



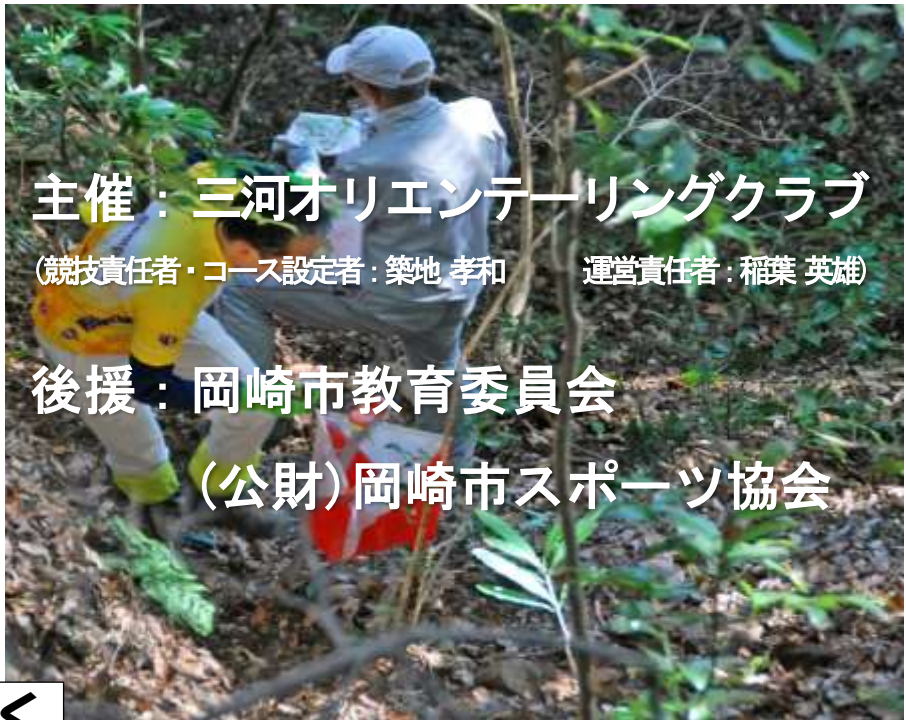
三河オリエンテーリングクラブ

第13回 昇竜杯オリエン テーリング大会 プログラム

開催日：2021年5月5日（祝） 雨天決行・荒天中止

会場：岡崎市地域交流センター「むらさきかん」

第3、第5、第6活動室



主催：三河オリエンテーリングクラブ

(競技責任者・コース設定者：築地 孝和 運営責任者：稲葉 英雄)

後援：岡崎市教育委員会

(公財)岡崎市スポーツ協会

プログラムをよく
お読みください。

新型コロナウイルス感染拡大防止に関わる特記事項

本大会は(公社)日本オリエンテーリング協会が定める感染防止ガイドライン
http://www.orienteering.or.jp/events/covid-19_gaideline/
ならびに会場であるむらさきかんの感染拡大防止ルール
<https://station.okazaki-lita.com/contents/detail/247>
に則って実施します。



出典:首相官邸 HP より

皆様へのお願いにつきましては本プログラムの各項目および末尾に記載しておりますが、特にいつもの大会と大きく異なる点を以下にまとめます。

<2部制にて実施>

・会場の参加者密度を減らすため、午前の部と午後の部の2部制にて実施します。

<無理な参加を発生させないための特例措置>

・体調不良が疑われる場合等、無理な参加を発生させないため、下記の特例措置を設けます。

- ①本大会を欠場される場合、理由に関わらず参加料を返金します。
- ②本大会の欠場はランク下げのカウントには含めません。
- ③市町村対抗戦・クラブ対抗戦は中止します。

<当日申込は無し>

・本大会では当日申込はありません。

<競技ウェアの準備>

・**マスクを外して競技される方は競技中にマスクを入れておけるサイズのポケット等がある競技ウェアをご準備ください。**マスクはスタート直前まで着用し、フィニッシュ後は直ちに着用していただきます。またクラスによっては住宅地を通るため、一般人の近くを通る際はマスクを着用していただきます。

<ご自宅を出発する前に>

・**体温計測を忘れず行い、体調チェックシートに記入してください。**

<会場に到着したら>

・会場は2部屋に分かれています。混雑緩和のため、原則として指定された部屋をご利用ください。

<会場では>

- ・体調チェックシートを役員が確認の上で配布物をお渡しする流れになります。
- ・公式掲示は大会ホームページにも掲載しますのでなるべく公式掲示板に集まらないようにお願いします。
- ・常時マスクを着用してください。
- ・会場到着後、競技を終えて会場を去るまでの間の食事は原則禁止します。エネルギー補給を必要としない程度の短時間の滞在に留めてください。

<フィニッシュ後は>

・大会会場での表彰式はありません。成績上位者の方には後日、優勝カップとメダルを郵送します。



マスク着用



手洗い



咳エチケット



換気

出典:首相官邸 HP より

当日の流れ

<午前の部>

- 9時00分 開場
- 10時00分 トップスタート
- 11時00分 スタート閉鎖
- 12時00分 フィニッシュ閉鎖
- 12時40分 会場閉鎖

<午後の部>

- 12時50分 開場
- 13時50分 トップスタート
- 14時30分 スタート閉鎖
- 15時30分 フィニッシュ閉鎖
- 16時30分 会場閉鎖

※表彰式無し



出典：首相官邸 HP より(一部編集)

ご自宅を出発する前に

従来よりも感染力が強いとされる変異型の新型コロナウイルスがまん延し、愛知県内でも「まん延防止等重点措置」が実施される中での開催となります。少しでも体調に不安がある場合や身近に感染を疑われる方がいる場合、お住いの自治体において愛知県への移動の自粛要請が出ている場合等、どうか参加を強行なさらぬようお願いします。

