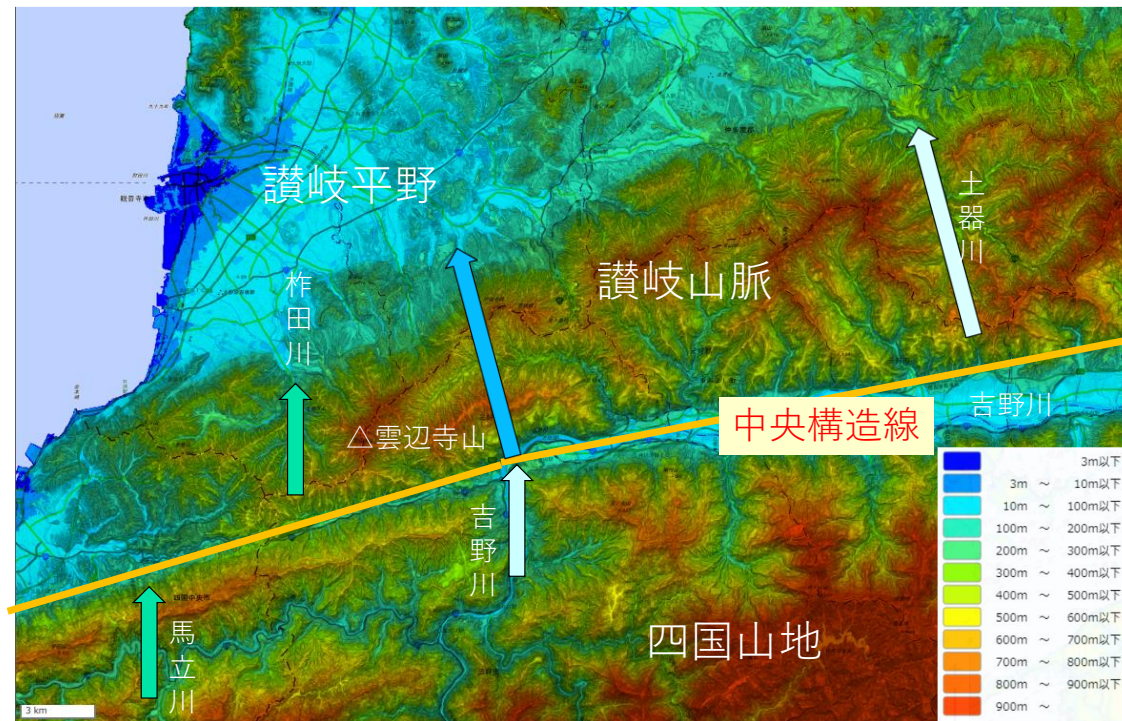
Q1:なぜトレイルランニングをするの？

- 好きだから
- 山道あるから
- 高低差があるから
- 開催要項を見てください
- 後の講演を聴いてください

Q9-2:いつ頃から山ができたのか？

⇒わたしたちの生活とどのように関係しているの？

300万年前から中央構造線が右横ずれ断層運動を継続して讃岐山脈ができ、川の流が東に曲がる。水不足対策で香川用水トンネル(8km)を建設、1974年通水。



(国土地理院地理院地図・自分で作る色別標高図と傾斜量図を合成)

### 3. ジオ・トレイルランニングフォーラム in 四国

## 3.2 クアオルト®健康ウォーキングの紹介

# がんばるジオ・トシで がんばらないウォーキング



クアオルト®健康ウォーキング  
が自治体と中高年を救う

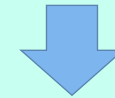
日本クアオルト研究所東京事務所長  
日本体力医学会健康科学アドバイザー®  
ドイツ気候療法士

石井 隆

石井隆講演資料転載

### 1 なぜトレラン大会でウォーキング？

- ◇トレイル・ランニング➡ 山の稜線や森など自然の中を駆ける
- ◇クアオルト健康ウォーキング➡ 里山や森、海岸線など自然の地形を活用して歩く



自然を上手に生かし、楽しみ、健康になる視点が同じ

それで中高年と自治体が救えるのか⇒

### 体力に合ったウォーキング

### 脈拍数で運動強度調整

### 160一年齢（最大酸素摂取量60%）

### 生活習慣病・認知症予防

### ⇒医療費削減・介護予防⇒自治体導入

石井隆講演資料転載

## 3.2 クアオルト®健康ウォーキングの紹介

# 山形県上山市の取組 (2008年事業開始 日本型クアオルト発祥の地)

かみのやまし

## 2 上山市の医療費への影響

● (有)健康支援技術研究所 調査分析

◎ **調査概要**：毎日ウォーキングに年間5回以上参加している人(参加している群)の国民健康保険医療費の変化に着目/年齢・性別・参加前の医療費・現病歴を揃えた3倍の人を選び(参加していない群)比較

