

出國報告（出國類別：考察）

2022 千葉東京灣跨海大橋馬拉松 參訪交流暨參賽

服務機關：桃園市政府體育局

姓名職稱：饒瑞恭主任

莊子霑股長

張伊昇科員

派赴國家：日本

出國期間：111 年 11 月 4 日至 11 月 7 日

報告日期：112 年 1 月 9 日

桃園市政府及所屬各機關出國報告提要

出國報告名稱：2022 千葉東京灣跨海大橋馬拉松參訪交流暨參賽

頁數 20 含附件：☒是☐否

出國計畫主辦機關：桃園市政府體育局

聯絡人：張伊昇/電話：03-3194510 轉 5007/ e-mail：10039606@mail.tycg.gov.tw

出國人員姓名：

饒瑞恭 體育局人事室主任 03-3194510 轉 2001

莊子霑 體育局全民運動科股長 03-3194510 轉 5002

張伊昇 體育局全民運動科科員 03-3194510 轉 5007

出國類別：☒1.考察 ☐2.進修 ☐3.研究 ☐4.實習 ☒5.其他：參賽

出國期間：111 年 11 月 4 日至 11 月 7 日

出國地區：日本千葉縣

報告日期：112 年 1 月 10 日

關鍵詞：千葉縣、東京灣跨海大橋、馬拉松

內容摘要：聞名全球的「2022 千葉東京灣跨海大橋馬拉松」為日本千葉縣最具歷史及規模的大型路跑活動，近年參與人數均超過萬人，在因疫情歷經 2 年延期後，2022 年得以重新舉行，其魅力依舊不減，仍有超過 15,000 人報名參加，本賽事不僅可跑步在東京灣跨海大橋上，天氣好時更可遠眺富士山，沿途享受當地特色景點、熱情的居民及多達 15 處以上的載歌載舞中大型的加油團，內容從日本傳統技藝舞蹈、女子啦啦隊、當地特色超大旗舞、樂團表演等，讓馬拉松成了開心的嘉年華會。本次參訪前特招募本市市民跑者共同參賽，透過參訪過程，得以詳細了解賽會實際作業(路線規劃、場地布置及活動安排等)及考察相關設施場所，以汲取經驗作為未來舉辦路跑相關賽事之重要參考。

目 次

壹、目的.....	1
貳、活動介紹.....	1
參、考察行程.....	2
肆、考察過程	
一、抵達日本千葉縣及現場人員落地接待概況.....	3
二、勘查東京灣跨海大橋馬拉松路線.....	4
三、參加東京灣跨海大橋馬拉松歡迎晚宴.....	8
四、參加東京灣跨海大橋馬拉松及宣傳桃園石門水庫楓半馬、 本市觀光景點.....	9
伍、心得.....	16
陸、建議.....	17
柒、附錄	
一、當地媒體露出.....	18
二、台日雙方社群媒體宣傳.....	19

壹、目的

本市與日本千葉縣自 105 年 8 月締結為姊妹市(友好城市)至今，市府已多次組成團隊拜訪千葉縣進行交流，並將體育、文化作為交流重點。在體育方面，路跑活動是近年的重點運動項目之一，雙方透過主辦的路跑賽事，互相協助宣傳、招募跑者及派員參賽，體驗不同的運動文化。

本次考察由體育局饒瑞恭主任帶隊於 111 年 11 月 4 日至 7 日率領桃園市體育總會鐵人三項委員會石金城主任委員、桃園市鐵人運動協會卞世緯理事長等本市 5 位選手至日本千葉縣參加人數規模高達 1 萬 5,000 人的「2022 千葉東京灣跨海大橋馬拉松」，針對活動場地設施、內容規劃及安排等進行考察，並受邀與千葉縣熊谷俊人知事會面，期藉由實地參訪深入了解活動籌劃及運作，進而提升本市辦理路跑活動或其他重大體育運動賽事之成效，同時加深本市及千葉縣兩城市間情誼。

此外，本府交流團隊更於馬拉松會場設攤宣傳「桃園半程馬拉松-石門水庫楓半馬」活動及本市著名觀光景點，藉以行銷本市重點路跑活動及旅遊美景，並邀請千葉縣選派選手至本市參加「2023 桃園半程馬拉松-石門水庫楓半馬」體驗桃園在地人文風情。

