

南河内がもつと好きになる!

走って、食べて、



南河内

フルーツマラニック

マラソン×ピクニック



現在、多くの方がお車でのお来場を予定されており、当日は駐車場の混雑が予想されます。
また、近隣駐車場も満車となる可能性がございます。
主催者側では、駐車できなかったことによる不参加について責任を負いかねますので、
エントリー時のアンケートで「車で来場」と回答された方も、
できる限り公共交通機関のご利用にご協力をお願いいたします。

開催日	2025年11月8日（土） 11:00～16:00
実施会場	石川河川敷川西グラウンド、南河内サイクルライン
タイムテーブル	9:00 ショートコース 約5kmの部 受付開始 9:30 ロングコース 約20kmの部 受付開始 10:30 受付終了 10:50 オープニング／スタートセレモニー ロングコース整列開始 11:00 ロングコース 約20kmの部 スタート ショートコース整列開始 11:10 ショートコース 約5kmの部 スタート
受付/更衣室	石川河川敷川西グラウンド
主催	大阪府 府民文化部文化・スポーツ室スポーツ振興課

アクセス

●電車でお越しの方
近鉄長野線「川西駅」東へ徒歩約15分

●車でお越しの方
西名阪自動車道藤井寺I.Cから約10km
近畿自動車道美原北I.Cから約10km
近畿自動車道美原南I.Cから約9km
南阪奈道路羽曳野I.Cから約5km

●自転車でお越しの方
指定の駐輪場（無料）に停めてください。

現在、多くの方がお車でのお来場を予定されており、近隣駐車場も満車となる可能性がございます。主催者側では、駐車できなかったことによる不参加について責任を負いかねますので、エントリー時のアンケートで「車で来場」と回答された方も、できる限り公共交通機関のご利用にご協力をお願いいたします。



