

④マラソン大会出場後の健康管理は、どの様に行っていますか。

- 1 採血などの医学的データを参考にする。
- 2 疲労の残る度合いで考える。
- 3 余りにしていない。
- 4 必ずホームドクターまたは医師に相談する。
- 5 その他

具体的な方法

⑤マラソン大会出場後、仕事はどのくらいで始められますか。

- 1 翌日から
- 2 二～三日後
- 3 一週間後以上から

⑥最近の健康状態について

- 1 異常なし
- 2 あまり良くない

2の具体的な症状

⑦過去に本大会へ出場し、採血を実施した方のみ回答願います。

採血と医師のコメントについてはどう思いましたか。

- 1 健康管理のうえで参考になった
- 2 安心して大会に参加することが出来た
- 3 あまり参考にならなかった
- 4 その他

具体的な感想

⑧採血(無料)希望の事前調査(レース前とレース後の2回実施)。

- 1 希望する
- 2 希望しない
- 3 大会当日に決める

⑨調査表と違う住所へ検査結果の送付を希望する方のみ、送付先住所を記入して下さい。

〒
住所

⑩その他、救護部門に対する意見や希望がありましたら記入願います。

◎ご協力有難うございました。お手数ですが、申込み用紙と同封のうえご返信をお願いいたします。

依頼／札幌市スポーツ救護赤十字奉仕団

2012はまなす全国車いすハーフマラソン大会「メディカル検査表」(要提出)

ゼッケンNo.	氏 名				性 別	男・女
年 齢	歳	身長	cm	体重	kg	クラス
住 所					職 業	

①過去1年間に車いすマラソン大会に参加した経験がありますか。

1 はい 2 本年度は本大会が初出場 3 初参加

1 と答えた方へ

昨年 フルマラソン 回 ハーフマラソン 回

今年 フルマラソン 回 ハーフマラソン 回 出場している。

上記のうち最も良い記録となった順位とタイムと大会名は？

位 時間 分 秒 () 大会

車いすマラソンを始めてから何年経ちますか？

約 年

②車いすマラソン参加のためのメディカルチェック

- 1 心臓病があると言われたことがある。
- 2 心電図に異常があると言われたことがある。
- 3 糖尿病、高血圧があると言われたことがある。
- 4 血液中のコレステロール、脂肪、尿酸が高いと言われたことがある。
- 5 太りすぎと言われている。
- 6 運動時に脈が乱れることがある。
- 7 運動時に胸が苦しくなったり、痛みを感じることもある。
- 8 運動中または後にめまい、失神を感じることもある。
- 9 運動後の疲れがひどい。
- 10 次のような慢性疾患があると言われたことがある。
(肝疾患、腎疾患、間接リウマチ、関節炎、腰痛症、気管支喘息)
- 11 タバコを喫う。喫煙の量は(本/1日当り)
- 12 常用している薬がある。
(薬品名)
- 13 家族に心疾患にかかった人、突然死をおこした人がいる。
- 14 その他、現在気になることがあれば書いて下さい。

③このマラソン大会出場をめざして、いつ頃からトレーニングを開始しましたか。

週間前 または ヶ月前

また、練習はどの程度の時間していますか。

1日当り 時間 ～ 時間 の練習を

1週間で 日程度行っている。

宿泊等申込みの注意事項

次の事項に留意し、宿泊等申込書（様式3号）に必要事項をご記入の上、平成24年4月20日（金）までに大会事務局へ郵送によりお申し込みください。（FAX不可）

1 交通機関の利用

道外より参加される方は、下記の手順により参加する際の交通機関を必ず記入して下さい。

A. 航空機申込み

希望により航空機の申込みを受け付けます。航空機の申込みを希望する場合は、必要事項を記入して下さい。（希望される便を手配出来ない場合もありますので早目にお申込み下さい）

B. 航空機・各自手配

各自で航空機を手配する場合は、必要事項を記入して下さい。大会参加申込み時において、便名及び時間が未定の場合には、決まりしだい大会事務局へ必ず連絡をして下さい。計画輸送バスの利用が出来ない場合があります。

