

在鸣门 2026年3月 总第225期

德岛马拉松 徳島マラソン

3月22日，我去德岛市参加了今年的德岛马拉松。比赛分为全程马拉松和3公里、1.5公里中小学生挑战的马拉松。作为一个5+30岁的选手，很自然的参加了1.5公里项目。

3月22日、私は徳島マラソンに参加しました。今回はフルマラソンのほかに、3キロと1.5キロのチャレンジランもありました。「5才+30才」の一員として、迷わず1.5キロを申し込みました。



一早来到出发地点的德岛县厅附近，这里有详细的指南，包括临时洗手间、寄存行李处、救护中心和供水点等等。

朝一、スタート地点の徳島県庁に行きました。案内ブースや仮設トイレ、手荷物預かり、救護所、給水所などが設置されていました。



9点整，马拉松正式开始。在出发点，德岛县的卡通形象酸橘君向大家挥手致意，沿路也有身着阿波舞传统服饰的舞者为大家加油打气。来到德岛中央公园后，沿路有志愿者提供饮料。

9時ちょうど、マラソンがはじまりました。出発地では徳島県のマスコットキャラクター「すだちくん」が皆さんにあいさつをしました。また、伝統衣装を着た阿波踊りの皆さんがランナーを応援しました。県庁から徳島中央公園に入ると、ボランティアから水ももらいました。

比赛结束后，在新町川水际公园处有卖小吃的、卖纪念品的、还有各类表演。其中最有趣的就是集齐各地的章赢取小礼物。

マラソン終了後、新町川水際公園でイベントが開かれ、キッチンカーや記念品

を販売するほか、舞台ではいろいろな演技もありました。この中で一番面白いのは周遊スタンプラリーでした。



收集所有的章需要按照顺序去 5 个指定地点,将章重复盖在同一张卡片上,于是就出现神奇的现象。

すべてのスタンプを集めるには 5 つの場所を順番通りにまわって、それぞれのスタンプを同じカードに押す必要があります。それぞれの様子は写真のように、不思議なものでした。

明年 3 月的德岛马拉松,起点依旧在德岛县厅,终点则更改为鸣门·大塚体育公园。正值樱花开放的季节,欢迎大家的到来。

来年 3 月の徳島マラソンのスタート地点も徳島県庁ですが、終点は鳴門・大塚スポーツパークに変更されました。お花見シーズンなので、皆さんが訪れることを期待しています。

赏樱 お花見

今年的赏樱季到了。鸣门的染井吉野樱的开花时间较四国的其他地方偏晚,大概在 4 月上旬迎来盛开。在这里选择几个不错的赏樱地。

お楽しみのお花見シーズンがやって来ました。鳴門市のソメイヨシノの開花は四国の中で少し遅れ気味で、平均は四月上旬に満開を迎えます。ここでいくつかの花見スポットを紹介したいと思います。

首先推荐的是内海综合公园,这里靠近鸣门教育大学,有德岛县最大的草坪,有供野炊的烧烤台、沙滩排球、滑板、网球、篮球的运动场等等。这里也有一片樱花回廊,可以一遍眺望大海的景色,一遍赏樱。

まずはウチノ海総合公園です。鳴門教育大学に近く、県内最大級の芝生を持っている場所です。バーベキュー付きのキャンプ場、ビーチバレーコート、スケートボード練習場、テニスやバスケットボールコートなどもあります。ここのお花

見回廊からウチノ海を眺めることができます。



从公园正门出去右拐，沿着道路一直走大概 10 分钟，就来到了第二个推荐地方，鸣门盐田公园。这里有展示鸣门过去制盐工艺的福永家住宅，每年 6 月和 10 月各有 1 天向普通游客公开。这里也有连片的樱花，不过感觉来的人并不太多，算是一个比较小众的地方。

公園の正門から右に曲がって、道路に沿って 10 分ぐらい歩くと、お勧めの鳴門塩田公園に到着します。ここではむかしの鳴門の製塩工程を展示する福永家住宅が毎年 6 月と 10 月に各 1 日一般公開されています。たくさんのサクラが植えられていますが、来る人が少なく、あまり人気がないと感じました。



之后来到鸣门市区，从 JR 鸣门站往西，朝着山的方向一直走 15 分钟左右，就来到了大池樱公园。这里是藏在深山里一个景色十分优美的地方。满山的樱花倒映在湖水上十分好看。由于大部分是砂石土路，需要注意。

鳴門市中心部に戻ります。JR 鳴門駅から西の山の方向へ歩いて約 15 分離れたところに、大池桜公園があります。山奥に隠れた秘境ともいわれる花見のスポットです。斜面全体がサクラに覆われて、とてもきれいです。砂利や土の道が多く、注意する必要があります。



接下来推荐的是在鸣门警察署前的新池川公园，沿岸有大概 700 米长的樱花路，有很多人在这里散步、拍照。

続いては鳴門警察署前の新池川公園です。川沿いに約 700 メートルのサクラが植えられており、多くの人が散歩したり、写真を撮ったりします。



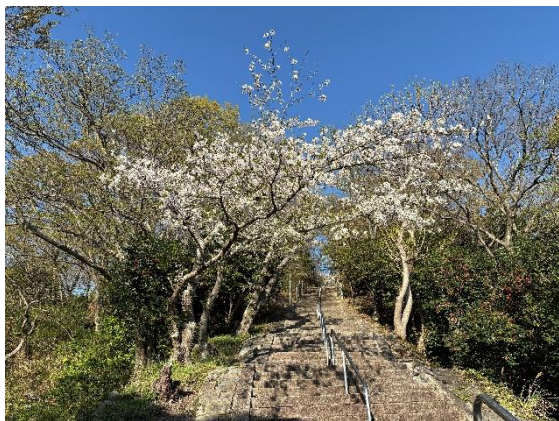
在鸣门市役所东面的抚养川沿岸的也有一片樱花树，不论是从远处看樱花的倒映在水里，还是从近处走一走，也是不错的。

また、鳴門市役所東側の撫養川沿岸にもサクラがあります。遠くから見ても近くから見てもおすすめです。



最后就是妙见山了，从 JR 鸣门站出来后往东走，经过抚养川上的文明桥，继续往东走大概 10 分钟，在路尽头就能看到台阶和鸟居。从这里再爬 10 分钟左右就能爬上去，这里种有大片的樱花树，可以眺望鸣门市区的景色。这里的樱花的盛开时间平均偏晚，大概是德岛气象局公布染井吉野樱盛开消息 3 天后左右才会盛开。

最後は妙見山です。JR 鳴門駅から東に歩いて 5 分、撫養川の文明橋を渡って、さらに 10 分ぐらい歩くと、突き当りに階段と鳥居が見えます。階段を 10 分ぐらい登ると、目の前にたくさんのサクラが見えます。ここから鳴門市内の景色を俯瞰することもできます。妙見山の満開は鳴門市の中で少し遅れ気味で、だいたいは徳島地方気象台がサクラ満開発表の 3 日後ぐらいに見頃を迎えると感じています。



大家都去了哪里赏樱呢？欢迎分享。
皆さんはどこでお花見をしましたか。感想を教えてください。





所属：鳴門市文化交流推進課

住所：鳴門市撫養町南浜字東浜 170（〒772-8501）

TEL：088-684-1538 / FAX：088-683-0237

E-mail: bunkakoryu@city.naruto.i-tokushima.jp

作成：呉 世康