

SWEET CORN MARATHON & WALK

2019
6/23
(SUNDAY)

参加のご案内

主催
後援
協賛

スイートコーンマラソン&ウォーク実行委員会

山梨県中央市

(株)はくばく

萩原工業(有)

(株)辰己モータース

農業法人えべし

豊富郵便局

(株)テンヨ武田

甲府東洋(株)

(株)大塚製薬工場

よっちゃん食品工業(株)

シルクふれんどりい

(株)シャトレーゼ

協力

山梨陸上競技協会

中巨摩陸上競技協会

中央市商工会

交通安全協会豊富支部

若葉クリニック

道の駅とよとみ

た・から農産物直売所

すみれ会

ふるさとの味クラブ

南甲府警察署

みたまの湯

山梨県市川三郷町

運営協力

(株)アールビーズ



スイートコーンマラソン&ウォーク
イメージキャラクター ふくろうの福丸

ごあいさつ



実行委員会会長
中央市長
田中久雄

ようこそ 初夏の中央市へ

第2回スイートコーンマラソン&ウォークの開催にあたり、主催者を代表しまして一言、ごあいさつを申し上げます。

この度、全国各地から多くのランナーをお迎えして、第2回の大会を盛大に開催できますことを心からお慶び申し上げますと共に、感謝申し上げます。

中央市は、平成18年2月に2町1村が合併し誕生いたしました。面積が31.69km²と、そのコンパクトさを強みに、市内の山梨大学医学部付属病院、ショッピングモールなどの主要施設を車で10分で結ぶことができます。さらに「山梨の真ん中」という地の利から、富士山や南アルプスの山々、ハケ岳などにもアクティブにアタックすることができます。

本大会は3つのコースをご用意いたしました。中央市の東南部にあたる豊富地区の自然豊かで広大なロケーションを利用し、自然豊かな丘陵地を駆け抜ける走り応え十分の『丘陵チャレンジコース』、とうもろこし畑や田園風景を楽しみながら走り抜ける『里山エンジョイコース』、シルクの里公園周辺を楽しみながら歩く『里山スイートコース』となっております。まぶしい深緑の中、丘陵やとうもろこし畑を眺めながら変化に富んだコースをお楽しみいただければと思っております。

また、エイドステーションでは完熟トマトや郷土食のおざら、地元企業の加工品、お菓子など、中央市の特産品でおもてなしをしております。大勢の方のご利用をお待ちしております。

本日、大会を通して中央市の良さを実感していただき、今後も足を運んでいただき、中央市を起点に山梨を楽しんでいただけたらと思っております。

結びに、大会を開催するにあたり、多くの関係者のご協力とご協賛に深く感謝申し上げますと共に、ランナーの皆さまのご健闘を心からご祈念いたしまして歓迎のあいさつといたします。

スイートコーンマラソン&ウォーク 参加のご案内

この度はスイートコーンマラソン&ウォークにお申込みいただき、ありがとうございます。
「参加のご案内」の内容をよくお読みいただいたうえでご来場ください。
また、同封物に不足がないかなどのご確認もお願いいたします。

同封物

- ①参加のご案内（本紙）
- ②ナンバーカードセット（ナンバーカード（ゼッケン）・安全ピン
ランナースチップ・チップ取付金具）
- ③コース全体図
- ④会場図
- ⑤周辺図