今回の大会では無理な参加が発生しないように以下の特例措置を設けます。

- ①本大会を欠場される場合、理由に関わらず参加料を返金します。
- ②本大会の欠場はランク下げのカウントには含めません。
- ③市町村対抗戦・クラブ対抗戦は中止します。

これらを踏まえて慎重に、かつ自己責任において参加をご判断ください。

大会に参加される方は当日に体温を計測し、体調チェックシートに記入してください(前日までの入力は無効となります)。体調チェックシートは

https://runnersmate.sakura.ne.jp/aichiol/cgi-bin-checksheet/send_info.cgi?event=20210505

から入力いただけます。スマートフォンでも送信できます。

インターネット環境の無い方はプログラムに同封する体調チェックシート(紙版)に記入してご持参ください。

当日の体温が 37.5℃以上の方、体調チェックシートの①～⑧に該当する方、その他ほんの僅かでも体調に不安のある方は参加をお控えください。



密集回避



密接回避



密閉回避

出典：首相官邸 HP より

アクセス



(Google マップに加筆)

公共交通機関 ☆名鉄名古屋本線「藤川」駅下車すぐ
(午前の部)

名鉄名古屋 08:18 ⇒ 東岡崎 08:49 ⇒ 藤川 09:00
 名鉄名古屋 08:33 ⇒ 東岡崎 09:08 ⇒ 藤川 09:16
 名鉄名古屋 08:48 ⇒ 東岡崎 09:19 ⇒ 藤川 09:30
 名鉄名古屋 09:03 ⇒ 東岡崎 09:38 ⇒ 藤川 09:46
 名鉄名古屋 09:18 ⇒ 東岡崎 09:49 ⇒ 藤川 10:00

豊橋 08:23 ⇒ 本宿 08:48 ⇒ 藤川 08:52
 豊橋 08:53 ⇒ 本宿 09:18 ⇒ 藤川 09:22
 豊橋 09:23 ⇒ 本宿 09:46 ⇒ 藤川 09:50

(午後の部)

名鉄名古屋 12:18 ⇒ 東岡崎 12:49 ⇒ 藤川 13:00
 名鉄名古屋 12:48 ⇒ 東岡崎 13:19 ⇒ 藤川 13:30
 名鉄名古屋 13:18 ⇒ 東岡崎 13:49 ⇒ 藤川 14:00

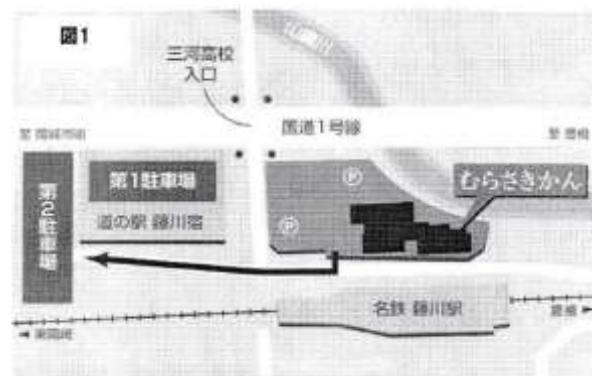
豊橋 12:23 ⇒ 本宿 12:46 ⇒ 藤川 12:50
 豊橋 12:53 ⇒ 本宿 13:16 ⇒ 藤川 13:20
 豊橋 13:23 ⇒ 本宿 13:46 ⇒ 藤川 13:50

車

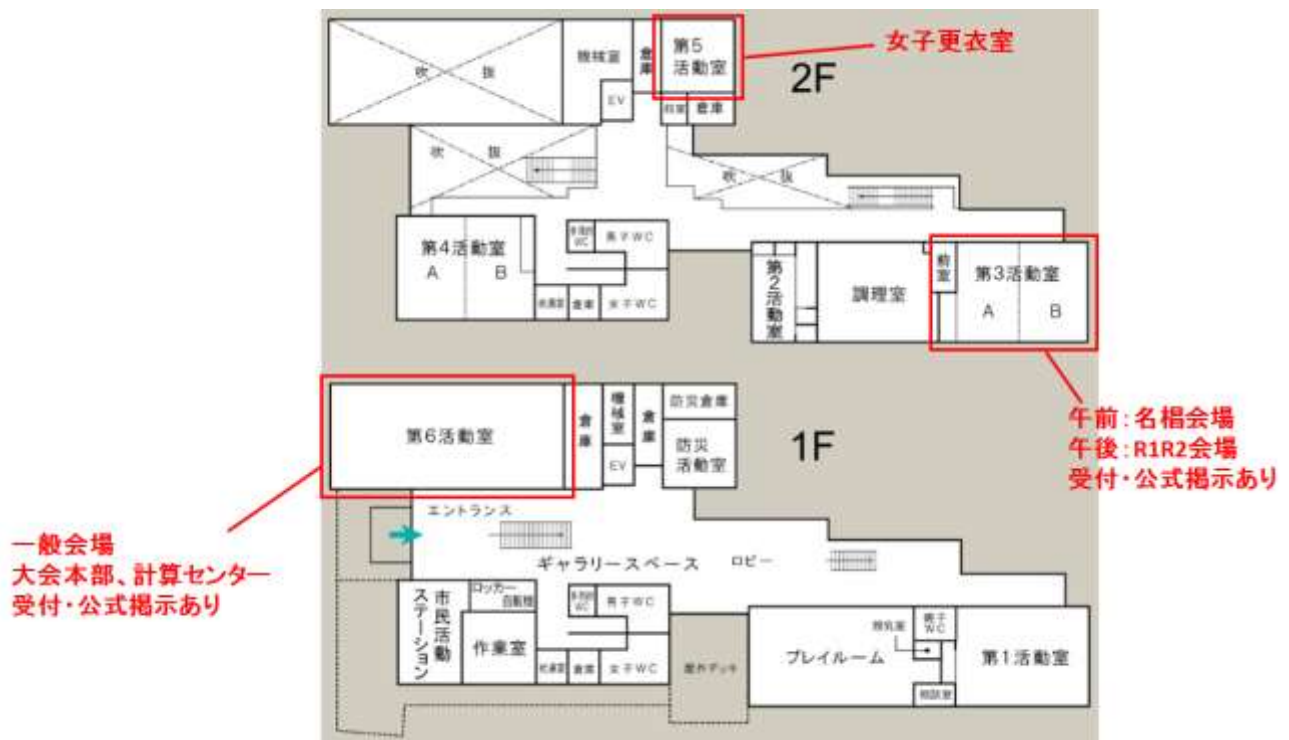
- ・東名高速道路「岡崎 IC」から 5km
- ・東名高速道路「音羽蒲郡 IC」から 9km
- ・新東名高速道路「岡崎東 IC」から 8km