イベント会場内に**無料駐車場**がございます。

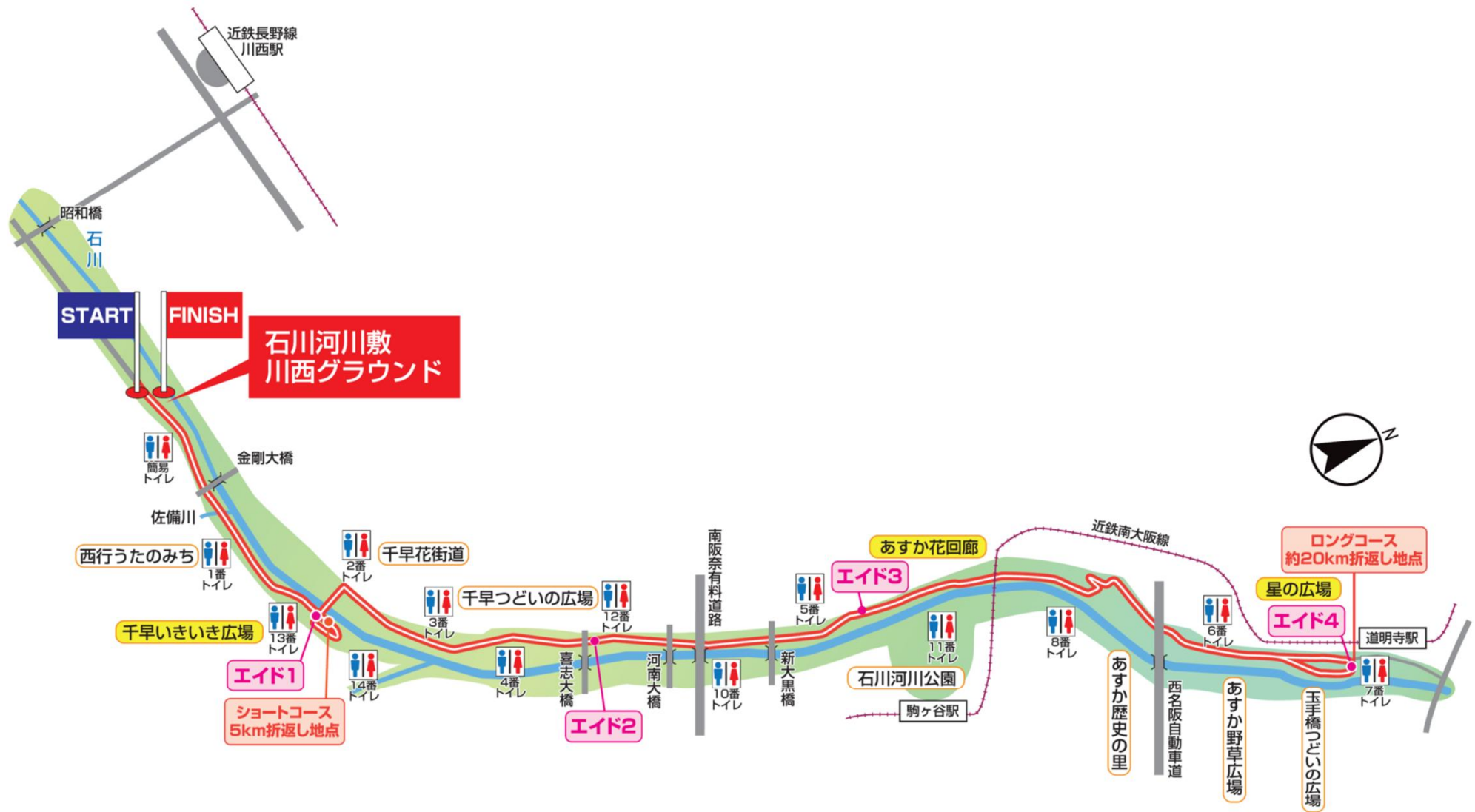
台数に限りがあるため、満車の場合は近隣の有料駐車場をご利用ください。

※近隣施設の敷地内や路上の駐車はおやめください。
駐車場内では警備員の誘導案内に従ってください。

【無料駐車場の開放時間】
11月8日（土） 9:00～17:00

コースMAP

※コースから離れたトイレも掲載しております。
 該当トイレ：8、10、11、13、14 番トイレ



エイド情報

各エイドでの提供物は、下記の通り予定しております。

※主催者は、食物アレルギー等による症状の発生については責任を負いかねます。

恐れ入りますが、提供物の内容についてはご自身で十分ご確認のうえお召し上がりくださいますようお願いいたします。

【エイド1】（ショートコース約5kmとロングコース約20kmが対象）

内容	種別	アレルギー	ロングコース 往路	ロングコース 復路	ショートコース
みかん	青果品		×	×	●
いちじくドーナツ	市販品	小麦粉、乳、卵	×	×	●
いちじくアソート	ドライフルーツ		●	●	●
冷凍いちご	冷凍		●	×	●
冷凍ブルーベリー	冷凍		●	×	●
いちじくハニーソルティウォーター※	ドリンク		●	●	●
みかんハニーソルティウォーター※	ドリンク		●	●	●
赤紫蘇スポーツウォーター※	ドリンク		●	●	●
水	ドリンク		●	●	●
清涼飲料水	ドリンク		●	●	●

※先着順

【エイド2】（ロングコース約20kmのみ対象）

内容	種別	アレルギー	ロングコース 往路	ロングコース 復路	ショートコース
シャインマスカット	青果品		●	●	-
ピーチハニーソルティウォーター	ドリンク		●	●	-
水	ドリンク		●	●	-

【エイド3】（ロングコース約20kmのみ対象）

内容	種別	アレルギー	ロングコース 往路	ロングコース 復路	ショートコース
みかん	青果品		●	●	-
ぶどうアソート	ドライフルーツ		●	●	-
赤紫蘇スポーツウォーター	ドリンク		●	●	-
水	ドリンク		●	●	-

