

第35回佐久市望月駒道強歩大会チェックシート

〔新型コロナウイルス感染症拡大防止対策〕

大会当日、必ずご自宅で朝食前に検温の上、次の13項目すべてチェックし受付に提出してください。
また、下記項目(1~13)の中で、1つでもあてはまらない項目があれば参加はできませんのでご承知ください。

*不織布マスクを確実に着用の上、会場にお越しください。

*参加者の間隔は必ず、最低1m以上を保ち行動してください。(マスクの着用しない距離は2m以上の場合)

*大会当日、受付で検温します。37.5℃以上の場合、参加できません。

*65歳以上の方で、基礎疾患を有する場合、重症化するリスクが高い旨を認知された上でご参加ください。

〔□13項目:必ずチェックをしてください。〕

- 1□ 新型コロナウイルス感染症陽性と診断された方と濃厚接触歴はない。
- 2□ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方はいない。
- 3□ 過去10日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域への渡航又は渡航歴がある方(在住者含)との濃厚接触歴はない。
- 4□ 所属する職場、学校等が新型コロナウイルス感染症拡大防止で休業・休校となっていない。
- 5□ 体温は平熱である、発熱はない。(発熱:基準37.5℃以上)
- 6□ かぜの症状(微熱、頭痛、のどの痛み、咳、鼻水)はない。
- 7□ 臭覚や味覚の異常は感じない。
- 8□ 身体が重く感じない、疲労感はない。
- 9□ 大会前日の睡眠は充分にとれた。
- 10□ 大会前の食事や水分をきちんと摂れた。
- 11□ 胸や背中の不快感や痛みはない。動悸・息切れもない。
- 12□ 腹痛、下痢はない。吐き気もない。
- 13□ ゴールまでの見通しが立っている。

注意事項

- ◎ 「ビブスナンバー」、「チェックシート・同意書」、「マスク」を忘れた方は、参加はできません。
- ◎ 所定コースの右側路側帯内又は右側路肩及び歩道を通行し車道には、はみ出さないでください。
- ◎ 誘導員及び信号機に従い横断し、走行中の車や道路の横断には十分ご注意下さい。
- ◎ 新型コロナ感染拡大防止の為、密集時のマスク着用と人との間隔は最低1mのスペースを保ち行動してください。
 - ・咳エチケット、手指アルコール消毒の徹底をお願いします。
 - ・エイドポイントでは、紙コップでの飲料水の提供はできません。他飲食の必要な方はご持参ください。
 - ・ペットボトルの飲み残しは、公道などに流すことなく下水処理ができるトイレで処理ください。
 - ・マスク、ペットボトル等ゴミのポイ捨ては厳禁です。(ゴミはすべて各自、お持ち帰りください。)
- ◎ **マスク着用中での熱中症にご注意下さい。(状況に応じ着脱、こまめな水分、塩分補給、休息を)**
- ◎ 体調に異状を感じたら、早めに棄権する勇気を持ちましょう。
- ◎ ラストスパートは急激に心臓に負担がかかり危険です、余裕を持ってゴールを目指してください。
- ◎ リタイアする時は、ビブスナンバーを外し、振って、役員に意思表示をしてください。

同意書

強歩大会参加後、10日間以内に発熱やせきなど、感染が疑われる症状が発生した場合は、かかりつけ医又は居住の管轄区域保健所へ相談し、速やかに大会事務局へ連絡することに承諾します。

また、大会開催要項・大会規則及び注意事項、参加可能な健康状態について等、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を事前に確認し協力します。

なお、チェックした内容13項目に虚偽はありません。

2022年9月11日

〔ビブスナンバー〕

住所:

生年月日:

参加者
署名

連絡先:

<必ず連絡が取れる凸>

保護者同意署名 (18歳未満の方のみ):

印

伴歩者署名:

*チェックシートは、大会終了後1ヶ月間をめぐりに保管、保管期間を過ぎた当該情報は、適正かつ速やかに破棄します。

<新型コロナウイルス感染症は、注意していても誰もが感染する可能性があります。皆様も例外ではありません。感染者及び家族、医療従事者への不当な差別偏見や誹謗中傷が生じています。人権への配慮を第一に考え冷静な行動をとり、お互いに尊重し合い支え合い、一丸となってコロナ禍を乗り越えていきましょう。>