C. 搭乗者

航空機を申込みする場合と各自で手配する場合ともに、搭乗者の氏名及び自力歩行可否について記入して下さい。

D. 他の交通機関を利用

航空機以外の交通機関にて来道・離道される場合は、利用する交通機関と来道、離道日を記入して下さい。なお、申込み受付けは致しませんので、各自で手配願います。

◎航空運賃及び払込方法、航空券の発送については、後日、取扱業者より直接ご連絡申し上げます。運賃の払込期限は5月18日（金）とし、航空券発送予定は6月上旬となります。

2 バス輸送

バス輸送を次のとおり運行します、空港⇄宿舎のバス輸送の利用を希望される方については、乗車希望日と人数を必ず記入して下さい。

○6月16日（土） 新千歳空港⇒指定宿舎⇒コース下見

○6月17日（日） 指定宿舎⇒マラソン発着地点 屋外競技場⇒新千歳空港

○6月18日（月） 指定宿舎⇒新千歳空港

- ・上記以外の移動については、各自で手配願います。
- ・バス運行時間は、航空便時間帯等により待ち時間が発生する場合がありますので、事前にご承知おきください。
- ・バスは定員状況や時間帯から事前の配車計画により運行しますので、変更などの申し出はお受け出来ません。
- ・地域により航空便が1日1便しか無いなど、特段の理由によりバスの利用が出来ない方は事前に大会事務局へご連絡願います。（個人的な理由は除きます。）

3 宿 泊

選手及び同伴の介護者については、指定宿舎に限り申込みを受け付けます。
 宿泊の申込みを希望される方は、下記の内容を確認のうえ、宿泊希望日に申込み人数を記入して下さい。

○宿泊料金 6,000円（1泊朝食付き）の一部を実行委員会で助成します。
 ただし、助成は選手のみとし、介護者及び同行者、札幌市及び札幌市近郊（50 km 範囲）に在住の選手は助成対象になりません。

		道外在住		道内在住	
		選手	介護者	選手	介護者
宿 泊 料 (自己負担)	16日	2,000円	6,000円	2,000円	6,000円
	17日	2,000円	6,000円	6,000円	6,000円
助成金（1泊につき）		4,000円	—	4,000円	—

○選手に同行する介護者及び同行者の宿泊料金は全額自己負担となります。

○上記の場合、同一宿舎で宿泊できるよう配慮しますが、宿舎の事情により別宿の場合や、計画輸送バスを利用できないこともあります。

○指定宿舎以外の宿泊を希望する方は、直接各自で手配してください。

なお、宿泊料の助成及び計画輸送バス利用の対象とはなりません。

※宿泊料金及び払込方法については、下記の取扱業者より後日直接ご連絡申し上げます。払込期限は5月18日(金)となります。

4 宿泊者

宿泊する介護者及び同行者について必要事項を記入して下さい。

5 その他

(1) 取消手数料

航空券及び宿泊等の予約取消しがあった場合には、航空運賃約款及び宿泊約款に基づき、取消手数料をいただきます。

(2) 問い合わせ先

申込みに関してご不明な点がございましたら、下記の連絡先までお問い合わせください。

《大会に関する問合せ先》

〒060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目かでる2・7 4F 財団法人 北海道障害者スポーツ振興協会内 2012 はまなす全国車いすハーフマラソン大会実行委員会事務局 担当者 小林和史 (TEL 011-261-6970 FAX 011-261-6201) (URL http://www.do-syospo.or.jp/ E-mail kobayashi@do-syospo.or.jp)
--

《航空券・宿泊・バス送迎に関する問合せ先》

〒060-0061 札幌市中央区南1条東1丁目パークイースト札幌7階 トップツアー札幌支店 担当者 鈴木賢治 (TEL 011-221-0821 FAX 011-222-4357) (URL http://www.toptour.co.jp/ E-mail KENJI_SUZUKI@toptour.co.jp)