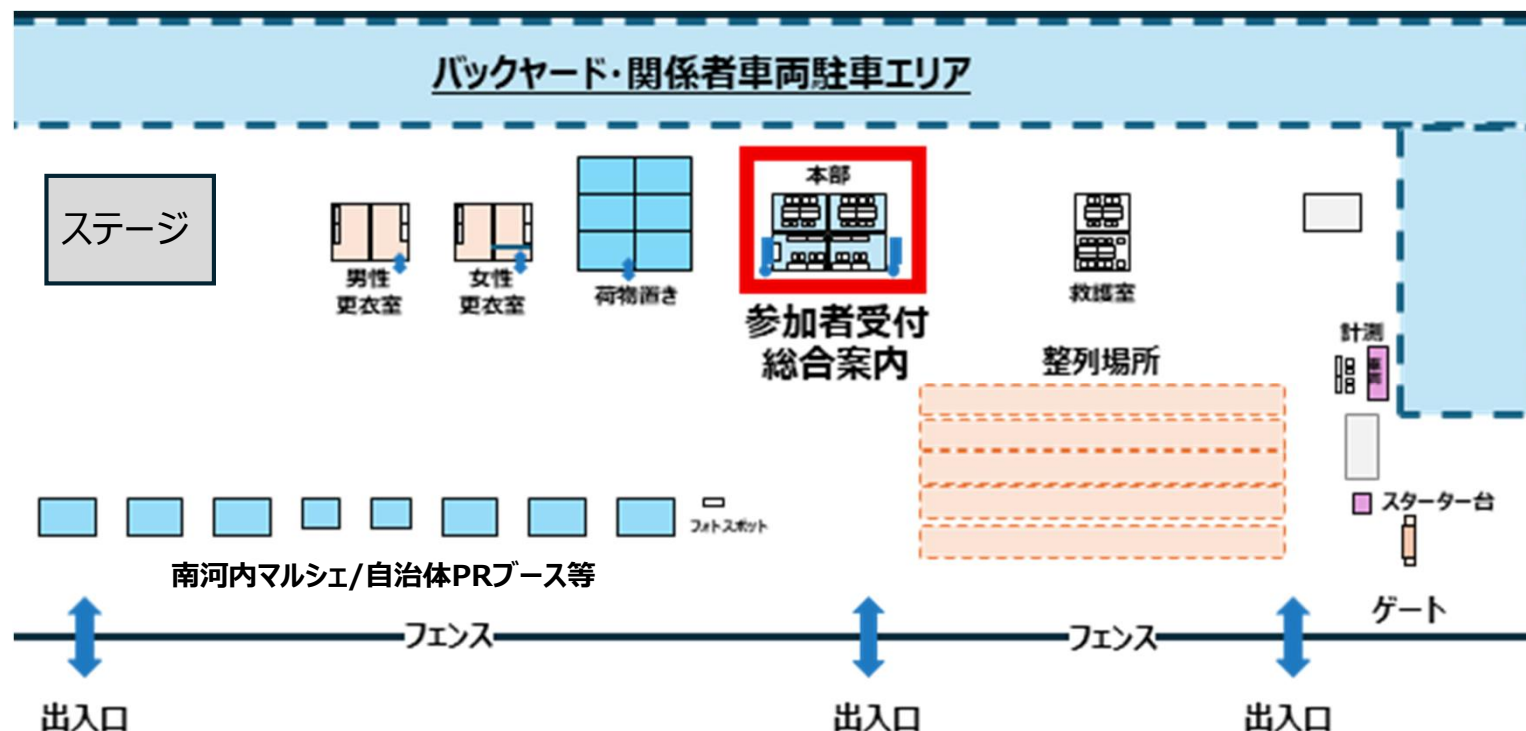
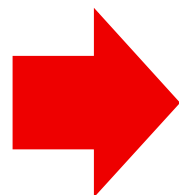
【エイド4】（ロングコース約20kmのみ対象）

内容	種別	アレルギー	ロングコース 往路	ロングコース 復路	ショートコース
いちじく	青果品		●	●	-
みかん＆黒酢のリフレッシュドリンク	ドリンク		●	●	-
水	ドリンク		●	●	-
清涼飲料水	ドリンク		●	●	-

禁止行為	・コース中に既設トイレがございます。定められた場所を利用すること。 ・ヘッドホン、イヤホンなどで両耳をふさぐことはご遠慮ください。 ・他の競技者を傷つけたり、転倒させるおそれがあるなど、他のランナーに対して危険と思われる服装や携行品を身につけること。 ・複数のランナーが連なるなど、他のランナーの進路を妨害する可能性が高い走行。 ・政治的、宗教上の主張をPRするものや広告宣伝等を目的とした服装。 ・大会主催者が認めていない個人の名前、特定の地域・団体などをPRするものや広告宣伝等を目的とした服装。 ・他のランナーがスタート合図と誤認し、大会運営に混乱を招くおそれのある物（強い光、閃光等を発生する照明器具、ホイッスルもしくは警笛又は破裂音や爆発音を発生させる花火など）や、他のランナーの妨げになるような大音量を発生する器具の使用。 ・他の競技者に署名等を求めるもの。 ・競技中、コースの一部で一般の方の横断をさせる場合があり、これを妨げようとする事。 ・その他、上記以外で主催者が大会参加にふさわしくないと判断したもの。 ・走路整備員に従って、コースから出ないようにお願いいたします。 ・参加中に発生したごみはお持ち帰りいただくか、エイドステーションのごみ箱に捨てること。
制限時間	4時間 ※制限時間は号砲を基準とします。号砲からスタートラインを通過するまでに数分程度かかる場合がございます。 ※スタート後2時間30分経過した時点で、折り返し地点に向かっている方は、折り返し地点に向かわずゴール地点へ戻ってください。
その他	いずれの部もタイム計測を実施します。 ・基本的には雨天でも開催しますが、自然災害など大会運営が困難な場合は中止することがあります。大会開催の可否は大会当日の朝（午前7時予定）までに大会ホームページと公式X、Instagramにてご案内します。 ・不審なものを見つけた場合は速やかに付近のスタッフにお知らせください。 ・主催者の責によらない事由で大会を中止した場合、エントリー料の返金は一切行いません。 ・主催者による健康検査は行いません。各自の責任において最良の健康状態で参加してください。 ・競技中に発生した事故についての応急処置は主催者で行いますが、以後の責任は負いません。 ・負傷以外の途中棄権場合は、ご自身でスタート/ゴール地点に戻っていただきます。 ・本イベントはテレビ放送及びインターネットで動画配信を行うことがございます。 ・歓走証（完走証）は、大会公式Webサイトでの電子発行のみとし、紙媒体での発行は行いません。

