



本用紙の項目に沿って、最終のご確認をお願いします。

全項目を確認し、必ず署名をして、検温所に提出してください。

※健康面で不安のある方、チェックがつけられない項目がある方、スタッフから指示のある方は、サイクリングへのご参加をご遠慮いただく場合があります。予めご了承ください。

**ボールペンでご記入ください。**

下記項目を全て確認・点検し、異常の無いことをここに報告します。

イベント名 : 大津びわ湖サイクルフェスタ

日付 :

2022年 11月 5日

NO.

出走者署名 :

※滋賀県域を走行する場合は自転車保険への加入が義務付けられています。本イベントに参加される方は必ず自転車保険へ加入してください。

滋賀県外にお住まいの方でも、滋賀県域を走行する場合は自転車保険への加入が必要です。

※当イベントでは簡易的な車検を行います。全ての点検はできませんので自転車の整備は自己責任でご参加ください。

※各自責任を持って点検・整備をしてください。また、点検・整備に不安のある方は、事前にサイクルショップで点検されることをお勧めします。

↓1~21の項目を確認し、当てはまるものには☑をしてください。

**【A】 装備品のチェック**

<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	項目	内容
1		ヘルメット	安全性を確保するため自転車用ヘルメットを用意し、着用します。
2		グローブ(手袋)	落車の場合に手を保護するため、グローブを用意し、着用します。
3		フロントライト/リフレクター または自発光式テールライト	十分な照度のあるフロントライトとリフレクターまたは自発光式テールライトを装着しています。
4		ドリンクボトル	途中エイドステーションでの補給などのため、ドリンクボトル(またはペットボトルなど)を持参します。

**【B】 自転車のチェック**

<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	項目	内容
5		ハンドル	真上から見て、タイヤとハンドルが直角になっています。
6		サドル	真上から見てサドルの中心線とフレーム中心線は同一になっています。 また、シートポストは確実にフレームに固定され、シートポストとサドルが確実に固定されています。
7		タイヤ	タイヤは劣化していません。キズは入っていません。また、空気圧は指定空気圧が入っています。
8		ホイール	前輪、後輪を回転させ、ホイールの振れや回転の仕方を確認し、問題ありませんでした。 (※左右にフレたり変則的な回転をしたら歪みがありますので要注意です。)
9		ペダル	ガタツキがないか、ペダルの緩みがないか、確認し、問題ありませんでした。
10		トライアスロンバー などの取り外し	トライアスロンバー、DHバー、クリップオン、スピナッチ等のアタッチメントバーは取り外してイベントに参加します。 (フラットバーハンドルのバーエンドは装備可能です。ただし、センターバーは禁止)
11		変速機(ディレイラー)	変速機はイオンなどはなく、スムーズに動き、確実に変速します。
12		ブレーキ	前後のブレーキの動きはスムーズで、ブレーキのゴム(またはパッド)の残りも十分ありワイヤー類のさび・ほつれもなく確実にスムーズに制動できます。

**【C】 健康面のチェック**

<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	内容
13		現在かかっている病気はありません。
14		心電図やレントゲン撮影で異常ありと言われたことはありません。
15		心臓病(心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、不整脈等)の診断を受けている、もしくは治療中ではありません。
16		突然、気を失ったこと(失神発作)はありません。
17		軽い運動で息切れや心臓が苦しいことはありません。
18		他に注意する病気はありません。
19		その他具合の悪いところはありません。
20		睡眠が十分にとれています(とります)。
21		サイクリング当日、食事や水分をとっています(とります)。

【注意1】サイクリング前後には水分補給を心がけましょう。【注意2】体調に異常を感じたら、すぐにスタッフに声をかけてください。

【注意3】サイクリング前日、飲酒をした方は、脱水症状にならないよう普段より水分を多めに摂取するよう心がけましょう。

## 【受付提出書類】

- ①新型コロナウイルス感染症対策のための健康チェックシート：1人1枚（本紙）
- ②参加チェックシート：1人1枚
- ③電子チケット：1人1枚（代表者さまへ事前送付）

## 【受付手順について】

**STEP 1（検温所）**：参加者全員が、受付前の「検温所」にて非接触型温度計による**検温**を行ってください。

- ▼ ー 体温が37.5℃以上および平熱よりも1℃以上高い熱がある方、または体調管理項目や行動調査項目に該当項目がある場合は、参加の辞退をお願いします。

**STEP 2（受付窓口）**：「健康チェックシート（本紙）」へ体温・その他症状についてご記入いただき、受付へ提出



**STEP 3（受付窓口）**：ゼッケンセットを受け取り、受付完了

※受付窓口にお越しの際は会話が発生いたしますのでマスクもしくはネックゲイターを着用ください。

## 【確認事項】

- ・当用紙はスポーツ庁の定める「スポーツ関係の予防ガイドライン」を参照し、主催者が作成しています。エントリーいただいた皆さま、およびスタッフ全員に記入いただくものです。
- ・当用紙にご記入いただいた内容によっては、参加の辞退および会場からの退去をお願いします。
- ・当用紙に万が一、虚偽の申告が発覚した場合には、損害賠償などのご請求をさせていただく場合がございます。
- ・当用紙は事務局で保管し、保健所などからの要請があれば提出させていただきます。
- ・感染防止のために主催者が定めた措置・指示へご協力をお願いいたします。
- ・イベント終了後1週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に速やかに報告をお願いいたします。また、自治体や保健所等の調査にご協力をお願いいたします。

### 当日記入項目（会場検温所にてご記入ください）

体温 ※1	℃
-------	---

### 体調管理項目（過去1週間以内の症状についてお答えください）

発熱	あり・なし	息苦しさ	あり・なし
咳	あり・なし	喉の痛みなど風邪の症状	あり・なし
倦怠感	あり・なし	嗅覚・味覚の異常	あり・なし

### 行動調査項目

家族・同居人に発熱	あり・なし	感染・感染疑いの方との濃厚接触の可能性 ※3	あり・なし
海外渡航 ※2	あり・なし		

※1 37.5度以上ある、または37.0度以上かつ平熱より1度以上高い方は参加の辞退および会場からの退去をお願いします。

※2 家族・同居人も含めた過去 10 日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域への渡航

※3 本イベントにおいては「必要な感染予防策をせずに手で触れること、または対面で互いに手を伸ばしたら届く距離（1 m程度以内）で15分以上接触があった場合」に濃厚接触者と定義します。（厚生労働省の公式WEBサイト参照）

「確認事項」に同意をしました。

上記の記入内容に間違いはございません。

イベント名：大津びわ湖サイクルフェスタ

日付： 11 月 5 日

ゼッケンNo.

氏名