開催日

2019年6月23日（日）

会場

豊富農業者トレーニングセンター前（山梨県中央市大鳥居3770）

交通のご案内

自動車をご利用の場合 中央自動車道 甲府南 | Cから車で10分

参加者駐車場

第1駐車場（中央市農村広場）中央市大鳥居3877

第2駐車場（中央市農村公園）中央市関原1018

会場まで徒歩約15分です。

農村公園から会場までの間は無料シャトル送迎車を随時運行予定

「会場」行き 7:30～9:00の間に随時運行

「第2駐車場」行き 12:00～15:00の間に随時運行

電車をご利用の場合 JR身延線 東花輪駅からタクシーで10分

無料シャトルバス

大会当日のみJR駅から会場の間、無料シャトルバスを運行します。

JR甲府駅（着時間は予定です。交通事情により遅れることがあります。）

甲府駅発	会場着
8:00	8:40
8:40	9:20

会場発	甲府駅着
12:00	12:40
13:30	14:10
15:00	15:40

JR東花輪駅（着時間は予定です。交通事情により遅れることがあります。）

東花輪駅発	会場着
7:45	8:00
9:00	9:15

会場発	東花輪駅着
12:10	12:25
13:20	13:35
14:20	14:35
15:15	15:30

スケジュール

7:00 駐車場開場
8:00 チェックイン受付開始（ナンバーカードを胸に付けてお越してください）
9:10 開会式（スタート地点）
9:30 丘陵チャレンジコース・・・・・・・・・・・・・・・・スタート
10:00 里山エンジョイコース・・・・・・・・・・・・・・・・スタート
10:30 里山スイートコース（ウォーク）・・・・・・・・スタート
10:40 表彰式（予定） ※ゴール後、すぐに表彰となります。
 丘陵チャレンジコース男子・女子 各1～6位
 里山エンジョイコース男子・女子 各1～6位
11:00 チェックアウト受付開始（ナンバーカードを胸に付けてお越してください）
12:00 里山エンジョイコース・・・・・・・・・・・・・・・・ゴール制限時間
13:30 丘陵チャレンジコース・・・・・・・・・・・・・・・・ゴール制限時間
13:30 里山スイートコース（ウォーク）・・・・・・ゴール制限時間
15:30 終了

お問い合わせ

スイートコーンマラソン&ウォーク実行委員会 事務局

事前 TEL 055-274-8582（平日8:30～17:15）※6/21（金）まで
当日 TEL 090-9854-3866（本部緊急電話）※緊急時以外はご遠慮ください。

開催可否についてのお問い合わせ

荒天・災害等による**中止決定や変更決定の告知**は、大会前日6月22日（土）14時頃に大会公式サイトでお知らせします。

電話によるお問い合わせは、休日直の対応となりますので、**公式サイトに掲載する中止決定や変更決定の告知の内容のみ**とさせていただきます。その他の内容詳細についてはご案内できかねます。休日直TEL055-274-1111（17:15まで）

参加賞

中央市特産品 **スイートコーン「ゴールドラッシュ」** お土産セット付き

チェックイン受付・チェックアウト受付について

チェックイン（8：00～）

当日はナンバーカードを胸に付けてチェックイン受付へお越してください。

チェックアウト（11：00～）

ナンバーカードを胸に付けたまま、チェックインと同じ場所でチェックアウト受付を行ってください。ランナーズチップはこの時返却してください。ランナーズチップを返却されないと記録証、完走証の発行はできません。

チェックアウト、ランナーズチップの返却を済ませた人から記録証、完走証の発行を行い、参加賞（スイートコーン・お土産セット）をお渡しします。

更衣室・荷物置場について

利用時間 8:00～15:00 ※利用時間外は施錠されます。

更衣室 会場の施設（豊富健康福祉センター2階）に設けてありますのでご利用ください。出入りのときには必ずナンバーカードを更衣室・荷物置場受付のスタッフに提示してください。

荷物預かり 荷物置場受付で荷札を受け取り、ご自身で荷札の余白にナンバーカード番号とお名前を記入してください。記入を終えたら主催者が用意するビニール袋（40リットル）に入れて封をし、荷札を取り付けてから各自で荷物置場受付に渡してください。荷札の半券を渡しますので引き取りまで無くさないようにお持ちください。

荷物引取り 荷物置場受付に半券を渡してください。スタッフが荷札の番号、ナンバーカード等照合し、荷物をお渡しします。荷札半券やナンバーカードは荷物を受け取るまで捨てないでください。