ご参加の流れ

駐車場
川西駅



受付

参加者受付にて「アスリートビブス」「ランナーズチップ」をお受け取りください。

【受付時間】

- ショートコース
9:00～10:30
- ロングコース
9:30～10:30

荷物置き／更衣室

荷物置き場に荷物を預け、更衣室でお着替えてください。

※更衣室に入る際には「アスリートビブス」をスタッフにお見せください。「アスリートビブス」と「ランナーズチップ」は必ずご着用ください。

フォトスポット

大会企画として、自撮り投稿もしくはフォトスポットでの写真撮影をされた方の中から、特別賞の表彰を行います。

表彰される方には、南河内産品などをプレゼントいたします。奮ってご参加ください。

ウォームアップ

10:50からオープニングセレモニーとウォーミングアップ運動をステージで実施いたします。ゲストも登壇いたしますので、ぜひご参加ください。

各自でウォーミングアップをされる場合は、**バックヤード・関係者車両駐車エリアには入らないようお願いします。**

スタート

ゲート前で
ロングコース 10:50
ショートコース 11:00
から整列を行います。

ビブスの番号順にお並びいただきますので、スタッフの指示に従って整列してください。

終了後の流れ

フィニッシュ

後続ランナーとの接触を避けるため、フィニッシュ後はできるだけ速やかに前にお進みください。

荷物置き／更衣室

荷物置き場でお荷物をピックアップしてください。必要な方は、更衣室でお着替えください。

「ランナースチップ」は紛失しないようにご注意ください。

※荷物置き場・更衣室へ入室する際は、「アスリートビブス」のご提示が必要です。
受付にお越しになる前に、必ずお立ち寄りください。

アンケート回答・参加賞受け取り

受付で「ランナースチップ」を返却して、参加賞をお受け取りください。

また、アンケートにご回答いただいた方にオリジナルトートバックをプレゼントいたします。ぜひご協力をお願いします。

表彰

14:30～ステージにて、特別賞の表彰を行います。

その他にも飲食エリア、スポーツ体験コーナーなどのコンテンツがございますので、ぜひ閉会までお楽しみください。



特別表彰企画 ～#南河内マラニスト ベストスナップ大賞～

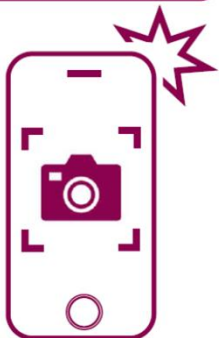


本イベントは競争で順位を競いませんので、特別表彰企画として、フォトコンテストを実施します！

応募方法

応募締め切り：～本日11時30分まで

① 写真撮影



近くのスタッフに
お声がけいただければ
撮影させていただきます！

② フォロー

\ Follow me! /



公式 Instagram アカウント
[@osaka_fruitmaranic]

③ 投稿



公式アカウントをメンションして
Instagramに投稿してください！

4部門で審査します！

ファッション部門

フルーツ部門

スマイル部門

スポーツ部門

※応募時に審査部門は指定できかねます。
審査側で選定いたします。

ご案内

- ・ 参加対象者はランナーのみにになります。
- ・ 必ずゼッケン番号が映った写真を投稿ください。入賞者の発表はゼッケン番号で行います。
- ・ 鍵付き（非公開）アカウントでの投稿は審査対象外となります。
鍵付きアカウントの方 または アカウントをお持ちでない方は、スタッフにお声がけください。
スタッフが写真を撮影し、公式Instagramに投稿のうえ応募いただけます。

