

新型コロナウイルス 感染予防対策ガイドライン

大会エントリー者のみなさまへ
エントリー者の皆様が本大会に安全・安心
に参加できるように、必ずご一読ください。

健康チェックシートの記入と提出

2021 Nagoya Vertical Running
中部電力 MIRAI TOWER スカイラン

この健康チェックシートの各項目を記入のうえ、当日選手受付に提出してください。

氏名 _____ 年齢 _____

あなたの出走カテゴリに選んでください。
親子の親 親子の子 小学生1.2.3年の選手本人 小学生1.2.3年の伴走者
小学生4.5.6年 中学生 一般男子 一般女子 エリート男子 エリート女子

健康チェックシートの記入方法
体温は検温した数値を記入してください。項目の数が、ある場合は二名、ない場合は一を記入してください。

日付	朝の体温 (°C)	夜の体温 (°C)	咳	発熱	頭痛	嘔吐	下痢	喉の痛み	目のかゆみ	目の腫れ	鼻水	鼻づまり	皮膚のかゆみ	皮膚の腫れ	その他
3 (日)															
4 (日)															
5 (日)															
6 (日)															
7 (日)															
8 (日)															
9 (日)															
10 (日)															
11 (日)															

上記以外に、気になる自覚症状があれば記入してください。

大会HPより健康チェックシートをダウンロード



印刷のうえ各項目を記入（記入期間 9/3～11）



大会当日、選手受付に提出してください。

- 健康チェックシートの提出がない場合、出走することができません。
- 大会前の健康管理に留意いただくための対策です。ご理解ご協力をお願いします。
- ご自身の健康状態に不安がある場合には、ためらわずに出走を取りやめてください。
- 健康チェックシートは、看護師が確認します。観察される健康状態によっては、出走の取りやめを促すことがあります。

リザルト・完走証・表彰式の扱い

リザルト

現地掲出はおこないません。PCまたはスマートフォンで確認いただけます。大会HPの〔Result〕リンク、および、当日お渡しする大会プログラム記載のQRコードをスマートフォンで読み取ってご確認ください。

完走証

紙の完走証は発行しません。上記リザルトサイトで、ご自身のゼッケン番号を入力すると、完走証が表示されます。ダウンロードするか、スクリーンショットで獲得できます。

表彰式

現地での表彰式はおこないません。会場アナウンスにて各カテゴリの表彰対象者（1～3位）を読み上げます。対象者には副賞をお渡しします。大会本部で受け取ってください。その際、ゼッケンで本人確認を行います。

※ 以上は、接触機会と密集状態をつくらないための対策です。
ご理解のほどお願いいたします。

来場前にご確認いただきたいこと

前日および当日朝、下記事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせてください。

ご自身の体調に関して

- ・ 新型コロナウイルスの陽性判定を受けた。または現に自宅療養中である。
- ・ 体温が37.5℃以上ある。または息苦しい。
- ・ 強い倦怠感がある。もしくは異常な眠気がある。
- ・ 咳・咽頭痛、頭痛・関節痛などの症状がある。
- ・ 意識が朦朧とする。言葉がすぐに出てこない。
- ・ 空腹なのに食欲がない。

ご家族や身近な方の体調に関して

- ・ 新型コロナウイルス感染が疑われる。
- ・ 新型コロナウイルスの感染陽性で自宅療養中である。

体調の変化にご注意ください

新型コロナウイルス感染に限らず、別の重大な疾患の兆候の可能性もあります。

上記以外にも異常な兆候が見られた場合は、過剰な運動は控えてください。

激しい運動をした後は、免疫機能が一時的に低下します。

体調に不安や心配を抱えたままの出走は、絶対に控えてください。

日頃から行っていただきたいこと

接触確認アプリケーション等の活用

厚生労働省から提供されている、新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）や各地域で取り組まれている通知サービスを活用してください。

感染対策の基本行動

- ・ 手洗い | 石鹸・アルコール等による手指消毒をこまめに行うこと
- ・ マスク着用 | 外出時は必ずマスクを着用すること
- ・ 黙食の励行 | 飲食の際には会話を控えること
- ・ こまめな換気 | 室内に滞在中は可能な限り換気を行うこと
- ・ 咳エチケットの徹底 | 咳やくしゃみの際は、飛沫防止のため腕などで抑えること

ワクチン接種

地域・自治体によって接種体制や状況が異なるものの、可能な限りワクチン接種を推奨します。接種に際し、基礎疾患や副反応の不安がある方は、かかりつけ医の指示に従って適切な行動を行ってください。

正しい最新情報と知識の獲得

新型コロナウイルスは比較的に変異しやすいウイルスです。まれに感染力が強い株も出現するようです。ですが、2020年のはじめにの頃に比べて、世界中で様々な知見が蓄積されています。正しい最新情報と知識の獲得を心がけてください。

現地会場にて気を付けていただきたいこと

- ・ ソーシャルディスタンスの確保をお願いします。ご家族・友人・介護者・介助者以外の他人との距離を、できるだけ2m（最低1m）を目安に確保すること
- ・ 大きな声で会話をしないこと。大きな声での声援も控えること。
- ・ 感染防止のために主催者が決めたその他の措置の遵守、主催者の指示に従うこと。
- ・ マスクを持参し着用すること（参加受付時や着替え時等のスポーツを行っていない際や会話をする際には 必ずマスクを着用すること）
- ・ 選手に対しても原則マスク着用とします。
- ・ 階段コース区間内(計測開始地点から計測終了地点まで)は、酸欠事故防止のためマスク着用義務を解除とします。
- ・ 競技中に、唾や痰を吐くことは控えてください（階段は吹き抜けのため、吐かれたものは地上に落下します）
- ・ タオルの共用はしないこと
- ・ 大会終了後はすみやかにご帰宅ください。お仲間との打上げなどは、絶対に行わないでください。

競技における注意事項

- ・ リタイヤできません。階段を登り始めると、退避ルートがありません。安全に登りきることを目指してください。
- ・ 災害避難時・救護活動時を除きコースの逆行はできません。
- ・ 物を落とさないこと。落下したものは、ほとんどの場合回収できません。
- ・ 左右の手すりをつかめるよう、手にカメラやスマホなどを持って走行しないこと
- ・ 酸欠事故防止のため、階段走行時はマスクを外すこと。フィニッシュ計測を完了した後は、マスクを着用すること。
- ・ マスクなどを収納するため、ポケットのある服装で走行すること。
- ・ 嘔吐事故防止のため、出走2時間前以内のの食事を控え、体調管理をしっかり行うこと。この競技は見た目以上に過酷です。内臓に負担がかかり嘔吐することがあります。
- ・ 追いつかれた場合は、速やかに走路をゆずること。
- ・ 追い越す場合は、踊場部分で追い越すこと。絶対に無理な追い越しはしないこと。
- ・ 要救護者を発見した場合は、フィニッシュスタッフに伝えてください。階段コースが狭く、コーススタッフを配置していません。