国道 1 号線沿い、「道の駅藤川宿」に隣接

「むらさきかん」の駐車場が満車の場合は道の駅藤川宿第 2 駐車場をご利用ください(右図参照)。
(むらさきかん提供の案内図を使用)



会場 岡崎市地域交流センター「むらさきかん」



(むらさきかんホームページの図に加筆)

入館時にエントランスで手指消毒および自立式体温計により検温をしていただきます。

会場内の混雑を緩和し、参加者間の接触を最小限に抑えるため、以下の通り部屋を割り振っております。原則、指定された部屋をご利用ください。レンタル E カード等の配布物も指定された部屋に用意しております。

<第3活動室> 受付、公式掲示あり

午前の部(9:00~12:40) 名相会場

利用対象者: 名相 OLC39 期以降の皆様(17名)

午後の部(12:50~16:30) R1R2 会場

利用対象者: 東海中学・高校を除く R1, R2 クラスの皆様(18名)

接触者を増やすのを避けるため、第3活動室の皆様は大会本部・計算センターに用がある時を除いて第6活動室に行くことはご遠慮ください。特に、第6活動室内の参加者と濃厚接触しないようにしてください。

受付は第3活動室内で済ませられるようにしております。公式掲示も第6活動室と同じものを掲載しております。

<第6活動室> 受付、公式掲示、大会本部、計算センター

利用対象者: 上記以外の皆様(午前・午後各 53名)

接触者を増やすのを避けるため、第6活動室の皆様は第3活動室に行くことはご遠慮ください。

- ・受付、公式掲示は第3活動室と第6活動室で同等のものをご用意します。ご自分の部屋のものをご利用ください。
- ・公式掲示は WEB でも見られるようにしますので出来るだけ公式掲示板のまわりに集まらないようにお願いします。

<http://home1.catvmics.ne.jp/~ono511/event/13shoryuhai.htm>

<https://japan-o-entry.com/event/view/641>

- ・フィニッシュ後の E カードの読み取りにつきましては全参加者とも第6活動室で行います。
- ・第5活動室を女子更衣室としてご利用いただけます。

会場建物内に泥を持ち込まないようにしてください。また会場建物内でピン付きシューズは履かないでください。

会場(会場近辺を含む)滞在時のお願い

本大会はコロナ禍のオリエンテーリング大会ではほとんど前例が無い屋内会場となります(トレイン近辺に屋外会場が見当たらず、やむを得ず屋内会場といたしました)。

換気は十分に行いますが、他のオリエンテーリング大会と比べて会場が相当なハイリスクとなる点に留意してください。

感染リスクだけでなく、濃厚接触者となるリスクにも注意が必要です。

濃厚接触者の定義の1つに「患者(確定例)と同居あるいは長時間の接触(車内、航空機等を含む)があった者」があり、同じ屋内会場に長時間滞在していた場合にはこの条件に該当すると見なされる恐れがあります。

濃厚接触者となると2週間の自宅待機が義務付けられ、皆様のお仕事や学業、トレーニングなどに重大な悪影響を来すこととなります。

のみならず、大量の濃厚接触者が発生すればたとえクラスター感染が起きなくともニュースになり、オリエンテーリングに対する社会の評判が悪くなると非常に強く危惧しております。

感染リスクならびに濃厚接触者となるリスクを徹底的に減らすため、下記の点に特に留意してください。

・会場内および会場近辺では常時マスクを着用してください。マスクは鼻までしっかり覆うようにしてください。着替えなどの際にもマスクを外さないでください。マスクをしていると声が聞こえにくいと思うのか話すときにマスクをわざわざ口からどける方をたまに見かけますが、これは感染リスクを高めますのでやめてください。マスク着用のままで十分に声は通ります。

・会場滞在時間は最小限としてください。特に、競技後のルート検討など他の参加者としゃべるために会場に居残るようなことはやめてください。表彰式はありませんのでフィニッシュ後は速やかに帰宅してください。成績発表を会場で待つこともおやめください。成績はLapCenterに掲載するほか、希望者には郵送いたします。

・会場到着後、競技を終えて会場を去るまでの間の食事は原則禁止します。食事は来場前に済ませるか、競技を終えて会場を後にしてからにしてください。会場滞在はエネルギー補給を必要としない程度の短時間とし、特に昼食を会場内や会場付近で摂ることはどうかくれぐれも控えてください。会場を去った後でも参加者同士の会食は控えてください。

・水分補給やスポーツゼリー等の少量のエネルギー補給は認めますが、口に含む一瞬(目安1~2秒程度)を除いてマスクを外さないよう徹底してください。

・他の参加者とは常時、1m以上の距離を確保してください。ルート検討などで同じ地図を覗き込むとどうしても顔と顔の距離が近くなります。ルート検討は必要であれば帰宅後にオンラインで行うようにしてください。