入賞者には
南河内地域の名産品など
素敵なプレゼントをご用意！

結果発表は
14時30分からの
表彰式で行います。

スポーツ体験スタンプラリー

南河内フルーツマラニック スポーツ体験スタンプラリー

イベント会場内のスポーツ体験コーナー6か所にラリーポイントを設置、6か所の内3か所以上のスタンプを集めて、総合案内へ持って行くと、素敵な特典をプレゼント！

[実施期間] 2025/11/8(土)11:00～16:00
(回遊時間は15:30まで)

[参加資格] どなたでも 参加費無料

[実施場所] ラリー用紙：総合案内とラリーポイント6か所に設置

ラリーポイント：スポーツ体験コーナー6か所

- ①スナッグゴルフ
- ②ピックルボール
- ③フィールドホッケー
- ④ヨガ
- ⑤モルック
- ⑥走り方教室&30m走

[プレゼント] 3つ以上スタンプを集めたら、総合案内で下記をプレゼント
・麒麟ビバレッジ株式会社共催「iMUSE」（先着120名様）
・ステッカー
・お菓子のつかみ取り



スポーツ体験スタンプラリー

スナッグゴルフ体験



スナッグゴルフ (SNAG golf) はゴルフの入門編として最適なスポーツです。

使用するクラブはアイアンとパターの二種類。

クラブヘッドの大きさは従来のゴルフと比べて3倍強あるので初心者でも簡単にボールを打つことができます。

ルールも簡単なので、子どもから大人まで気軽にゴルフを体験し楽しめるようになっています。



平山 壮大 プロ
(ひらやま そうだい)
PGAトーナメントプロ
【所属】フリー
【出身校】
大阪学院大学高→大阪学院大学

実施期間	11:00～16:00
参加資格	どなたでも 参加費無料
講師	平山 壮大 プロ
出展団体	一般社団法人 日本高等学校・中学校ゴルフ連盟

ココロとカラダに実る ～秋空やさしいヨガ教室～



川端 由佳



小倉 香央里



臼井 由紀子

はじめてヨガにチャレンジされる方や身体が硬い方、ヨガがお好きな方にも十分に楽しめるオススメの30分レッスン。

簡単なヨガのポーズで姿勢の改善や体力の維持にも繋がるヨガ。健康増進や心のリフレッシュに秋空の下で一緒に行いましょう。

実施期間	1. 11:30～12:00 2. 13:00～13:30 3. 15:00～15:30 1回あたり30分・2回
参加資格	どなたでも/整理券制 参加費無料
参加人数	1回最小15名～最大30名
講師	インストラクター3名 小倉 香央里、川端 由佳、臼井 由紀子

スポーツ体験スタンプラリー

30m走体験



全力で駆け抜ける爽快な30m走体験！
タイムを計り、自分のスピードを数値で実感できます。
友だちや家族とタイムを競い合って、運動の楽しさを体感しよう！

実施期間	11:00～16:00 (12:30～13:00は走り方教室を実施)
参加資格	どなたでも 参加費無料
協力	大阪府立長野高等学校

ピックルボール体験



日本発ピックルボールブランド「TOCO」による無料体験イベント！
土のグラウンドのためゴムボールを使用し、2面コートで15分間の無料体験ができます。
お気軽にご参加ください。

