



大会実行委員長
南牧村長 菊池 幸彦

春の遅い南牧村にも爽やかな春の風がほほをなでる時、この雄大なハケ岳山麓の5町村を舞台に「第20回星の郷ハケ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン」が開催できますことを感謝するとともに、この記念ある20回大会を皆様と共に歓迎したいと思います。

このウルトラマラソンが始まった頃は、この様な過酷なスポーツを乗り切る参加者がいるのだろうか、私は一村民として見ておりました。

しかしながら、数多くのランナーが一人また一人とゴールする姿をみて、人とは困難な状況にあってその困難な状況を克服してまた

一歩また一歩と前に進んでいくものと感動を覚えました。

本年は20回の記念すべき大会であり、今大会が参加者の心の思い出となりますよう、スタッフ一同運営を支援していきたいと考えております。

また、本大会開催にあたり格別のご支援ご協力をいただきました南佐久南部5ヶ町村内外の関係機関・団体・ボランティアの皆様から心から感謝申し上げます。また参加されるランナーの皆様にはハケ岳の自然を満喫し、完走を目指して健闘されることをご祈念いたします。

南牧村インフォメーション

南牧村では標高1300mの立地条件を生かした高地トレーニングの環境整備を進めています。整備しました「ハケ岳ふれあい公園」はアスファルトと芝生の周回コースと全周約

1.7kmの林間コースがあり、体力づくり・トレーニングにどなたでも自由にお使いいただけます。夏場でも30度を越えることのない野辺山高原で、走り込み等にご利用ください。



小海町長 新井 寿一

「野辺山を制するものはウルトラを制す」のキャッチフレーズのもと、全国各地から多くのランナーの皆様にご参加いただき第20回目の大会が盛大に開催できますことを心からお慶び申し上げます。

選手の皆様におかれましては、当地のウルトラマラソンに初挑戦の方も多数おられるかと思いますが、このハケ岳の雄大な大自然を満喫され、気持ちよく完走されますようエールを送ります。

日頃の練習の成果が十分に発揮されますことをご祈念申し上げます。

結びに、この大会に後援、協賛をいただいている団体並びに多くの運営スタッフの皆様から心からお礼と感謝を申し上げます。

小海町インフォメーション

自然が豊かだから、四季折々に様々な表情をみせてくれるのが松原湖高原。シラカバやカラマツの新緑が香る春、高山植物が咲き乱れ涼風が高原をわたる夏。木々が色とりどりに染まる秋、雪と氷の真っ白な世界の冬。いつ訪れても、豊かな自然が私たちを包み込んでくれます。松原湖高原は、心も体もリフレッシュしてくれるふるさとです。稲子

湯手前、本沢温泉入口を過ぎましたら森の中を見てください。松原湖高原に住む森の小人プティリツツアが皆様をお迎えます。42kmゴール地点の八峰の湯は、広々とした大浴場と開放感あふれる露天風呂が自慢。晴れた日にはハケ岳連峰を望み、夜は満点の星を見ながらの入浴が格別。内湯の他、遠赤外線サウナや岩盤浴が楽しめます。



長野県知事 阿部 守一

ハケ岳山麓の豊かな自然に恵まれ、澄み切った空気の中、「第20回星の郷ハケ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン」が盛大に開催されますことをお慶び申し上げますとともに、全国各地からおいでいただいた多くの選手、役員の皆様を心から歓迎申し上げます。

数あるウルトラマラソンの中でも、日本一過酷なコースと評される本大会も大きな節目となる20回を数え、2,500人を越える参加者が集う人気の高い大会へと成長しました。これまでこの大会を支えていただいた関係市町村をはじめ各団体やボランティアの皆さん、そして選手の皆様から心から敬意を表す次第であります。

さて、長野県では本年度、長野県総合5か年計画「しあわせ信州創造プラン」をスタートさせるとともに、平成29年度を目標年度とする「長野県スポーツ推進計画」を策定し、誰も

がスポーツに親しめる「生涯スポーツ社会」の実現に向けて取り組んでおります。また、2020年の東京オリンピック・パラリンピック開催が決定し、国民全体のスポーツ機運が高まる中、五輪開催地を有し、健康長寿の先進地でもある信州・長野県においてこの大会を通してスポーツの楽しさや喜びを味わっていただけたら嬉しい限りです。

選手の皆様には、日々の練習の成果を十分に発揮され、ともに走る皆さんとの交流を図り、ひとりひとりの目標に向かって完走されることを願っております。

結びに、本大会の開催にご尽力いただきました皆様から心より感謝申し上げますとともに、大会のご成功を祈念申し上げ、歓迎のごあいさついたします。



北相木村長 井出 高明

澄みぎった空気と緑豊かな大自然に抱かれ、標高1,000メートルを超えるハケ岳連峰の麓で、「第20回星の郷ハケ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン」が盛大に開催されますことを心からお慶び申し上げます。

各地からお集まりいただきました大勢の選手の皆様を心から歓迎申し上げますと共に、体調を整えられ、日頃の成果が十分に発揮できますようご祈念申し上げます。

南佐久南部5ヶ町村の恵まれた自然が、ス

ポーツを愛好する人々に活用され、また多くのボランティアの皆様、関係者各位に支えられ20回という、節目の大会を迎えることができ、心から敬意と感謝申し上げます。

本大会が益々発展することをご祈念申し上げます。

北相木村インフォメーション

北相木村を象徴する「御座山」、5月下旬から6月上旬にかけてのシャクナゲの花は見事です。村の中央部を流れる相木川には大小の滝があり溪流釣りも楽しめます。一歩奥へ入ると、四季折々の表情を見せてくれる「三滝山」、中でも冬の「大禅の滝」は高さ30mのマツカサ状の氷柱となり絶景です。また、人間と自

然が対話できるような自然体のリゾート「長者の森」宿泊施設のほか、遊具施設もあり家族で楽しめます。この他にも、縄文時代早期の遺跡「栃原岩陰遺跡」、そこから出土された多くの遺物を展示してある「北相木村考古学博物館」。また「栃原獅子舞い」や「かなんばれ」といった年中行事も行われています。



県花「りんどう」