注意事項 現金・宝飾品等の貴重品、食品や野菜果物など生ものはお預かりできませんので、ご自身で管理してください。盗難について主催者は一切責任は負いません。更衣室は参加者以外の人は入場できません。荷物置場はご利用時間以外は施錠しますので、時間内でのご利用にご協力をお願いします。時間外にご利用になりたいときは、本部受付にお越しください。

エイドステーション（給水）・トイレ・救護等について

エイドステーション（給水）

メイン会場（START/FINISH）のほか、コース上にエイドステーション（給水）を設置します。熱中症・脱水症予防のために、スタート前・レース中は必ず水分補給を行ってください。各エイドステーションではフードサービスがあります。

丘陵チャレンジコース 3地点（2.3km、9.0km、14.4km）

里山エンジョイコース 2地点（2.3km、6.8km）

里山スイートコース 1地点（2.3km）

トイレ

メイン会場（START/FINISH）のほか、コース上の各エイドステーションに仮設トイレがあります。施設の常設トイレも利用できます。

丘陵チャレンジコース 5地点（2.3km、3.3km、9.0km、11.0km、14.4km）

里山エンジョイコース 3地点（2.3km、3.3km、6.8km）

里山スイートコース 2地点（2.3km、3.3km）

救急・緊急（AED、救急箱）

本部緊急電話 090-9854-3866 ※緊急時以外はご遠慮ください。

メイン会場（START/FINISH）のほか、エイドステーション2か所にAEDと救急箱を備えています。

丘陵チャレンジコース 5地点（2.3km、3.3km、9.0km、11.0km、14.4km）

里山エンジョイコース 3地点（2.3km、3.3km、6.8km）

里山スイートコース 2地点（2.3km、3.3km）

イベント中の怪我、急病については、本部緊急電話に連絡いただくか近くのスタッフにお知らせください。スタッフが緊急と判断した場合は救急車の出動を要請し病院へ搬送します。怪我や病変の場合はお早めにお知らせください。応急処置以降の治療については各自の責任・判断において行ってください。

ナンバーカードとランナースチップについて

当大会で使用するナンバーカードとランナースチップを事前に送付（同封）しています。ナンバーカード、ランナースチップをお忘れになった場合再発行手続きが必要になります。当日受付の再発行窓口にて手続きを行ってください。

（再発行手数料 ナンバーカード1,000円 ランナースチップ1,000円）

大会当日まで保管には十分注意し、お忘れにならないよう、くれぐれもご注意ください。

ランナースチップは、ナンバーカードセットに同封の取り扱い説明書を参考に、シューズに正しく装着してください。ナンバーカードはスタッフが前から見えるように必ず胸につけてください。ナンバーカードとランナースチップの番号は、一致していない場合がありますが、計測等には問題ありません。

マラソン・ウォークに参加しない場合のランナースチップ返却について

大会当日、来場する場合

会場内にある参加賞引換窓口にランナースチップをご返却ください。

大会当日、来場しない場合

ランナースチップは、大会終了後2週間以内（2019年7月5日（金）必着）に下記宛てまで郵送をお願いいたします。

返却先 〒192-0046 東京都八王子市明神町4-14-5リーベンスハイム八王子Part2
(株)アールピース西東京事業所

※ランナースチップが返却されない場合、実費を請求させていただきます。

※参加賞をご希望の方は事務局にご連絡ください。着払いで発送させていただきます。

表彰

各種目 男女別総合1位～6位を表彰します。ゴール後、すぐに表彰となります。
※ウォークは表彰はありません

男女年代別（19歳以下、20歳代、30歳代、40歳代、50歳代、60歳代、70歳以上）は完走（歩）者全員に記録入り完走（歩）証を当日発行します。表彰はありません。

記録

記録計時は同封しているランナースチップで行います。

チップがないと計時できませんので、大会当日、必ず持参し正しくシューズに装着してください。靴ヒモのないシューズで走る人は受付のランナースチップコーナーへお越しください。