◎ **結果考察**：歩くことを推進することは、いつまでも自分の足で歩くことができる、ひいては健康寿命の延伸につながる、大きな意義のある事業

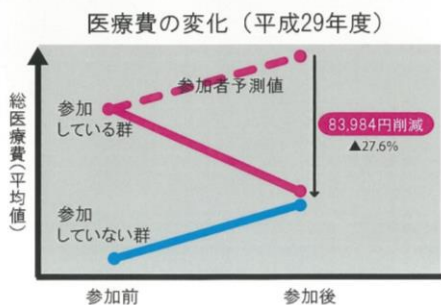
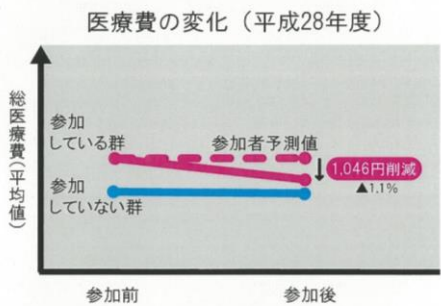
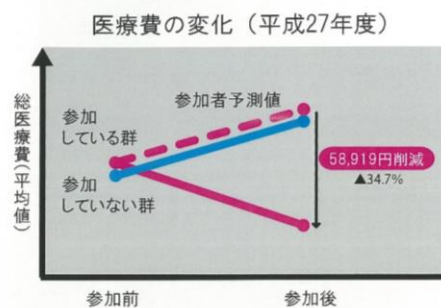
→医療費の高い人が多く参加していた平成27年度は  
**平均58,919円/年削減**

→医療費の低い人が多く参加していた平成28年度は  
**平均1,046円/年削減**

→平成29年度は、**83,984円/年削減**

■ **介護予防効果**：H24~H30度ウォーキング参加者931人のうち要介護認定者は7人(0.75%)と極めて低い

■ **糖尿病対策**：参加者のHbA1c(この数値が高いと血糖値も高い)が改善。しかも参加回数が多いほど改善率が高い



## 3 上山市の取組み 「いつでも、だれでも、一人でも」

予約不要でいつでも参加可能

- 葉山コースで毎朝ウォーキング(無料)  
その他と合わせて年間13,700人
- 年間360日開催:毎日ウォーキング  
(市民は無料、市外からは有料)  
5,700人(50%市外から)
- 「クアの道」を活用し、地域で健康づくり
- 企業や健保組合との連携ウォーキング
- ヘルスツーリズムを目的とした宿泊客数  
約300人(R3年度)



### 3. ジオ・トレイルランニングフォーラム in 四国

## 3.3 大会を楽しむ仕掛け

# ジオ・くもトレ赤川杯による 地域活性化と大会の楽しみ方

- (1) コースディレクターによる大会の楽しみ方Ⅰ
- (2) 大会の楽しみ方Ⅱ
- (3) ジオ・くもトレ赤川杯とは

司会進行	矢口 正武	(NPO法人 元気・まちネット)
コースディレクター	野口 英司	(STNet)
	篠原 みずき	(チームジオ・くもトレ)
	竹内 元	(丸善工業)
大会演出	黒住 拓弘	(できそうラボ)

## (1) 映像によるコース紹介



2022/05/21 試走会(7' 37")  
2022/06/27 コースレポート(10' 24")

<https://youtu.be/WMymh-FYprI>  
<https://youtu.be/-zntX8NpcTc>



An aerial photograph of a large, open grassy field. In the upper left, there is a building with a corrugated metal roof and some equipment. A dark car is parked on the left side. In the lower center, a small group of people is visible on the grass. The text 'ジオ・くもトレ赤川杯 試走会' is overlaid in the center of the image in a large, blue, stylized font with a yellow glow.