貳、活動介紹

千葉東京灣跨海大橋馬拉松係每兩年舉辦一次，今(2022)年已是第五屆，除了有全程馬拉松外，亦同時有半程馬拉松及輪椅馬拉松，今年三個項目吸引超過 1 萬 5,000 多人參賽，包括外國人參賽者約計有 500 人。其中大會優待外籍參賽者高達五成以上的高參賽抽籤率及多國語言的賽事官網，更是令海外跑者備感貼心。

連接千葉縣木更津市與川崎市的東京灣跨海大橋 Aqua-Line（東京湾アクアライン）是

此賽事的一大特色，同時也是比賽路線的一部分，平時是高速公路，只有在比賽當天可以讓民眾踏足。這座大橋於 1997 年 12 月 18 日啟用，橫跨日本東京灣的高速公路，由海底隧道與跨海大橋結合而成，建築工法相當特殊，使用了最新技術(潛盾法)施工，有一半的橋樑是在海面上，一半則是在水底下，全線長 15 公里，靠近川崎的一邊，是條長 9.6 公里的海底隧道；而靠近木更津的一邊，則是長 4.4 公里的高架橋，兩者的中央銜接處是一座人工島。

該賽事馬拉松路線主要特點在於開放東京灣跨海公路及其周邊聯絡線道路等進行全面封路，經中間木更津人工島上船造型的休息區進行折返，是世界上僅少數的海上馬拉松賽事，因此格外吸引各地跑者參加。此馬拉松賽事較為人稱道的是一般跨海大橋都是交通要道，申請成本高而且管制不易，而本屆主辦單位讓跑者在橋上的時間前後總計花了 1 小時 20 分鐘，第一關門點在上 11:20（上大橋前），第四關門點在中午 12:50（下大橋處），加上前後時間的協調準備，顯見承辦之用心。

此外，起跑前，安排千葉縣知事及重要貴賓鳴槍，且有千葉縣內各省的吉祥物到場為參賽者加油。起跑後，參賽者不僅可以跑在東京灣上的跨海大橋，天氣好時更可以遠眺富士山，沿途還會經過當地特色景點，除了每 3K 設有一個的補給站外，更有熱情的當地居民、幼稚園小朋友、小學生及多達 15 處以上的載歌載舞中大型加油團，內容從日本傳統技藝舞蹈、女子啦啦隊、當地特色超大旗舞、樂團表演等，讓此馬拉松儼然成為幾乎全縣大小動員且歡樂、開心的嘉年華會。

參、考察行程

時間	行程	地點
2022 年 11 月 4 日(五)	抵達日本千葉縣	The QUBE Hotel Chiba
2022 年 11 月 5 日(六)	路線勘查(上午前半；下午後半) 千葉東京灣跨海大橋馬拉松歡迎晚宴	潮濱公園前、東京灣跨海大橋、原木更津市政府 Okura Akademia Park Hotel

2022年11月6日(日)	帶隊參賽、設攤宣傳桃園石門水庫楓半馬及本市觀光景點	潮濱公園前、東京灣跨海大橋、原木更津市政府
2022年11月7日(一)	返途	成田機場

肆、考察過程

一、抵達日本千葉縣及現場人員落地接待概況

本參訪交流團抵達日本成田機場，千葉縣廳特派接待人員盛裝接機。下榻飯店(The QUBE Hotel Chiba)位於千縣市區，進入飯店大廳，即看見東京灣跨海大橋馬拉松的大幅文宣廣告，歡迎各國代表團前來參與此一重要的運動盛會，且有親切的工作人員協助辦理入住事宜，並已將選手的參賽物資包裝備妥，展現十足的用心及體貼的待客之道。