・手指消毒を行うようにしてください。特にトイレ利用後は注意してください。

・会話は最小限度に控え、特に大きな声を出さないように注意してください。

・会場に何時何分から何時何分まで滞在していたかを記録してください。万一のときに濃厚接触が疑われる方の範囲を不必要に広げないようにするためです。

なお、屋外で安全に過ごしたい方には大変申し訳ないのですが**「むらさきかん」の建物内の会場となっている部屋以外の公共スペースや、会場近辺の屋外にたむろしないように会場から言われています**のでご協力ください。会場に早く着いてしまった方は自家用車で過ごしていただくか、もしくは早めにスタート地区に移動していただくか、藤川の町を(オリエンティアだと分からない服装で)散策していただくのが安全かと思えます。なおR5クラスに出走される方は競技で使用する都合上、線路の南側エリアのスタート前の散策はご遠慮ください。

受付 (第3活動室および第6活動室)

- ・ **参加者全員が受付にて体調チェックシートの提出確認を受ける必要があります。**
但しご本人が記入された体調チェックシート (WEB 送信または紙提出) があれば代理の方による受付も可能です。
受付の混雑緩和のため、ご家族やクラブ等なるべくまとめていただけると助かります。
- ・ 受付は第3活動室でも第6活動室でも行います。ご自分の部屋の受付をご利用ください。
- ・ 体調チェックシートを紙で持参された方は提出してください。
WEB 送信された方はクラス、スタート時刻、お名前を役員に伝えてください。
- ・ 役員が体調チェックシートの記入・提出状況を確認の上で配布物をお渡しします。
配布物は
 - ・ Eカード (レンタルされる方)
 - ・ バックアップラベル
 - ・ スタート地区への移動地図 (R1~R4 クラスの方)です。
- ・ 受付の業務は体調チェックシートの受領・確認と配布物の配布のみです。
それ以外の各種対応は下記の大会本部をご利用ください。

大会本部 (第6活動室)

- 受付は体調チェックシートの確認で行列となることが予想されます。
下記の依頼は大会本部にて対応いたします (受付とは別の列になりますので並ぶ必要はありません)。
大会本部は第6活動室にございますので必要な場合はお越しください。
- ・ コンパスの貸し出し
 - ・ マイ E カード番号の変更
 - ・ マイ E カードからレンタル E カードへの変更
 - ・ 参加料の過不足等の清算
 - ・ 地図販売および成績表の受付

感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

① 手洗い 正しい手の洗い方

手洗いのポイント
・爪は短く切っておきましょう
・指先や指の間は外しておきましょう

- 1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 2 手の甲をのばすようにこすります。
- 3 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 4 指の間を洗います。
- 5 親指と手のひらをねじり洗います。
- 6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

② 咳エチケット 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう

- 1 マスクを着用する (口・鼻を覆う)
- 2 ディッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
- 3 袖で口・鼻を覆う

何れもせずに咳やくしゃみをする

正しいマスクの着用

- 1 鼻と口の両方を確実に覆う
- 2 ゴムひもを耳に掛ける
- 3 隙間がないよう鼻まで覆う

咳やくしゃみを手でおさえる

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan
厚生労働省 厚労省 検索

出典：首相官邸 HP より

競技

競技形式およびスタート開始時刻

ポイントオリエンテーリング（ミドルディスタンス）
 スタート時刻 10時00分～11時00分、13時50分～14時30分

競技規則

日本オリエンテーリング競技規則に準ずる

地図

縮尺：1/10,000 等高線間隔：5m JSOM2007 準拠

特殊記号

- v 深い穴（危険）
- x 人工特徴物（鳥居、屋外設備等）
- 石像・常夜灯

コントロール位置説明

JSCD2008（R5 は日本語位置説明も併記）
 位置説明はスタート2分前でも配布します

通過記録

エミット社の e-card による電子パンチシステム

コース設定者

築地 孝和

クラスと優勝設定時間

- ・競技時間を超えると失格となります。
- ・距離、登距離は変更の可能性があります。

ランク	距離 (km)	登距離 (m)	優勝設定時間	競技時間
R1	2.8	230	30分	60分
R2				75分
R3	2.4	200	30分	60分
R4	1.4	195	30分	60分
R5	2.4	125	30分	60分
グループ				

スタート・フィニッシュ地区、誘導等一覧

クラスによって競技の流れが異なります。下記の一覧表にまとめます。

スタート地区への移動時もマスクの着用をお願いします。

クラス	会場 ⇒スタート地区	スタート地区 ⇒スタートフラッグ	最終コントロール ⇒フィニッシュ	フィニッシュ ⇒会場
R1～R3	地図を見て移動 (1.6km)	赤テープ	誘導無し	競技用地図に印刷された帰還路を移動
R4	地図を見て移動 (1.6km)	赤テープ	赤テープ	競技用地図に印刷された帰還路を移動
R5, グループ	藤川駅の歩道橋を渡る(100m)	目の前(誘導無し)	誘導無し	藤川駅の歩道橋を渡る

ウォーミングアップ・エリア

特に設けません。スタート地区への移動を利用してください。**会場付近でのアップはやめてください。**
 一般の方、地元の方もいますので迷惑にならないように配慮をお願いします。