ジオ・くもトレ赤川杯 試走会

### 3.3 大会を楽しむ仕掛け

## (2) 大会ロゴ・キャラクター

ロゴマーク



アイリ



命名者：篠原五良氏  
伊吹島小教諭・図画工作

あゆ  
鮎

いりこ



徳島と香川の橋渡し

あいり  
愛する里



### 3.3 大会を楽しむ仕掛け (3) 大会テーマソング

## テーマソングを口ずさもう♪

- 大会の新たな楽しみ方の提案

(テーマソングを口ずさみながら走る・歩く・応援する)

- 歌を通して皆が集うきっかけとなる

(リアル・オンライン)

- アーティストを通じて大会や地域のことを全国の皆さんに知っていただく



### RUN!!

作曲：笹渕 大介 作詞：稲崎 エマ  
アレンジ：ズシ トモユキ

真っ白な紙に空を描く  
真っさらの靴で外に出よう  
道を蹴って 力込め踏み締めた世界  
今スタートだ 鳴るゴング

がむしゃらに足掻いた  
声を出し泣いて  
振り向いたら そこに自分の轍が

走れ！転んだっていいんだ 前へ  
負けなんてない 僕らのスピードで  
ゴールで待つのは 未来と希望のメロ  
ディ  
汗を拭って駆け出せ！

流れる景色を 目に映した 遮るものなど 何も無いよ 風を斬って 髪乱す熱い姿は 輝いてるよ 照らす  
サンライト  
デコボコ険しい道 歯を食いしばった 勝利の女神が 微笑みくれるエール  
走れ！アクセル入れて もっと 前へ 諦めないさ 限界を越えて 身体が感じる 生きてる強さと鼓動を  
細胞震わせて行け！  
がむしゃらに足掻いた 声を出し泣いて 振り向いたら そこに自分の轍が 努力は裏切らない  
走れ！転んだっていいんだ 前へ 負けなんてない 僕らのスピードで ゴールで待つのは 未来と希望のメ  
ロディ 汗を拭って 駆け出せ！

稲崎エマ -Ema Inasaki-

2013年にカサンドラとしてデビュー。  
熊本県、くま川鉄道観光列車テーマソング『田園シンフォニー』を担当。透き通った声が魅力。  
2022年7月29日 稲崎エマとして再デビュー。 <https://emainasaki.com/profile/>

黒住拓弘講演資料転載

協力 (株)できそうラボ <http://dekisou-lab.co.jp/>  
アーティスト及びタレントの発掘育成・マネジメント

## 4. 動態・映像配信実験の紹介

### 地域イベントを生かした産学協働による 研究交流の場



公立諏訪東京理科大学

- 香川大学創造工学部3年生のPBL  
(プロジェクトベース学習)
- 協力：STNet  
ドローン・スマートグラスによる中山間地域  
トレラン大会×映像DXによる地域活性化
- 協力：公立諏訪東京理科大学  
GPSトラッカーによる選手・スタッフの動態  
ライブ配信とその活用