実施期間	11:00～16:00
参加資格	どなたでも 参加費無料
出展団体	ビーズ株式会社

スポーツ体験スタンプラリー

モルック体験



フィンランド発祥のスポーツ!日本でも2024年モルック世界大会を北海道にて開催致しました。

老若男女問わず誰もが一緒に笑顔になれるスポーツがモルックです。体験コーナーを通して様々な人と繋がりを楽しみましょう。

ルールや投擲レクチャーを実際に指導員から直接教わる機会はありませんので、ぜひご参加下さい。

実施期間	11:00~16:00
参加資格	どなたでも 参加費無料
出展団体	一般社団法人 日本モルック協会

フィールドホッケー体験



オリンピック競技であるホッケーは英国発祥のスポーツでヨーロッパでは人気の高いスポーツです。

日本では女子ホッケーが6大会連続でオリンピックに出場しています。

ホッケー競技への入り口としてストリートホッケーを立ち上げ、まずは子供たちに気軽に狭いスペースで簡単で安全なホッケーの楽しさを味わってほしいと思います。

実施期間	11:00~16:00
参加資格	どなたでも 参加費無料
出展団体	大阪ホッケー協会

キッチンカー

一縁



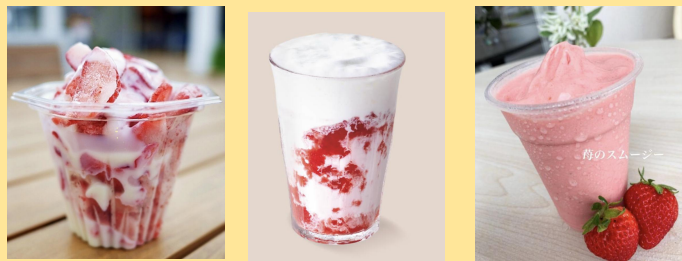
普段から広島焼きには松波キャベツさんを使っています。
キャベツの甘みたっぷりボリューム満点の広島焼きです
メニュー：
広島焼き ¥700／みそ焼きうどん ¥700／たまごせんべい ¥400／チョコバナナ ¥500／ドリンク ¥400

LAMP



地元のフルーツをより美味しく召し上がって欲しいです。
メニュー：
ジェラート シングル ¥500／ジェラート ダブル ¥600／
わらびもちドリンク ¥650／蓋付きジェラート ¥500／
ジェラートシェイク ¥800／焼き芋ジェラート ¥600／
沖縄そば ¥700

ファームランドふくなが



イチゴ農家直営キッチンカーたっぷりイチゴを使用した
メニューを販売
メニュー：
削りイチゴ 600円／削りイチゴ 練乳あり650円／
イチゴスムージー 600円／イチゴミルク 500円／
イチゴサイダー 500円

かあかのごはん



ホットサンドイッチをメインメニューとし、イベント出店などを
させていただいております。

メニュー：
塩麹だし巻き玉子サンド ¥1000／ホットサンドセット
¥900／グリルチキンサンドイッチ ハーフ ¥700／グリルチ
キンサンド ¥1200／マンゴーバナナFROZEN ¥500／
たきちゃんのレモネードスカッシュ ¥400

キッチンカー

BOULANGERIE le RASE



美容や健康によいとされるキヌアやチアシードのスーパーフードに加え、全粒粉・ライ麦・オートミール・黒米等の穀物がたっぷり入ったパン生地を使用したホットドックです。

メニュー：

フランクドック ¥800／唐揚げドック ¥800／ビーフドック ¥900／ベーコンチーズポテト ¥700／チーズ唐揚げ ¥600／ハーブフランク ¥500／いちごスムージー ¥500／桃スムージー ¥500／レモネード ¥500

ゆめとらっく



南河内の野菜を使用した焼きそばを販売させていただきます。

メニュー：

たこ焼き ¥500／焼きそば ¥600／たません ¥300

ヤイテハサム



こだわった具材を使ったチーズたっぷりのグリルドチーズサンドイッチです。ぜひ出来立てをお召し上がりください。

メニュー：

チリコンカン ¥850／ホワイトソースと ¥850／ベーコンエッグチーズ ¥850／プレスクロワッサンアイス ¥500／コーラ ¥500／コールドブリュー ¥450／カフェオレ ¥550／ジンジャーエール ¥500／レモンスカッシュ ¥500／レモネード ¥500

道の駅 かなん



大阪南東部、金剛葛城山の麓に位置し、肥沃な大地と、きれいな水に育まれた新鮮野菜が喜ばれています。春は「千両なす」、夏は「いちじく」、秋は、「水越米」が人気で、なにわの伝統野菜や、米粉パンやお餅等の農産加工品も人気です。

道の駅 近つ飛鳥の里・太子



日本遺産「竹内街道」の沿道にある道の駅。太子町産の新鮮なフルーツや野菜、お土産がならぶ。周辺の歴史散策にも便利で、季節には人気のシャインマスカットやミカンを求める人が多く訪れます。

道の駅 ちはやあかさか



私たちは大阪でたった1つの村「ちはやあかさか村」にある「日本一かわいい道の駅」です。小さな小さな道の駅は人にも地球にも優しい道の駅。とことん手づくりでこだわっています。循環しつづける村にある「くるくる、わくわく 道の駅」です。

道明寺麦酒



地元や道明寺天満宮でとれた果実使用や、地元応援ソングを聞かせながら発酵させたオリジナルクラフトビールを約10種類販売します。