出典：首相官邸 HP より



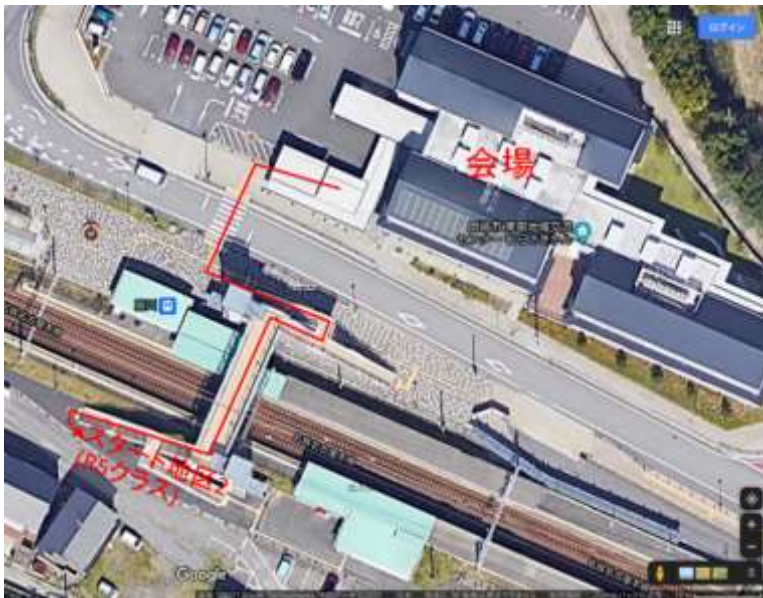
マスク着用

出典：首相官邸HPより

スタート地区への移動

クラスによってスタート地区が異なるので注意してください。

- ・ R1～R4クラス (スタート地区1)
会場から1.6kmです。テープ誘導はありません。会場で配布する地図を見て各自で移動してください。
- ・ R5クラス、グループクラス (スタート地区2)
藤川駅の歩道橋を渡った向こう側です。下の案内図を見てお越してください。
- ・ スタート地区への移動時もマスクの着用をお願いします。



(Google航空写真に加筆)

スタートの流れ

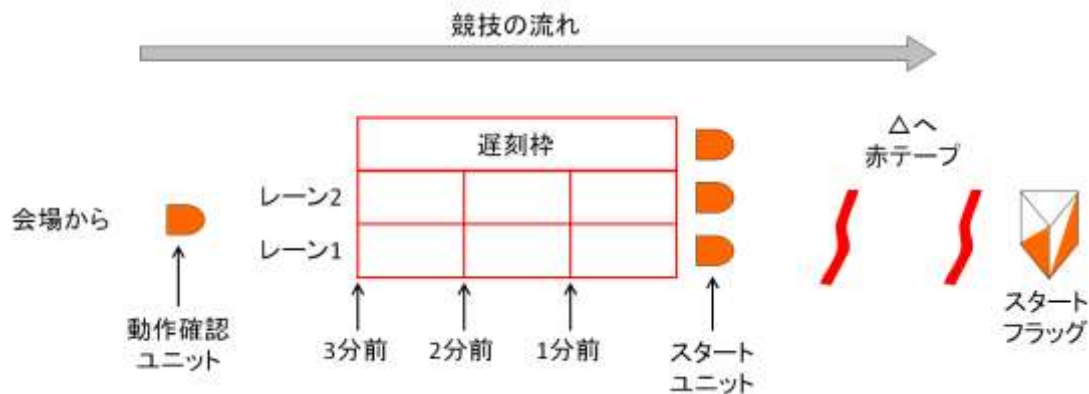
- ・ スタート3分前になったら、作動確認ユニットにEカードをはめ込み、ユニットのランプの点滅を確認の上、3分前の枠に入ってください。
- ・ ランプが点滅しない場合は、Eカードが故障している可能性がありますので、スタートの係員から新しいEカードを受け取ってください。(かならず、借りたEカードは会場で返却してください)
- ・ スタートチャイマーが鳴ったら、1つ前の枠に進んでください。
- ・ 1分前の枠に進んだら、係員のEカードの確認を受けてください。
- ・ 地図に記載されたクラス名があっているか確認をしてください。
- ・ 競技のためにマスクを外す場合は1分前枠でのEカードと地図のクラスの確認後としてください。また、マスクを外した後は他の競技者や役員との会話は一切控えてください。マスクはフィニッシュ後直ちに付けていただくため回収はしません。ご自身のポケット等にしまい、競技中も携帯してください。
- ・ スタートチャイマーの10秒前の合図があったら、スタートユニットにEカードをはめ込み、そのまま待機してください。
- ・ スタートチャイマーの合図で地図をとり、スタートしてください(所要時間の計測はスタートユニットからEカードが離れたときから開始されます)
- ・ **R1～R4クラスでは⇒スタート枠からスタートフラッグ(地図上の△)まで赤テープ誘導です。**
R5クラス、グループクラスでは⇒スタート枠の目の前がスタートフラッグ(テープ誘導無し)です。
クラスによって異なるので注意してください。

遅刻した場合は：

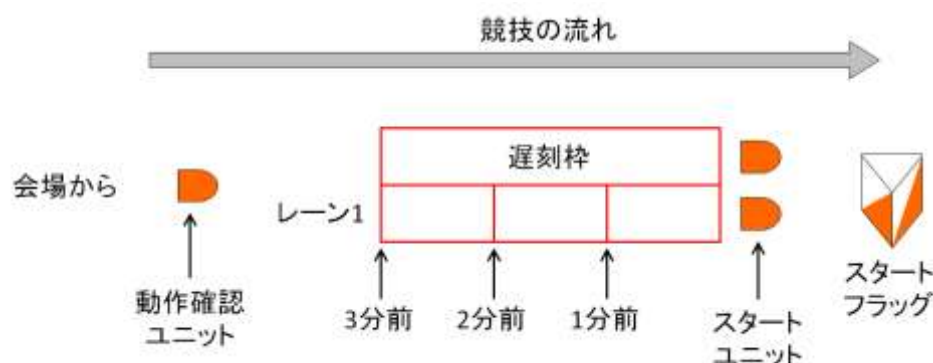
Eカードの作動確認を行なった後、遅刻者枠に入り、クラスとスタート時刻申し出て、Eカード確認を受け、地図を受け取り(自分のコースか確認のこと)、スタートユニットにEカードを着脱し直ちにスタートしてください。遅刻の場合は正規スタート時刻からの所要時間を計算します。

