

第34回佐久市望月駒道強歩大会チェックシート・同意書

安全安心に大会に参加していただくために、大会2週間前から健康管理に留意され、当日の体調をチェックしてください。
大会当日、必ずご自宅朝食前に検温の上、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。
*マスク着用の上、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。
*大会当日、受付で検温します。37.5℃以上の場合、参加を見合わせていただきます。
*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14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

- ◎ 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ください。
- ◎ 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可能な限り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、コップ等で提供する飲食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。ご理解とご協力をお願いします。
 - ・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、こまめな給水)
 - ・マスク、ペットボトル等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。)
- ◎ 熱中症予防のため水分補給を心がけましょう。(特に、コース後半)
- ◎ 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、ナンバーカードを外し、振って、役員に意思表示をしてください。

■参加可能な健康状態について ■「発熱や風邪症状を認める者の職場復帰の目安」<一般社団法人日本渡航医学会・公益社団法人日本産業衛生学会>
大会開催2週間前から当日迄の健康状態において、発症及び症状消失の状況が認められた場合、次の①②の両方の条件を満たす状況であれば参加を認めます。

- ① 発症後にすくなくとも8日が経過している。⇒発症日を0日として8日間のこと
- ② 薬剤を服用していない状態で、解熱後及び症状消失後にすくなくとも3日間が経過している
⇒解熱日、症状消失日を0日として3日間のこと

■大会終了後も健康観察、行動歴を記録しましょう。■

同意書

強歩大会参加後、2週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同意します。

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致します。

なお、チェックした内容13項目に虚偽はありません。

2021年9月26日

〔ナンバーカード: _____〕	住所: _____ 生年月日: _____
署名 _____	連絡先: _____
保護者署名(18歳未満の方のみ): _____	

*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。>