

東北風土マラソン Tohoku Food Marathon 2018

日程：2018.03.24(土)・25(日)

ボランティアマニュアル

会場：長沼フートピア公園
〒987-0513 宮城県登米市迫町北方天形161-84

◆はじめに◆

～ボランティアとしてご参加いただく皆様へ～

東北風土マラソン&フェスティバル2018のボランティアとしてのご参加ありがとうございます。この冊子には皆様がボランティアで参加するにあたり必要な情報を掲載しております。活動当日までによく読んでボランティア活動にご参加ください。

◆大会について◆

「東北風土マラソン&フェスティバル」は、春の東北の美しい湖畔を、東北のグルメ・日本酒仕込み水を味わいながら走るファンラン大会。東日本大震災復興支援からはじまった大会の趣旨を踏まえ、2018年も震災のあった3月に、これまでと同じ宮城県登米市長沼の湖畔で行われます。フランス・メドックマラソンの企画協力を得て、東北の食材と日本酒を世界に向けて発進する「グローバル・ファンラン」を目指しています。

【大会概要】

主催：東北風土マラソン&フェスティバル2018実行委員会

大会日程：2018年3月24日(土)・25日(日)

会場：宮城県登米市長沼ポート場(長沼フートピア公園)

種目：24日(土)……KIDSスマイルラン、リレーマラソン

25日(日)……フルマラソン、ハーフマラソン、アシックス・トゥモローラン(3km/2km/1km)、5km、親子ラン by meiji

◆大会スケジュール◆

◆3月24日(土)

【KIDSスマイルラン、リレーマラソン】

10:00～11:30……リレーマラソン受付(受付表の提出およびパンフレットの受け取り)

11:00～11:30……KIDSスマイルラン

12:00～14:30……リレーマラソン

【フルマラソン、ハーフマラソン、アシックス・トゥモローラン、5km、親子ラン by meiji】

10:00～15:00……前日受付(Tシャツ引き換えおよびパンフレットの受け取り)

◆3月25日(日)

7:00……受付(Tシャツ引き換えおよびパンフレットの受け取り/15:30まで)

8:15……アシックス・トゥモローラン 1km スタート

10:10……親子ラン by meiji (午前の部) スタート

8:30……アシックス・トゥモローラン 2km スタート

12:50……親子ラン by meiji (午後の部) スタート

8:55……アシックス・トゥモローラン 3km スタート

13:00……5km スタート

9:30……フルマラソン スタート

15:30……閉会式

9:50……ハーフマラソン スタート

◆お願い◆

◆集合と時間厳守

活動によって集合時間が異なります。必ず「ボランティア活動のご案内」を確認し、遅れる事のないように時間に余裕を持って集合場所へお集まりください。集合場所は事前によくご確認ください。

◆体調管理

活動中に気分が悪くなった場合は、スタッフに申し出て、無理はしないでください。

◆昼食について

昼食を支給いたします。お飲み物の準備は各自お願いいたします。

◆携帯電話等について

携帯電話は緊急事態が発生した場合の連絡用に使っていただく場合もございます。お持ちの方は活動中も携帯してください。なお、活動中の私用での利用はご遠慮ください。

◆写真撮影について

活動中の写真撮影についてはご遠慮ください。写真を取りたい場合は、休憩中をお願いいたします。

◆自転車での来場

自転車で活動場所に来る場合は安全に気をつけ、邪魔にならない所に停めてください。

◆トイレと休憩

メイン会場、各給水所には仮設トイレがありますので必要に応じてご利用ください。休憩はリーダーの指示でお取りください。

◆喫煙に関して

活動中の喫煙はできません。喫煙をする際は、休憩中をお願いします。ランナーや他のボランティアで煙草が苦手な方もいますので、喫煙は活動場所から離れてするようにご協力ください。

◆ボランティア活動に関するQ&A◆

Q1.ボランティアの荷物を預ける場所はありますか？

A.メイン会場のみでございますが、荷物・貴重品は活動中、各自で管理していただきます。大きな荷物をお持ちにならないようにお願いします。盗難・紛失に関して、主催者は一切の責任を負いません。

Q2.着替える場所はありますか？

A.メイン会場のみでございますが、なるべく予め活動できる格好でお越しください。

Q3.防寒対策はどのようにするのがいいでしょうか？

A.寒い場合には、重ね着をし防寒することをおすすめします。暑くなってきた場合、脱げるようにしておくのがポイントです。また、携帯カイロ、マフラー、厚手の靴下などもおすすめです。

◆仮装について◆

本大会はランナー・ボランティアともに仮装を推奨しております。ぜひ、思い思いの仮装でご参加ください。今年のテーマは「ラン&ミュージック」です。大会会場、及びコース上で、他のランナーの迷惑となる場合や、公序良俗に反すると主催者が判断した場合は、着替えていただく場合があります。また、熱中症の危険があると判断した場合や、活動に支障があると判断された場合には、着替えていただく場合があります。**仮装でボランティア活動に参加される場合は、当日お配りいたしますTシャツが見えるように仮装してください。**