午前のスタートは11:00まで、午後のスタートは14:30まで可能です。但しR2クラスでは午前10:45以降、午後14:15以降にスタートされた場合には正規の競技時間を確保できません。この場合でもフィニッシュ閉鎖は守ってください。

◆スタート地区1(R1~R4クラス)レイアウト



◆スタート地区2(R5クラス、グループクラス)レイアウト



競技中

- ・R5クラスでは住宅地を通ります。見通しが良くない交差点などもありますので交通事故には十分ご注意ください。
- ・田畑や民家の敷地には立ち入らないように注意してください。特にR5クラスでは気を付けてください。
- ・R1~R3クラスでルートによって通過する可能性のある場所の近くに**イノシシ用の罠**が設置されています。現地にはA4サイズの注意書きの張り紙がありますので注意して走行してください。
- ・一般の方の近くを通る際は一時的であってもマスクを着用してください。特にR5クラスでは住宅地を通るため一般の方の近くを通る可能性が高いです。

フィニッシュ

- ・R1~R3クラス(フィニッシュ地区1)、R5・グループクラス(フィニッシュ地区3)では最終コントロールからフィニッシュへのテープ誘導はありません。R4クラス(フィニッシュ地区2)のみ最終コントロールからフィニッシュまで赤テープ誘導です。
- ・パンチングフィニッシュです。フィニッシュユニットにパンチした時刻がフィニッシュ時刻となります。
- ・フィニッシュしたら直ちにマスクを着用してください。これ以降、マスクは一切外さないでください。
- ・フィニッシュから会場へのテープ誘導はありません。競技用地図に帰還ルートが記載されていますのでそれに沿って進んでください。
- ・R5・グループクラスのフィニッシュはスタートのすぐ近くになります。また、R1~R4クラスのフィニッシュから会場への帰還時にR5・グループクラスのスタート地区の近くを通ります。フィニッシュ時に誤ってスタートユニットにパンチしたり、読み取り前のEカードを持ってスタートユニットに近づくと記録が消えてしまい復元できません。フィニッシュ時や帰還中はくれぐれもスタートユニットに近づかないように注意してください。

読み取り

会場に到着しましたら、Eカードを持って第6活動室にお越しください。Eカードの記録を読み出します。レンタルEカードはこのとき回収されます。

トレーニングコース

特に設けません。

服装

マスクを外して競技される方は競技中にマスクをしまっておけるサイズのポケット等がある競技ウェアをご用意ください(スタート直前まで、フィニッシュ後は直ちにマスクを着用していただきます)。その他、特に制限はありませんが、やや茂ったところを通過することがありますので、長袖、長ズボンの着用を勧めます。**会場建物内ではピン付きシューズの着用は禁止となります。**

競技終了時間

午前の部 12:00

午後の部 15:30

(すべて回りきれなくてもこの時間までにフィニッシュしてください)

表彰

- ・新型コロナウイルス感染拡大防止のため、**表彰式は行いません。**
- ・R1クラスの男女最上位各1名ずつの方には後日、昇竜杯を郵送します。
- ・R1～R5クラスの上位3名の方にはメダルを後日郵送します。
- ・今回は市町村対抗戦とクラブ対抗戦はありません。

地図販売および成績表受付

- ・地図販売と成績表は大会本部にて随時受け付けます。地図は送料(100円)+地図代(全ポ・コース図1枚100円)です。2部制にする都合上、地図は後日郵送とさせていただきます。成績表(100円)も郵送となります。

ランキング

今回の成績に基づいた、新ランキングを発表します。新ランキングは次の大会の出場ランクとなるとともに、スタート順になります。(成績下位が早いスタート)

問合先

三河オリエンテーリングクラブ 事務局 〒444-0856 岡崎市六名1丁目5-6 小野盛光
Eメール ono511@m4.catvmics.ne.jp TEL 090-5855-4423

その他

- ・本大会参加により参加者をご自身で負われた又は他者に与えた怪我・病気・損害等について主催者は一切の法的責任を負いかねます。新型コロナウイルスへの感染や濃厚接触についても同様とします。
- ・主催者は傷害保険に加入しますが、補償額には限度があります。
- ・参加される方は他の方とぶつかったり、施設などを壊さないよう十分気を付けてください。またなにかありましたら係員に報告をお願いいたします。
- ・自分で出したごみは必ずお持ち帰りください
- ・大会の情報は大会ホームページにて公開しています。また、成績、新ランキングも確定しだい、公開します。
<http://home1.catvmics.ne.jp/~ono511/event/13shoryuhai.htm>

新型コロナウイルス感染対策のためのお願い

日本スポーツ協会の「スポーツイベントの再開に向けた感染拡大防止ガイドライン」、並びに日本オリエンテering協会の「オリエンテering大会・練習会開催時における新型コロナウイルス感染防止のためのガイドライン」に基づいて、以下の点について、ご協力、ご留意をお願いいたします。

(日本オリエンテering協会作成の文書を本大会に即してアレンジしたものになります)

1. 全般的事項

- ・マスクの着用、こまめな手洗い、手指衛生の励行をお願いします。状況により、手袋、ゴーグル、キャップなどの着用も考慮してください。会場には手指衛生の消毒アルコールを備えております。
- ・密集や大声を避ける適切な行動をお願いします。
- ・地元の方の意向を尊重し、地元への協力、迷惑をかけない適切な行動をお願いします。
- ・スマートフォンを活用した接触確認アプリを活用してください。

