

**第5回子宮頸がん予防啓発マラソン
高崎美スタイルマラソン2016実施要項**

1. 主 催 高崎美スタイルマラソン実行委員会
2. 共 催 高崎市、高崎市教育委員会、NPO 法人ラサーナ、高崎市陸上競技協会
3. 後援 (予定) 群馬県、群馬県教育委員会、高崎商工会議所、日本産婦人科医会、群馬県産婦人科医会、高崎市医師会、群馬県看護協会、シンクパール、日本対がん協会、NPO 法人子宮頸がんを考える市民の会、子宮頸がん征圧をめざす専門家会議、上毛新聞株式会社、群馬テレビ株式会社、株式会社エフエム群馬、読売新聞前橋支局
4. 主 管 高崎市陸上競技協会
5. 運営協力 (予定) 高崎警察署、高崎経済大学陸上競技部、高崎市内各高等学校陸上競技部、群馬県健康づくり財団、JR 東日本高崎駅、高崎ターミナルビル株式会社高崎モントレイ店
6. 協賛 (予定) 子宮頸がんを考える医師・歯科医師の会、他協賛各社
7. 日 時 平成28年10月10日 (月・体育の日) 雨天決行
選手受付 前日：高崎駅コンコース特設会場 (西口方面ロッセリア横) 午後1時～午後6時
当日：もてなし広場 午前7時～午前8時 開会式 午前8時～
8. 会 場 もてなし広場 街なかコース【非公認コース】 (高崎市高松町1-1)
9. 競技種目

部門	距離	種 目		参加・年齢条件等	スタート時間	定 員
美スタイル マラソンの部	10km	1部	女子 中学校卒業以上～30歳	大会当日をもって その年齢に達している方	9:00	500名
		2部	女子 31歳～40歳			
		3部	女子 41歳～50歳			
		4部	女子 51歳以上			
	2.7km	5部	街なかジョギング	男女、年齢を問いません 小学校3年生以下は保護者のエントリーも必要です	9:05	200名
高崎市 民の部	10km	6部	女子 中学校卒業以上	高崎市民、又は市内に在勤・在学する方	9:03	300名
		7部	男子 中学校卒業以上			

10. 競技規定
 - (1) 2016年度日本陸上競技連盟規則に準ずるほか、本大会規定により行います。
 - (2) 10kmコースの制限時間は、午前10時30分とします。
※制限時間は、号砲を基準とします。
※制限時間内にゴールできない選手は、競技を中止していただきます。
 - (3) ランナーストップ及び緊急車両の通行について
周辺交通の影響を緩和するため、各交差点においては午前10時から、主要交差点では状況に応じて、審判員、警察官、大会役員等の判断によりランナーストップを行います。
また、救急車、消防車等の緊急車両が通過する場合は、審判員、警察官、大会役員等の指示により走行を停止していただく場合があります。
※午前10時30分交通規制が解除されます。
※ランナーストップ及び緊急車両の通行によるロスタイムの計測はありません。
11. 参加規定
 - (1) 未成年の参加については、保護者の同意を必要とします。

- (2) 10 kmコースは1時間25分以内で完走できる方。
- (3) ドレスコード（服装規定）として、全参加者健康で元気な証しである『オレンジ色』のものを身に付けてください。（例：帽子・ウェア・シューズ・リボン・バンダナ・ネイル等）

12. 表彰

- (1) 10 kmコースの各種目1位～3位に賞状・トロフィー・副賞、4位～8位に賞状・副賞を贈ります。
- (2) 街なかジョギングは表彰を行いません。
- (3) 美スタイルマラソンの部1部から4部の完走者の中から特別賞（フォトジェニック賞、ビューティフル・ラン賞ほか）を表彰します。
- (4) 完走者全員に完走証（ゴール後即時発行）を差し上げます。
- (5) 参加者全員に参加賞を差し上げます。

13. 参加料

- (1) 美スタイルマラソンの部 1部～4部：1人4,000円、高校生1人1,000円
5部：1人2,500円、高校生以下1人1,000円
- (2) 高崎市民の部 6部～7部：1人3,000円、高校生1人1,000円
- (3) 参加料には、保険料・参加賞代・運営費等を含みます。
- (4) 参加料の10%は子宮頸がん予防啓発活動に役立っています。

14. 申込方法

参加者は、別記の申込規約に必ず同意の上、インターネットRUNNET <http://runnet.jp/>（コンビニ又はクレジットカード支払い等）からお申込みください。

- ※参加料には別途RUNNETエントリー手数料がかかります。
- ※参加申込者には、大会の2週間～10日前に「参加通知書」を送付します。
- ※受付後のキャンセルはできません。
- ※インターネットの環境がない方は、電話にて実行委員会事務局までお問い合わせください。
- ※参加申し込みあたっては、「申込規約」への同意が必要です。