東北風土マラソン&フェスティバル2018実行委員会

電話：070-4078-1938(平日10:00~17:00と3月24日(土)・25日(日)) メール：info@tohokumarathon.com

HP：tohokumarathon.com/ Facebook：www.facebook.com/saketohoku Twitter：@tohokufestival

◆駐車場について◆

駐車場は事前申込みをした方のみご利用いただけます。お申込みの方には駐車証を同封しておりますので「駐車場ののご案内」をご確認のうえ、必要事項を記入して駐車証をフロントガラスの見えやすい所に表示してください。また、飲酒運転防止のため、運転手の方は同封しているリストバンドをお付けください。

※同会場は東北日本酒フェスティバルも開催されます。運転される方の飲酒は固くお断りします。

※大会会場周辺、またはコース周辺への路上駐車は他の方のご迷惑となりますので、必ず駐車場をご利用ください。

※雨天時、降雪時は駐車場が変更になります。活動ごとに変更先の駐車場は異なりますので予めご確認ください。

◆シャトルバスについて◆

バス乗り場 所要時間	3月24日(土)		3月25日(日)	
	各バス乗り場発	長沼フートピア公園発	各バス乗り場発	長沼フートピア公園発
くりこま高原駅 約30分	9:30より列車の発着に合わせて運行 最終は15:10発	12:00より1時間おきに運行 最終は16:00発	6:00より列車の発着に合わせて運行 最終は12:10発	10:00～16:00の間で 順次運行
瀬峰駅 約20分	9:20より列車の発着に合わせて運行 最終は15:50発	12:00より1時間おきに運行 最終は16:45発	7:05より列車の発着に合わせて運行 最終は12:00発	10:00～16:00の間で 順次運行
登米市役所 約15分	9:00より順次運行 最終は16:00発	12:00より順次運行 最終は17:00発	6:30より順次運行 最終は12:30発	10:00～16:00の間で 順次運行

◆集合場所について◆

活動によって集合時間・場所が異なります。集合時間・場所は同封しています「ボランティア活動のご案内」でご確認ください。集合場所はボランティアテントA・Bとございますので間違えないようご注意ください。

コースで活動される方で、現地集合をご希望の方は、裏面に記載している東北風土マラソン&フェスティバル2018実行委員会までご連絡ください。別途集合場所のご案内をお送りいたします。



◆服装について◆

活動は野外で行います。荷物を運んだり、歩いて移動することもあります。動きやすい服装でご参加ください。(スカート不可)

<input type="checkbox"/> スタッフTシャツ	当日配布するスタッフTシャツを一番上に着用してご参加ください。 (活動日数にかかわらず一人一着配布いたします。スタッフTシャツは活動終了後記念品として差し上げます。)
<input type="checkbox"/> シューズ	長時間立っての活動となりますので、履き慣れた運動靴でご参加ください。 雨天の場合は長靴でも構いません。
<input type="checkbox"/> 防寒具	長沼周辺は風が強くなる場合もありますので防寒具を用意してください。 携帯用カイロ、マフラー、厚手の靴下などがおすすめです。 防寒具を着用の際は、スタッフTシャツが見えるように着てください。 ※スタッフTシャツで大会関係者の識別を行うため、ご協力ください。
<input type="checkbox"/> 帽子	天候によっては日差しが強くなることもあります。 天候に合わせて帽子等もご活用ください。

◆持ち物について◆

<input type="checkbox"/> マニュアル	当日活動するにあたり、必要な情報を記載していますので、必ずお持ちください。
<input type="checkbox"/> 筆記用具	活動中メモをとっていただくこともありますので必ずお持ちください。
<input type="checkbox"/> 時計	スタート時間や選手の到着時間等の各種時間管理のため各自持参してください。
<input type="checkbox"/> ポケットティッシュ	トイレの紙がなくなることもありますのでご用意ください。
<input type="checkbox"/> 軍手	活動によっては資材の運搬があります。防寒にもなりますので、なるべくご準備ください。
<input type="checkbox"/> タオル	汗を拭いたり、雨天時に使用します。エイドステーション(給水所)担当の方は濡れることもあるのでご準備ください。
<input type="checkbox"/> 着替え	雨天、エイドステーション(給水所)等で濡れることもありますのでと便利です。
<input type="checkbox"/> 雨具	雨天の場合は活動中に傘をさすことはできません。レインコートなどを着用ください。
<input type="checkbox"/> ウェストポーチ等	貴重品等は自己管理となります。活動しやすいウェストポーチ・小さめのリュック等があると便利です。
<input type="checkbox"/> ごみ袋	雨天の場合、荷物を地面においたり濡れた衣服を持ち帰るのに数枚あると便利です。
<input type="checkbox"/> 軽食	当日は昼食を配布いたしますが、活動時間が長い場合等、各自必要と思われる分はご持参ください。
<input type="checkbox"/> 日焼け止め等	長時間、外での活動となりますので、日焼け対策は各自でお願いします。
<input type="checkbox"/> 携帯カイロ等	時期的に気温が低く、風が強くなることが予想されます。防寒については、強く意識して準備してください。