2. 申込～来場まで

- ・できるだけ事前に正確な申込をして、当日は受付がスムーズに行くように、主催者に協力してください。
 - ・駐車場が用意されていますので自家用車での来場をお勧めします。できるだけ家族以外の同乗は避け、少人数での利用をお勧めします。また、車内換気を励行してください。
 - ・公共交通機関を利用する場合は、混雑する時間帯を避けてください。
 - ・大会の前から体調に留意し、当日の朝、検温をしてください。
- 発熱のある方、体調チェックシートの①～⑧に該当する症状のある方は参加をご遠慮ください。当日、会場のエントランスにて検温を行っております。
- ・体調チェックシートを当日朝にWEBから送信してください。スマートフォンからも送信できます。
https://runnersmate.sakura.ne.jp/aichiol/cgi-bin-checksheet/send_info.cgi?event=20210505
- インターネット環境の無い方はプログラムに同封する体調チェックシート(紙版)に記入してください。
(注: 万一、本大会参加者の中から感染者が出た場合に、ほかの参加者や保健所などに連絡するためのものです。これにより得られた個人情報に関しては、上記目的以外では使用しません。提出・送信された情報は大会終了後1ヶ月間保存し、その後破棄いたします。)

3. 競技中

- ・適切なタイミングでスタート地区へ移動してください。
- ・他者との十分な距離の確保や位置取りを考慮してください。
- ・フィニッシュ後は、その場での滞留を避けるようにしてください。
- ・唾や痰を吐くことは極力行わないでください。
- ・できるだけマイコンパス、マイカードを利用することが推奨されます。

4. 会場にて

- ・トイレ使用前後の手指衛生(十分な手洗いと消毒薬の使用)を心がけてください。
- ・公式掲示板の前、物品購入などでは、密集・長居を避け、スムーズな運営に協力してください。
- ・競技後の交流、意見交換の場では、マスクを着用するなどの感染予防策をし、短時間に留め、大声を出すのは避けてください。クラブミーティングなどは、事後にオンラインで行うことなども検討して下さい。
- ・地図回収は行いません。競技の公平性を損ねないように、マナー遵守をお願いします。
- ・会場到着後から競技を終えて会場を去るまでの間、食事は原則禁止します。来場前に食事を済ませるか、会場を去ってから食事を摂るようにしてください。水分補給は指定場所(第3・第6活動室内)以外で行わず、周囲の人となるべく距離をとって、対面を避け、口に含む一瞬以外はマスクを外さないで下さい。

5. 事後

- ・体調管理は自己責任です。競技の後の、保温、休養、栄養補給などの体調管理に努めてください。
- ・もし自身あるいは大会に参加していた知人が発症した場合には、それを主催者に連絡してください。特にその方との濃厚接触者がいたかどうかについても情報提供するようにしてください。

(参考) 濃厚接触者について

出典：新型コロナウイルス感染症患者に対する積極的疫学調査実施要領 令和3年1月8日版

<https://www.niid.go.jp/niid/images/epi/corona/COVID19-02-210108.pdf>

(国立感染症研究所感染症疫学センター)

- 「患者（確定例）」とは、「新型コロナウイルス感染症の臨床的特徴を有し、かつ、検査により新型コロナウイルス感染症と診断された者」を指す。
- 「無症状病原体保有者」とは、「臨床的特徴を呈していないが、検査により新型コロナウイルスを保有していることが確認された者」を指す。
- 「患者（確定例）の感染可能期間」とは、患者（確定例）が他者に新型コロナウイルスを感染させる可能性があると考えられる期間であり、現時点の知見を踏まえ本稿では、発熱及び咳・呼吸困難などの急性の呼吸器症状を含めた新型コロナウイルス感染症を疑う**症状（以下参照）を呈した2日前から退院又は宿泊療養・自宅療養の解除の基準を満たすまでの期間とする**。*発熱、咳、呼吸困難、全身倦怠感、咽頭痛、鼻汁・鼻閉、頭痛、関節・筋肉痛、下痢、嘔気・嘔吐など
- 「無症状病原体保有者の感染可能期間」とは、無症状病原体保有者が他者に新型コロナウイルスを感染させる可能性があると考えられる期間であり、現時点の知見を踏まえ、本稿では陽性確定に係る検体採取日の2日前から退院又は宿泊療養・自宅療養の解除の基準を満たすまでの期間とする。
- 「濃厚接触者」とは、「患者（確定例）」（「無症状病原体保有者」を含む。以下同じ。）の感染可能期間において当該患者が入院、宿泊療養又は自宅療養を開始するまでに接触した者のうち、次の範囲に該当する者である。
 - ・患者（確定例）と**同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等を含む）**があった者
 - ・適切な感染防護なしに患者（確定例）を診察、看護若しくは介護していた者
 - ・患者（確定例）の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
 - ・その他：**手で触れることの出来る距離（目安として1メートル）で、必要な感染予防策なしで、「患者（確定例）」と15分以上の接触があった者**（周辺の環境や接触の状況等個々の状況から患者の感染性を総合的に判断する）。

新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をお願いします

「密閉」「密集」「密接」しない!

●「ゼロ密」を目指しましょう。屋外でも、密集・密接には、要注意!