桃園國際機場-參訪交流團整隊出發



下榻飯店-日本千葉廳接待



下榻飯店-本市帶隊長官與千葉縣官員交換名片



本市選手落地後合影加油打氣

二、勘查東京灣跨海大橋馬拉松路線

東京灣跨海大橋馬拉松是位於千葉縣西南方之郊區舉行，距離市區平均約 60 分鐘車程，搭乘 JR 電車的參賽者可從東京車站搭至木更津車站(特急電車約 56 分鐘、快速電車約 76 分鐘)，之後再從 JR 內房線木更津車站西口徒步約 20 分鐘即可抵達會場；而搭乘高速巴士的參賽者則可從東京到木更津，約 60 分鐘車程，對於舉辦馬拉松賽事來說交通算是便捷。

該賽事分有馬拉松、半程馬拉松及輪椅半程馬拉松等 3 組，其起跑點皆位於在木更津市潮濱公園前，沿路通過東京灣跨海公路入口交叉點、海螢、牛込海岸(半程馬拉松終點)、袖浦高中、十日市場、君津學園、JA 木更津市本店，終點則於原木更津市政府(馬拉松終點)，本次落地接待的路線勘察，亦依照前述賽事路經地點分為上、下午逐一進行勘察、講解及說明。

(一) 馬拉松(42.195 km)：

起跑地點	潮濱公園前(木更津市)
通過地點	木更津金田 IC、海螢、MITSUI OUTLET PARK 木更津店、袖浦市政府、袖浦公園、螢野、清見台
終點	原木更津市政府

(二) 半程馬拉松、輪椅半程馬拉松(21.0975km)：

起跑地點	潮濱公園前(木更津市)
通過地點	木更津金田 IC、海螢、MITSUI OUTLET PARK 木更津店
終點	牛込海岸

(三) 詳細路線：請參照大會所提供之地圖如下圖(此截圖取至大會官方網站)



主辦單位接待人員向代表團講解及指引勘查路線



主辦單位接待人員向代表團說明比賽當日流程



本市代表團於勘察起跑點前合照



東京灣海螢休息站上眺望東京灣大橋



東京灣跨海大橋路勘一隅



東京灣跨海大橋路勘一隅



東京灣跨海大橋路勘一隅



東京灣跨海大橋路勘一隅



日本千葉縣內各省吉祥物之介紹



半程馬拉松終點牛込海岸

三、參加東京灣跨海大橋馬拉松歡迎晚宴

本市代表團是繼 2018 年第 2 次以官方代表身分，參加「2022 千葉東京灣跨海大橋馬拉松賽」(兩年舉辦一次，今年是第五屆)，真正感受到日本人做事的認真、嚴謹態度，著實令人敬佩。無論是接待、食宿交通安排、大會晚宴儀式等，一切中規中矩、守禮守份，所有工作人員都服裝整齊、禮儀周到，尤其在落地接待第二天晚上舉行歡迎晚宴時，在千葉縣熊谷俊人(縣長)與馬拉松承辦機構等主管致詞與儀式進行中，一率禁止拍照，所有工作及參與人員皆需身著正式服裝，此在馬拉松運動賽事儀式中，是較為隆重少見的場面，最後雙方交換紀念禮品並合影留念。



千葉縣知事、賽事贊助商及我方長官等一同合影



饒瑞恭主任代表鄭市長贈送禮品予千葉縣

	
千葉縣知事回贈禮品予本市	本市代表團暨選手大合照
	
千葉縣致贈每人當地甜美大梨子	晚宴每桌備有當地釀造清酒
	
本賽事歡迎晚宴會場	台北市代表團也一同受邀參加晚宴

四、參加東京灣跨海大橋馬拉松及宣傳桃園石門水庫楓半馬、本市觀光景點

如同其他日本賽事，東京灣跨海大橋馬拉松賽事不但補給充裕，工作人員與加油民眾亦特別眾多，除了全程都有自動自發的市民外，每個路跑經過的地方，從幼稚園、國小、國中、高中等各學齡階段學校都配合賽事，組成啦啦隊在路旁為參賽跑者加油，同時從中訓練培養學童對於馬拉松賽事的情感與投入。同時，亦出動千葉縣內各省的

可愛吉祥物，到場為所有參賽選手加油打氣，堪稱全縣運動，怪不得大家這麼喜歡到日本參加比賽。

該馬拉松賽事正式於 11 月 6 日上午 10 時準時起跑，一切照章行事、規規矩矩，關門時間一到，亦無討價還價空間，立刻上回收車，緊接在後的是，一堆工作人員立刻清理馬路，以最快速度及時間，還予用路人路權，讓人見識到日本人做事的超高效率。

