

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。



写真：森田直樹/アフロスポーツ

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 で森凪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歩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ひいたします」

■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