距離表示

5 kmごとに距離看板を設置します。残り3 kmから1 kmごとに距離看板を設置します。

収容制限時刻

大会の安全管理と選手の危険防止のため制限時間を設けます。

丘陵チャレンジコース	9:30スタート
高部福丸エイド（下り）14.4km地点	・・・12:30（3時間）
フィニッシュ地点20.0km	・・・13:30（4時間）
里山エンジョイコース	10:00スタート
フィニッシュ地点10.0km	・・・12:00（2時間）
里山スイートコース	10:30スタート
フィニッシュ地点20.0km	・・・13:30（4時間）

制限時間に間に合わなかった場合、必ず収容車に乗車してください。
ランナースチップはスタッフに渡してください。

コース走行上の注意点

- ・同封のコース全体図は、大会当日お忘れにならないようご注意ください。
当日の準備数には限りがあります。
- ・コース上の草や土などは雨天時は大変すべりやすくなるのでご注意ください。
- ・斜め横断は禁止します。
- ・救急車、消防車などの緊急車両はすべての通行に最優先とします。
緊急車両が通る時は、ランナーは道を開けるなどのご協力をお願いします。
- ・シルクの里公園では、公園マーケット開催予定のため、一般の来場客でたいへん賑わいます。
- ・コース上は独占使用ではないため自動車や自転車、歩行者など一般の人の通行にご協力ください。

その他

・当日限りの温泉特典があります。豊富健康福祉センター1Fの温泉、会場特設の足湯温泉は当日限り無料でご利用できます。石鹸・シャンプー等は限りがありますので各自でご用意ください。またコース上のシルクふれんどりい温泉は、ナンバーカードを提示すると当日に限り割引価格（大人410円→300円、小人300円→無料）でご利用できます。

- ・各エイドでの提供食類を召し上がる際は、ナンバーカードを提示してください。
また、参加者全員に行き渡るよう、エイド食はお一人様1回のご利用にご協力をお願いします。
- ・雨天決行です。ただし、地震、風水害、事件、事故、疾病等による開催縮小・中止等についてはその都度主催者が判断します。
- ・競技中は競技スタッフ・係員の指示に従って安全に競技に参加してください。
- ・大会開催中のケガ等に関しては、主催者加入の保険の範囲内のみの補償となります。
- ・大会参加にあたっては十分なトレーニング、ウォーミングアップを行い健康状態に留意してください。また、参加案内に掲載している健康チェックリストを活用し、体調がすぐれない場合は勇気を持って棄権するよう心掛けてください。
- ・天候が急変することも予想されますので、雨具の用意を忘れないようにしてください。
- ・大会出場中の映像、写真記事、記録のテレビ、新聞、雑誌、インターネットへの掲載権は、主催者に属します。
- ・会場内は禁煙です。

事前 健康チェックリスト

「スイートコーンマラソン&ウォーク」参加にあたり、事前の健康チェックをお願いします。
必ずご本人が確認してください。提出の義務はありません。

(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、かかりつけ医に良く相談してください。かかりつけ医の指導のもと、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。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」で突然亡くなった人がいる（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（6～9）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、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。

レース前 健康チェックリスト

安全なレース運営のため、参加する皆さんひとり一人がレース当日の体調を
スタート前に必ずチェックしてください。提出の義務はありません。

(A) 下記の項目（1～8）のうち1つでも当てはまらない項目があれば、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. 体温は平熱である、熱感はない。
2. 疲労感が残っていない。
3. 昨夜の睡眠は充分にとれた。
4. レース前の食事や水分をきちんと摂れた。
5. かぜの症状（微熱、頭痛、のどの痛み、咳、鼻水）はない。
6. 胸や背中の不快感や痛みなどはない。動機・息切れもない。
7. 腹痛、下痢はない。吐き気はない。
8. レース運びの見通しが立っている。

レース中の注意事項

レース前・レース中・レース後は水分補給を心がけましょう。
体調に異常を感じたら、早めにレースをやめる勇気を持ちましょう。
※レース運びを計画立ててレースに臨みましょう。また、ラストスパートは急激に心臓に負担がかかります。当日は余裕を持ってフィニッシュできるよう心がけましょう。