- ・ドローン、スマートグラス、GPSトラッカー
- ・大会関係者、参加者へのインタビュー・アンケート

9月10日(土) 10時～15時

#### ミッション

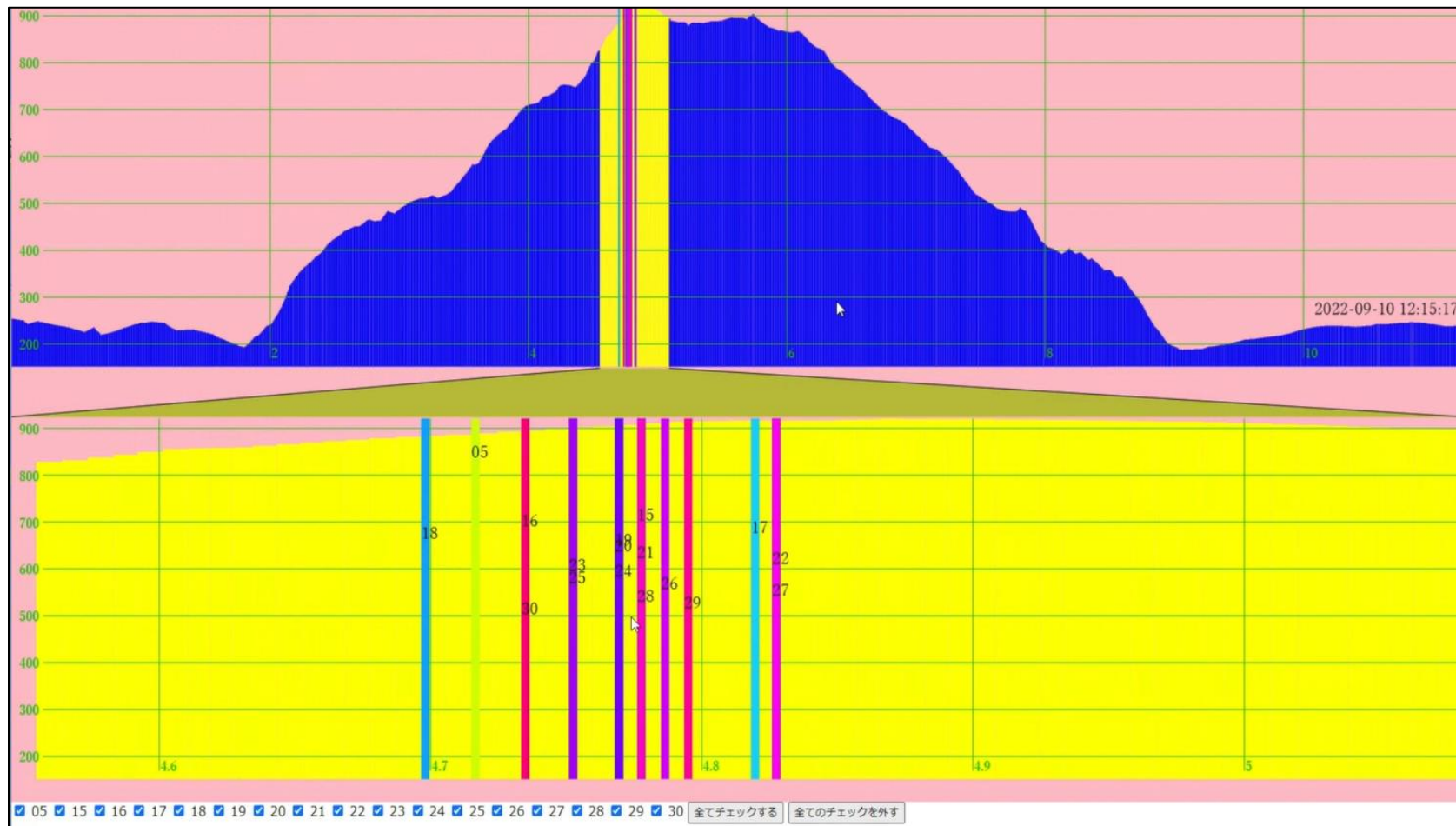
- ・観る楽しさの検証
- ・地域活性化の検証
- ・大会運営の危機管理への効果検証
- ・競技進行のトレーサビリティの確保と分析

33名参加 (内試走者17名)



# GPSトラッカーによる選手・スタッフの動態ライブ配信の一コマ

開発：渡辺毅氏（公立諏訪東京理科大学地域連携研究開発機構特任准教授。36ICT株式会社 代表取締役）



## 説明

上の図はコース全体図、下の図は、上の図の黄色い部分の拡大図。

## メイン機能

- ・拡大箇所、拡大率を選ぶことにより各場所の詳細な様子を把握できる。

- ・一本一本の縦棒が一人一人の選手に対応。番号はゼッケン番号。
- ・コースアウトしたり、端末から救難信号が発信されたりすると対応する縦棒が点滅する。

## サブ機能

平均速度、選手順位、順位変化等の様々な情報を表示することが出来る。

GPSによる位置情報をLPWAによって送信し、一次元に展開したコース上に表示。

2022年9月10日（土）に開催予定していた  
雲辺寺周辺ジオ・トレイルランニング大会2022について

## まとめ

- ◎四国の里山をトレランで活性化することを目的に、次の3つの目標を掲げる
  - ①スポーツの3つの楽しさの実証 する楽しさ、観る楽しさ、集う楽しさ
  - ②ジオパーク（構想）でのスポーツによる地域活性化の実証 学ぶ楽しさ
  - ③クアオルト健康ウォーキングの地元定着の橋渡しの実証 160+年齢
  