15. 申込期間

2016年6月20日（月）～8月31日（水）

※申込期間内であっても、先着順で定員になり次第締め切ります。

16. 注意事項

- (1) ナンバーカード・参加賞は、前日受付/当日受付で交付いたします。
前日受付（高崎駅コンコース特設会場）：午後1時00分～午後6時00分
当日受付（もてなし広場）：午前7時00分～午前8時00分
※指定時間内に所定場所にて完了してください。
- (2) 傷害保険は主催者が加入します。
- (3) 参加者は、必ず「申し込み時健康チェックリスト」を確認して申し込みください。また、大会当日は「スタート前チェックリスト」を必ず確認して、出走を判断してください。
- (4) 参加者は、万一の事故等に備え、保険証を持参してください。
- (5) 参加者は、競技役員・警察官・大会運営関係の指示に従ってください。
- (6) 招集は、参加種目スタート10分前にスタート位置で行います。
- (7) 周回コースのため、追い抜きがあるので左側走行を厳守してください。
- (8) 障がいのある方で単独走行が困難な方は、伴走を付けることができます。
- (9) 本大会は選手用駐車場の用意がありませんので、公共交通機関をご利用いただくか一般の有料駐車場をご利用ください。

17. 問い合わせ先

高崎美スタイルマラソン実行委員会事務局

住所：高崎市若松町96 NPO法人ラサーナ内

電話：070-4420-4111（水・日・祝除く 8:00～17:00）FAX：027-322-8248

申込規約

1. 自己都合による申込後の種目変更・キャンセル・権利譲渡・名義変更はできません。また、過剰入金・重複入金の返金はいたしません。定員を超える申込があった場合、入金期限内に参加料の支払が完了していても入金日によっては申込が無効となる場合がございます。その場合、主催者が定める方法により返金されます。
2. 地震・風水害・降雪・事件・事故・疫病等による開催縮小・中止、参加料返金の有無・額、通知方法等についてはその都度主催者が判断し、決定します。
3. 私は、心疾患・疾病等なく、健康に留意し、十分なトレーニングをして大会に臨みます。傷病、事故、紛失等に対し、自己の責任において大会に参加します。
4. 私は、大会開催中に主催者より競技続行に支障があると判断された場合、主催者の競技中止の指示に直ちに従います。また、その他、主催者の安全管理・大会運営上の指示に従います。
5. 私は、大会開催中に傷病が発生した場合、応急手当を受けることに異議ありません。その方法、経過等について、主催者の責任を問いません。
6. 私は、大会開催中の事故、紛失、傷病等に関し、主催者の責任を免除し、損害賠償等の請求を行いません。
7. 大会開催中の事故・傷病への補償は大会側が加入した保険の範囲内であることを了承します。
8. 私の家族・親族、保護者（参加者が未成年の場合）、またはチームメンバー（代表者エントリーの場合）は、本大会への参加を承諾しています。
9. 年齢・性別等の虚偽申告、申込者本人以外の出場（代理出走）はいたしません。それらが発覚した場合、出場・表彰の取り消し、次回以降の資格はく奪等、主催者の決定に従います。また、主催者は、虚偽申告・代理出走者に対して救護・返金等一切の責任を負いかねます。
10. 大会の映像・写真・記事・記録等（において氏名・年齢・性別・記録・肖像等の個人情報）が新聞・テレビ・雑誌・インターネット・パンフレット等に報道・掲載・利用されることを承諾します。また、その掲載権・使用权は主催者に属します。
11. 大会申込者の個人情報の取扱いは、別途記載する主催者の規約に則ります。
12. 上記の申込規約の他、主催者が別途定める大会規約に則ります（齟齬がある場合は大会規約が優先します）。

個人情報の取り扱いについて

主催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報保護に関する法律及び関連法令等を厳守し、主催者の個人情報保護方針に基づき、個人情報を取り扱います。大会参加者へのサービスの目的とし、参加案内、関連情報の通知、次回大会の案内、大会協賛・協力・関係団体からのサービスの提供、記録発表（ランキング等）に利用いたします。また、主催者もしくは委託先からの申込内容に関する確認連絡をさせていただくことがあります。

申し込み時健康チェックリスト

(財) 日本陸上競技連盟医事委員会

市民マラソン・ロードレース申し込みにあたって、健康チェックが必要です。

申込者各自で必ず確認してください。

(A) 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、レース参加の可否について、かかりつけ医によく相談してください。かかりつけ医の指導の下、検査や治療を受けてください。レースに参加する場合は、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、も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’で突然に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。

(B) 下記の項目(6~8)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、かかりつけ医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)。

*かかりつけ医とは、皆さんの健康や体調を管理してくれる身近なドクターです。

かかりつけ医をきちんと決めて、各種の検査やレース参加などについて相談しましょう。

スタート前チェックリスト

(財) 日本陸上競技連盟医事委員会

安全にレースを運ぶために、レース当日の体調をスタート前にチェックしましょう。

下記項目(1~8)の中で、1つでも当てはまる項目があれば、レース参加を中止するか、慎重にレースに臨んでください。

1. 熱がある、熱感がある。
2. 疲労感が残っている。
3. 昨夜の睡眠が充分にとれなかった。
4. レース前の食事や水分をきちんと摂れなかった。
5. かぜ症状(微熱、頭痛、のどの痛み、咳、鼻水)がある。
6. 胸や背中の不快感や痛みがある。動悸・息切れがある。
7. 腹痛、下痢がある。吐き気がある。
8. レース運びの見通しが立っていない。

*ナンバーカードを受け取ったら、緊急時の連絡先、その方の電話番号をナンバーカードの裏面に書いておきましょう。

レース中の注意事項

レース中は水分補給を心がけましょう。

体調に異状を感じたら、早めにレースをやめ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る危険な走り方ですので、余裕を持ってフィニッシュしましょう。

ドレスコードチェック

オレンジ色のものを身につけて参加しましょう。

※お持ちでない方は代用品を用意しますので、受付にてスタッフにお申し出ください。