

2025 年 7 月 11 日

Honda 陸上競技部の青木涼真選手が日本陸上選手権 3000m 障害物で優勝

Honda 陸上競技部の青木涼真選手が、7 月 4 日（金）に東京都新宿区の国立競技場で開催された第 109 回 日本陸上競技選手権大会男子 3000m 障害物（以下、3000m 障害）決勝に出場し、2 大会連続となる優勝を果たしました。



青木選手は、集団の人数が徐々に絞られサバイバルレースとなる中、好位置を維持し続け、残り 300m 付近で満を持してトップに立つと、そのままリードを保って最後の直線へ。最終障害を越えてから勝負を決定づける力強いスパートをかけ、8 分 26 秒 62 のタイムでフィニッシュし、堂々の連覇を達成しました。

本大会には Honda 陸上競技部から 5 名の選手が出場し、男子 5000m で森尻也選手が準優勝するなど、大会を通じて、目覚ましい活躍を見せました。

Honda 陸上競技部は、今後も日本の陸上競技界をリードする存在となることを目指し、強化を続けていきます。

Honda はこれからも「スポーツ活動を通じて挑戦する人々を増やし、あらゆる人の人生を豊かにする」というビジョンのもと、夢の実現に向けてチャレンジするアスリートを応援していきます。

■青木涼真選手のコメント

「たくさんの応援をありがとうございました。前回大会に引き続き優勝することができました。今までにない多くの声援に背中を押され、自信を持ってレースに挑むことができました。東京で開催される世界選手権出場に向けてまた一步近づくことができたので、これからも挑戦を続けます。引き続き応援よろしくお願いいたします」

■青木涼真（あおき りょうま）選手 プロフィール



生年月日：1997 年 6 月 16 日（28 歳）

出 身：埼玉県

経 歴：春日部高校 – 法政大学 – Honda 陸上競技部

<主な戦績>

- 2025 年
第 109 回日本陸上競技選手権大会 3000m 障害 優勝
- 2024 年
第 33 回 オリンピック競技大会（パリ 2024 オリンピック）3000m 障害 予選 3 組 8 着
第 108 回 日本陸上競技選手権大会 3000m 障害 優勝
Boston University David Hemery Valentine Invitational 室内 1 マイル 13 位
※アジア新記録および日本新記録樹立
（アジア記録は当時、日本記録は 2025 年 7 月現在も記録保持）
- 2023 年
第 107 回 日本陸上競技選手権大会 3000m 障害 7 位
第 25 回 アジア陸上競技選手権大会 3000m 障害 優勝
第 19 回 世界陸上競技選手権大会 3000m 障害 14 位
第 19 回 アジア競技大会 3000m 障害 2 位
- 2022 年
第 18 回 世界陸上競技選手権大会 3000m 障害 予選 3 組 11 着
第 106 回 日本陸上競技選手権大会 3000m 障害 2 位
- 2021 年
第 105 回 日本陸上競技選手権大会 3000m 障害 3 位
第 32 回 オリンピック競技大会（東京 2020 オリンピック）3000m 障害 予選 2 組 9 着
- 2020 年
第 104 回 日本陸上競技選手権大会 3000m 障害 3 位

■第 109 回日本陸上競技選手権大会結果

選手名	種目	記録	順位
青木 涼真	3000m 障害	8 分 26 秒 62	優勝 ※2 大会連続
荒井 七海	1500m	3 分 41 秒 60	9 位
森 凪也	5000m	13 分 38 秒 56	準優勝
中野 翔太	5000m	14 分 18 秒 73	17 位
小袖 英人	5000m	13 分 56 秒 58	予選 3 組 14 着