惟由於比賽當日天氣較為炎熱，對於習慣早晨 6 時或 6 時 30 分起跑的台灣長跑健將來說，上午 10 點起跑至中午甚至下午是一大挑戰與考驗。本市代表團參賽選手，共計 5 位參賽半程馬拉松、3 位參賽全程馬拉松，皆順利完賽。桃園市的參加全馬代表團選手中亦有 3 時 20 分、4 時 15 分、4 時 30 分的優秀表現。

領取完賽證明處旁，即為活動會場的周邊廣場，設有許多在地美食、營養補給、運動用品及觀光展覽等攤位，安排有小型活動舞台演出，並架設有成績手拿板及頒獎台等布置，讓跑者在完成賽事後順路即可來此享用餐點、欣賞表演及拍照留念。

此外，於本市選手參賽期間，本府交流團隊更於馬拉松會場設攤宣傳「桃園半程馬拉松-石門水庫楓半馬」活動及本市著名觀光景點，藉以行銷本市重點路跑活動及旅遊美景，2023 年千葉縣亦將選派選手至本市參加楓半馬，桃園市府亦將互惠款待，期盼透過馬拉松的體育活動交流，拓展雙方的城市友誼

本市代表團暨選手參賽成績

姓名	性別	參賽項目	參賽成績
趙瑞娟	女	全馬	3:20'11"
簡翊倫	女	全馬	4:15'18"
蕭鐸頌	男	全馬	4:30'42"

石金城	男	半馬	2:01'03"
卞世緯	男	半馬	2:40'55"
莊子霽	男	半馬	2:45'17"
張伊昇	男	半馬	2:19'20"



本市參賽跑者於起跑前在本市攤位前合影



選手們起跑前陸續集結中



本賽事菁英選手集結



本市選手起跑前合影



大會寄物區，每編號即配有一名專屬人員



賽事道路管制及指引標示



千葉縣內吉祥物到場為參賽者加油打氣



千葉縣知事及貴賓於大會鳴槍台



選手們預備起跑



鳴槍後起跑情形



鳴槍後選手人潮



有許多選手變裝參加賽事



變裝選手-1



變裝選手-2



加油團-1



加油團-2



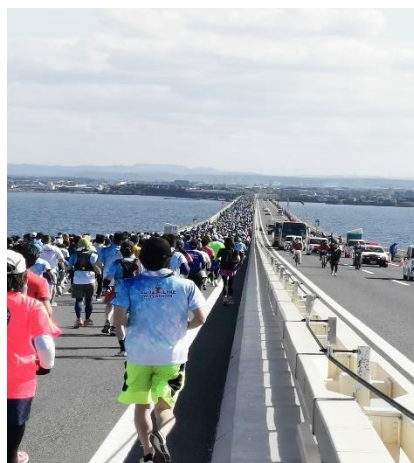
加油團-3



加油團-4



選手們準備上橋



東京灣跨海大橋選手賽事盛況



路跑領先群前導車



路跑選手回收車



橋上備有行動式流動廁所



沿路備有補給站



半馬終點物資領取區



全馬選手完賽後動線



動員人力充足



半馬選手完賽合影



完賽獎牌



本市設有攤位宣傳本市楓半馬及著名觀光景點

伍、心得

馬拉松賽事的籌辦極為複雜且事涉廣泛，不僅需投注大量人力、物力及經費等資源，亦須進行無數次的協調與溝通，方得使賽事順利進行。千葉東京灣跨海大橋馬拉松每 2 年舉辦一次，與我國知名路跑活動每年均會辦理有所不同，相信除了可增加籌辦時間，可以提升活動品質及精緻度外，亦可有效促進跑者對於本活動的新鮮感及吸引力，避免每年舉辦籌辦時間不足，僅得複製往年做法，缺乏賽事亮點及特色，可能造成活動參與度逐年降低且無實質效益之窘境。

