令和４年度 第２０回南部町駅伝・マラソン大会

マラソン参加申込書

* **一般 / 高校生**
* **町内 / 県内 / 県外**
* 該当種別に○印をつけてください。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ふりがな |  | 男・女 | 生年月日 | 年齢 |
| 氏名 |  |  | 歳 |
| 年　　　月　　　日 |
| 住所 | 〒 | 電話番号 |  |
| 申込規約及び誓約書１．参加申込のあった選手については、当日のみ主催者側で傷害保険に加入する。２．競技中の事故等については、応急処置は行うが、後は各自の責任とする。３．交通事故防止及び選手擁護のため、伴走は全区間禁止とする。４．申込者本人以外の出場は認めない。５．9.0ｋｍ地点（総合センター前）で、制限時間1時間（10:45）を越えて、通過することはできない。６．参加申込は各自の責任においてすること。また、参加申込者が高校生の場合は、申込責任者は保護者とし、保護者の責任のもと申込みをすること。７．大会当日の写真や動画等を大会ホームページ等で使用することを承諾する。ただし、希望があれば削除することができる。８．その他、主催者が定める大会実施要項、競技規則に則り、主催者の運営上の指示に従う。 |

上記の者は申込規約及び誓約書に同意し、駅伝・マラソン大会出場に支障のないことを確認し、申し込みます。

令和　　　年　　　月　　　日

申込責任者(本人または保護者)　　 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　㊞

住所

電話番号

※裏面の注意事項をよく読み、記入漏れ等のないようにお願いします。

第２０回南部町駅伝・マラソン大会申込時の注意事項

【マラソン】

* 申込書に記載の『申込規約及び誓約書』を必ずお読みください。
* 該当種別に○印をつけてください。
* 氏名には必ず「ふりがな」をつけ、漢字等正確にご記入ください。
* 全項目に、必ず記入してください。
* 申込書はスポーツ協会事務局へFAX、持参又は郵送でお願いします。
* 提出期限はFAX・持参については、令和４年１２月５日（月）～１２月１６日（金）午後５時まで、郵送については、令和４年１２月１６日（金）必着です。
* 申込は先着順となりますが、FAXは受信時間、郵送は郵送物到着時間、持参は事務局受付時間となります。
* 申込の際は別紙『申込時健康チェックリスト』をよく読み、出場に支障がないことをご確認の上、申込んでください。
* マラソンの参加申込については町内外の優劣なく、定員になり次第終了とします。抽選会は行いませんので、ご了承ください。

* マラソンの申込者については、申込者本人以外の出場は認めません。

お問い合せ先

南部町スポーツ協会事務局

（南部町教育委員会内）

Tel　0556-64-4841

Fax　0556-64-3199

令和４年度　第２０回南部町駅伝・マラソン大会

申込時健康チェックリスト

　第２０回南部町駅伝・マラソン大会申込にあたり、以下の点を選手各自が必ずチェックし、申込をしてください。

（１）下記の項目(①～⑤)のうち1つでも当てはまる項目があれば、レースの参加の可否について、医師によく相談してください。また、医師の指導のもと、検査や治療を受けてください。レースに参加する場合には、自己責任で行ってください。

①.　心臓病(心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、先天性心疾患、不整脈など)の診断を受けている、若しくは治療中である。

②.　突然、気を失ったこと(失神発作)がある。

③.　運動中に胸痛、ふらつきを感じたことがある。

④.　血縁者に“いわゆる心臓マヒ”でとつぜん亡くなった方がいる(突然死)。

⑤.　最近1年以上、健康診断を受けていない。

（２）下記の項目(⑥～⑨)は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。

　　　当てはまる項目があれば、医師に相談してください。

⑥.　血圧が高い(高血圧)。

⑦.　血糖値が高い(糖尿病)。

⑧.　LDLコレステロールや中性脂肪が高い(脂質異常症)。

⑨.　たばこを吸っている(喫煙)。

かかりつけ医がいる場合には、かかりつけ医に適切な検査や治療を受け、レース参加などについて相談しましょう。

『マラソンに取り組む市民ランナーの安全10ヶ条』より抜粋