- ◎これらを実現するための市民・産学官プラットフォームを構築
  
- ◎5月21日に香川大学で『ジオ・トレイルランニングフォーラム in 四国』を開催し、大会の趣旨を説明
  
- ◎大会予定日の9月10日、大会開催はできなかったが、  
動態・映像配信実験を試走会として実施し、次回の大会での運用を目指す



雲辺寺周辺ジオ・トレイルランニング大会に参加登録された方々、  
本大会をご支援・ご協力してくださいましたすべての方々に心より感謝を申し上げます

ジオ・くもトレ赤川杯実行委員会 (チーム ジオ・くもトレ)

- |      |       |                    |
|------|-------|--------------------|
| 委員長  | 石井 明  |                    |
| 副委員長 | 長谷川修一 |                    |
| 副委員長 | 矢口正武  |                    |
| 幹事   | 赤川正樹  | (大会会長)             |
| 幹事   | 赤川大樹  | (大会本部長)            |
| 幹事   | 石井 隆  | (クアオルト健康ウォーキング)    |
| 幹事   | 大西久司  | (ガイド)              |
| 幹事   | 片山 俊  | (広報)               |
| 幹事   | 岸井正樹  | (大会本部)             |
| 幹事   | 黒住拓弘  | (大会演出)             |
| 幹事   | 篠原みずき | (コースディレクター)        |
| 幹事   | 鈴木 茂  | (広報)               |
| 幹事   | 竹内 元  | (コースディレクター)        |
| 幹事   | 武村佳尚  | (競技アドバイザー)         |
| 幹事   | 鶴田聖子  | (フォーラム)            |
| 幹事   | 殿谷 梓  | (ガイド)              |
| 幹事   | 豊福敏之  | (広報)               |
| 幹事   | 中筋知己  | (競技映像配信実験)         |
| 幹事   | 野口英司  | (コースディレクター/競技映像配信) |
| 幹事   | 橋田秀治  | (競技管理)             |
| 幹事   | 羽野明百  | (コースディレクター)        |
| 幹事   | 平田英之  | (フォーラム/会計監査)       |
| 幹事   | 森本裕介  | (広報)               |
| 幹事   | 矢野雄一  | (広報)               |
| 幹事   | 渡辺 毅  | (競技映像配信実験)         |



四国ケーブル(株)  
TOYO TANSO  
Inspiration for Innovation  
kaneka  
JAF 香川支部  
株式会社北四国グラフィア印刷  
株式会社 エスシーイー  
STNet  
日本クアオルト研究所  
できそうラボ  
dekisou lab  
36ICT  
MATSUOKA GLOVE CO.,LTD.  
松岡手袋株式会社

香川シームレス株式会社  
秋の湯  
香川大学  
KAGAWA UNIVERSITY  
公立諏訪東京理科大学  
観音寺市  
KAN-ONJI CITY  
徳島県  
三好市  
MIYOSHI CITY  
天空のラボ  
『峰の山荘』

# 雲辺寺周辺ジオ・トレイルランニング大会

## 大会ソング『RUN!!』 by 稲崎エマ

作曲：笹瀬大介  
作詞：稲崎エマ  
アレンジ：ズシトモユキ

真っ白な紙に空を描く  
真っさらの靴で外に出よう  
道を蹴って 力込め踏み締めた世界  
今スタートだ 鳴るゴング

流れる景色を 目に映した  
遮るものなど 何も無いよ  
風を斬って 髪乱す熱い姿は  
輝いてるよ 照らすサンライト

がむしゃらに足掻いた  
声を出し泣いて  
振り向いたら そこに自分の轍が  
努力は裏切らない

がむしゃらに足掻いた  
声を出し泣いて  
振り向いたら そこに自分の轍が

デコボコ険しい道 歯を食いしばった  
勝利の女神が 微笑みくれるエール

走れ！転んだっていいんだ 前へ  
負けなんてない 僕らのスピードで  
ゴールで待つのは 未来と希望のメロディ  
汗を拭って 駆け出せ！

走れ！転んだっていいんだ 前へ  
負けなんてない 僕らのスピードで  
ゴールで待つのは 未来と希望のメロディ  
汗を拭って駆け出せ！

走れ！アクセル入れて もっと 前へ  
諦めないさ 限界を越えて  
身体を感じる 生きてる強さと鼓動を  
細胞震わせて行け！

