

## 第56回市民マラソン大会実施のご案内

1. 主催 豊中市教育委員会・豊中市体育連盟
2. 主管 豊中市陸上競技協会
3. 期 日 平成22年(2010年)1月10日(日) [小雨決行]  
 (受付) 8時50分～ 各種別の競技開始30分前までとします  
 \*小雨決行。なお、大会実施の可否等について、当日電話での問合せは出来ません。  
 現地での確認をお願いします。
4. 会 場 服部緑地公園 陸上競技場
5. コー ス 陸上競技場 →公園内周回コース→ 陸上競技場  
 但し、公園内の工事等により、やむを得ずコースを変更する場合がありますので、  
 ご理解をお願いいたします。なお当日は、コース随所に役員を配置いたします。
6. 対 象 市内在住・在勤の小学生以上、80歳未満の各種別の距離が完走できる人  
 (児童・生徒・学生は在住に限る)  
(注)小・中学生の参加には、保護者の参加承諾(印)が必要です
7. 種別・競技開始予定時刻

距離	種 別	予定時刻
1.5km	小学生 [4年生以下]	9時40分
	小学生女子 [5年・6年生]	10時00分
	小学生男子 [5年・6年生]	10時20分
2.9km	中学生女子1部 [1年生] 2部 [2年・3年生]	10時40分
	一般女子 [30歳未満] [30歳代]	11時00分
	壮年女子 [40歳代] [50歳代] [60歳以上]	
4.7km	中学生男子1部 [1年生] 2部 [2年・3年生]	11時30分
	壮年男子 [60歳～64歳] [65歳以上]	
6.9km	一般男子 [30歳未満] [30歳代]	12時00分
	壮年男子 [40歳代] [50歳以上] [60歳～64歳] [65歳以上]	

注① 参加は、1名1種別に限ります

② 年齢基準日は大会当日(2010年1月10日)現在とします。

8. 表 彰 賞状=1～6位 ・ メダル=1～3位
9. 費 用 300円 (ゼッケン代として、大会当日受付でお支払いください)
10. 申込方法 所定の用紙に必要事項を明記し、お申し込みください。  
 あて先・・・〒561-0858 豊中市服部西町4-13-2 武道館ひびき内  
 豊中市教育委員会スポーツ振興課
11. 締 切 り **12月21日(月) 必着 ※大会当日の参加申込はできません。**
12. 問 合 せ 豊中市教育委員会スポーツ振興課 電 話：06-6864-3302 (土、日、祝・休日は除く)
13. 備 考 (1) 大会参加にあたっては、事故のないようウォーミングアップ等健康管理、傷害防止に努めてください。 **体調の悪い方は参加を控えてください。**  
 (2) 参加者においては、今後のスポーツ活動における傷害事故対策として、スポーツ保険への加入をお勧めいたします。  
 (3) 参加者は事前に健康診断を受けるなど、特に健康管理に留意されるとともに、当日の体調が悪い場合は出場しないようにしてください。  
 (4) 健康に不安のある方は、(財)豊中市スポーツ振興事業団でスポーツ医事相談を実施していますのでご利用ください。  
 問合せ先 ⇒ (財)豊中市スポーツ振興事業団 【電話 06-6865-6865】  
 (5) 車で来場される方は、有料駐車場へ入れてください。  
 (6) 参加申込書に記載された個人情報、この大会以外には使用いたしません。

第56回市民マラソン大会 参加申込書

種 別	Km	所 属		
ふりがな 名 前	( )	学 年 年 生	年 齢 歳	学校名
住 所	〒 — 電 話 :	保護者参加承諾欄 (小・中学生のみ)		
		保護者名 印		
勤 務 先 (在勤者のみ)	名称 :	住所 :		

【注】 この大会は、保護者の責任において参加する社会体育事業として実施いたしますので、児童・生徒（小学生・中学生）の参加には、保護者の承諾が必要です。大会実施案内を確認いただき、保護者参加承諾欄に記名・捺印のうえ提出してください。

※ 次の調査にお答えください。

1. 日頃の練習はどの程度行っていますか 1 > 週3回以上 2 > 週1・2回 3 > 月1回程度・・・〔1回の練習距離 約 _____ km〕
2. 最近のからだの調子は 1 > 良い 2 > 普通 3 > 悪い〔 _____ 〕
3. 今年になってからの体調は 1 > 坂を登ると、動悸・息切れがする 2 > 気を失ったことがある 3 > めまい・手足のしびれがある 4 > 胸が締め付けられる気がするときがある 5 > 疲れやすい。足に、むくみがある 6 > その他〔 _____ 〕
4. 医師から運動を禁じられたことは 1 > ある 2 > ない

第56回市民マラソン大会 参加申込書

種 別	Km	所 属		
ふりがな 名 前	( )	学 年 年 生	年 齢 歳	学校名
住 所	〒 — 電 話 :	保護者参加承諾欄 (小・中学生のみ)		
		保護者名 印		
勤 務 先 (在勤者のみ)	名称 :	住所 :		

【注】 この大会は、保護者の責任において参加する社会体育事業として実施いたしますので、児童・生徒（小学生・中学生）の参加については、保護者の承諾が必要です。大会実施案内を確認いただき、保護者参加承諾欄に記名・捺印のうえ提出してください。

※ 次の調査にお答えください。

1. 日頃の練習はどの程度行っていますか 1 > 週3回以上 2 > 週1・2回 3 > 月1回程度・・・〔1回の練習距離 約 _____ km〕
2. 最近のからだの調子は 1 > 良い 2 > 普通 3 > 悪い〔 _____ 〕
3. 今年になってからの体調は 1 > 坂を登ると、動悸・息切れがする 2 > 気を失ったことがある 3 > めまい・手足のしびれがある 4 > 胸が締め付けられる気がするときがある 5 > 疲れやすい。足に、むくみがある 6 > その他〔 _____ 〕
4. 医師から運動を禁じられたことは 1 > ある 2 > ない