本活動有效結合當地著名景點—東京灣跨海大橋，不僅可有效促進觀光、發展活動特色，亦可讓大家認識這一項日本交通的重大建設。此外，透過馬拉松活動的安排，讓跑者在跨海大橋上慢跑，觀賞東京灣美景，享受海風吹拂，讓跑者有全新的路跑體驗，更是千葉跨海大橋馬拉松不同於其他馬拉松比賽的特點。因此，路跑活動結合旅遊景點或當地重大建設，不僅可有效宣傳在地特色，亦可提升馬拉松活動之辨識度及能見度，值得我們效法與借鏡。

日本重視國民體能，認為體育是強國的根本，因此，從小就積極培養國民對於體育的興趣與能力，從小扎根，對於體育活動的辦理更是極為重視，辦理各項體育活動重點在於倡導運動的益處，讓國民親身體驗到運動的樂趣，進而提升國民運動風氣。因此，本次賽事看不到花俏的表演與盛大的排場，充分顯示出自古以來日本關東地區質樸實用取向，重視體育活動的本質以及健身強國的主要目的，間接收到宣傳行銷在地風光美景之效，亦值得我國辦理體育活動之深思效法。

辦理重大賽會，像是組織運作、比賽地點的選定、賽事進行、場地佈置、交通接駁、開幕典禮、頒獎儀式、工作人員及志工的訓練等等，一點都不能馬虎，都需要完善的規劃以及妥善的執行。本次實地觀摩參訪，讓我們瞭解到大會不只投入諸多的心力在籌備工作上，也讓人感受到他們的熱情，日本人嚴謹、注重細節、分毫不差的處事態度亦顯露無遺，是本活

動圓滿成功的主要原因，值得我們效法。

本府交流團隊及本市參賽選手對於此次與千葉縣的城市馬拉松交流互動熱絡且獲益良多，雙方對於彼此馬拉松活動之籌辦及賽事運作皆有進一步的瞭解與認識，不僅開啟雙方的友誼之路，更留下美好的印象，讓此次馬拉松交流參訪得以順利圓滿成功！

陸、建議

本市近年路跑風氣興盛，每年均有多場路跑活動於本市辦理，本局亦主辦有大型路跑活動「桃園半程馬拉松-石門水庫楓半馬」，經由考察過程及比較本市辦理經驗後，可提出以下幾個建議及努力方向：

- 一、現場掌握：活動節奏明快，詳細規劃於各個重要流程設定時間點，包含選手報到、集合入場、各組別起跑及領取完賽證明等，賽程中並於 5km、10km、15km、18km、20km 及終點處設有關門時間，未於時間內完成者將由收容車沿途載回，因此活動時間得以確實掌握。另活動氣氛結合名主持人、現場各式加油團喊聲、樂隊演奏及周邊活動，並適時穿插舞台表演，氣氛掌握得宜，從頭到尾均無冷場。
- 二、多元結合：活動內容以高水準賽事為主體，周邊活動搭配有地方觀光協會協助擺設多樣化攤位，並可使用大會提供之優惠卷於多處店家進行消費，帶動地方經濟成長。
- 三、資源投入：除政府機關之行政資源外，民間企業廠商亦投入大量經費贊助，在各式宣傳均可見其商標或產品，如轉播時常見的成績顯示車由汽車廠商提供、活動服飾由運動用品廠商製作及補給站由民間團體或企業認領等，大幅增加曝光度。
- 四、運動風氣：活動眾多工作人員中，不僅動員各級學校學生組成加油團，也可看見許多體育運動相關選手參與本賽事，另賽道沿途觀眾則自發性為參賽選手加油打氣。由此可見，日本從基層開始培養興盛的運動風氣，一直擴散到社區、社會，進而打造成運動城市。

柒、附錄

一、當地媒體露出



二、台日雙方社群媒體宣傳



← スレッド



熊谷俊人（千葉県知事）

@kumagai_chiba

台湾の台北市・桃園市からも選手や関係者の方々が来て頂きました。心から歓迎します。

私はハーフに、会場となる木更津市の渡辺市長と袖ヶ浦市の粕谷市長はフルに出場します。明日はおかげさまでマラソン日和となりそうです。

2022年11月05日 19:58 · [Twitter Web App](#)

15 リツイート 1 引用ツイート 107 いいね



返信をツイート