- 他の人と**十分な距離を取る!**
2メートル
- 窓やドアを開け**こまめに換気を!**
- 屋外でも**密集するような運動は避けましょう!**
少人数の散歩やジョギングなどは大丈夫
- 飲食店でも**距離を取りましょう!**
 - ・多人数での会食は避ける
 - ・席と一つ飛ばしに座る
 - ・互い遠くに座る
- 会話をするとき**マスクをつけましょう!**
5分間の会話は1回の咳と同じ
- 電車やエレベーターでは**会話を慎みましょう!**

首相官邸 厚生労働省 厚生労働省フリーダイヤル
厚労省 コロナ 検索 **0120-565653**

感染症対策へのご協力をお願いします

手洗い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。**外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前**などこまめに手を洗います。

正しい手の洗い方

① 両手を流水で濡らします。 ② 手の甲を反対の手でこすります。 ③ 指の付け根をこすります。 ④ 手の甲を反対の手でこすります。 ⑤ 手の甲を反対の手でこすります。 ⑥ 手の甲を反対の手でこすります。 ⑦ 手の甲を反対の手でこすります。 ⑧ 手の甲を反対の手でこすります。

石けんで洗い終わったら、十分に水で洗い、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

首相官邸 厚生労働省

出典：首相官邸 HP より

スタートリスト

昇竜杯では独自のスタート順ルールを用いており、

- ①前年までの成績に基づく「ランク」の低い順
- ②「ランク」が無い選手については申込日の早い順
- ③申込日も同一の選手については年齢の若い順にスタートとなります。



出典:首相官邸 HP より(一部編集)

今回の大会では上記のスタート順ルールを原則としておりますが、午前の部・午後の部それぞれでの適用となります。またランクをお持ちでない方についてはお申込時のご希望に基づいて「午前のみ可」の方→「どちらでも」の方→「午後のみ可」の方の順番にいたしました。

名前の頭に*のついた方は参加料に過不足がありますので、大会本部へおこしください。Eカード番号などご確認ください。誤りがありましたら、問い合わせ先までご連絡ください。Eカード番号欄が「レンタル」の方のEカードは主催者で準備しています。

スタートリストは、別表で発表します

大会ルール

1、大会運営

- (1)大会の維持・継続を図るため、ある程度固定された組織・団体である三河オリエンテーリングクラブが主催・運営をする
- (2)大会は出来るだけ同じ時期に、同程度の距離・登距離でおこなう。
- (3)テレインの選択の幅を広げるため競技はミドルディスタンス(優勝設定タイム 30分~40分)
- (4)異なるランクでも同一コースとすることも可。その場合は最上位ランクの優勝設定時間を30分~40分に設定する。
- (5)参加者は登録したものに限定する。大会ごとに新規に参加を募集する。

2、競技規則

日本オリエンテーリング競技規則に準ずる

3、ランク

- (1)ランクは当面、上位からR1,R2,R3,R4,R5の5ランクとする
- (2)初年度は主催者が示す目安に従い、参加者が選択し、申込む。

2回目以降はルール3、4に従って昇格・降格する。新規参加者はR3,R4,R5のみ参加できる。

4、昇格・降格

- (1)昇格(R1を除く)

・参加者(スタートした者)の上位30%(端数切り上げ)は1ランク昇格する。但し、失格者は除く

・ランク内1位は2ランク昇格する(R5は1ランクのみ)

- (4)降格(R5を除く) **<今回の大会は適用対象外です>**

・競技時間を越えた者、失格者および欠場した者はマイナス1点を付与する。

・2大会連続で上記結果の場合(マイナス2点)になった場合ランクを1つ下げる。成績が上位70%に入った場合はマイナス1を取り消す。

5、順位

ランク内で大会の成績により、所要時間の短い順に順位をつける。

6、失格

- (1)指定されたすべてのコントロールを回れなかった人は失格とする。

(2)スタート時間の早いものと遅いものとの公平性を保つため、競技時間に制限を加えることができ、競技時間を越えたものは失格とする。(各ランクのコースを統合する場合2ランクでは優勝設定時間の2.5倍、3ランクでは3倍、4ランクでは4倍と

し、各ランク別コースの場合は2倍とする)

7、ランク内順位

大会の結果およびその結果を反映させた順位表を公表する。ランク内の順位は以下の通りとする。

第2回大会

- (1)前大会で競技時間以内(昇格者を除く)(成績順)
- (2)前大会で1ランク昇格したもの(成績順)
- (3)前大会で2ランク昇格したもの
- (4)前大会失格者:競技時間越え(順位順)(-1)
- (5)前大会失格者(未完走)および未出場(参加申込順=スタート遅い順)(-1)

第3回大会以降

- (1)前2大会連続でマイナス点を与えられ降格したものと前大会で制限時間越え(順位順)、未完走・未出場(スタート遅い順)、未申込(ランク順)
- (2)前大会で競技時間以内(昇格者を除く)(成績順)
- (3)前大会で1ランク昇格したもの(成績順)
- (4)前大会で2ランク昇格したもの
- (5)前大会失格者:競技時間越え(順位順)(-1)
- (6)前大会失格者:未完走、未出場(参加申込順=スタート遅い順)、未申込(-1)(ランク順)

8、スタート順 **<今回は変則運用です>**

ランク内の下位からスタートする。新規参加者(R3,R4,R5)は前大会失格者の前に申込日の遅い順(同じ申込日の場合は若年齢順)とする。

9、表彰 **<今回は表彰はありません>**

表彰は、R1は男女上位3名、R1以外は上位3名を表彰

市町村対抗戦・クラブ対抗戦 **<今回は実施しません>**

- 1、市町村対抗戦は申込書の住所に基づく市町村単位(東京23区は区単位、名古屋市はA(北区、守山区、中区、西区) B(中村区、中川区、熱田区、港区) C(名東区、東区、千種区、昭和区) D(南区、瑞穂区、天白区、緑区))で行う。クラブ対抗戦は申込書の所属クラブ対抗とする。
- 2、ランクに関係なく所要時間の短い3名の合計タイムとする。
- 3、不参加、失格の場合は競技時間を適用する
- 4、上位3市町村と上位3クラブに賞品を授与。