

ミニマラソン大会実施要綱

期 日 令和7年1月26日（日） 荒天中止（小雨決行）

コ ー ス 昭和記念公園マラソンコース（管理用園路）1周5km

受付時間 9時30分～10時30分

親子マラソンは10時30分頃より順次スタートとし、
またミニマラソンについては、親子マラソン終了後の11時00分頃より
順次スタートとなる予定です。
スタート時間等の詳細につきましては1月中旬までに郵送する「スポーツ大会のご案内」に掲載いたします。
※9時30分開園 立川ロゲート及び西立川ロゲートから後日郵送する
仮入園券を使用し入園してください。

受付場所 昭和記念公園 うんどう広場

参加資格 大会当日、現に組合員本人であり、選手登録を認められた者。
(クラスを重複することはできません。)
※親子マラソン大会へ併せて申込することが出来ます。

クラス区分

	ク ラ ス	距 離
①	男子 39歳以下	5km（管理用園路1周）
②	男子 40～50歳代	
③	男子 60歳以上	
④	女子（年齢区分なし）	
⑤	男子 ”	10km（管理用園路2周）
⑥	女子 ”	

大会規定 1. 競技方法

- (1) コースは、大会コース案内図による。
- (2) 計測方法は、スタートラインを通過した時からフィニッシュまでのタイム。

2. 注意事項

- (1) やむを得ない理由で棄権する場合は、令和7年1月24日(金)15時までに、保健施設事業課へ連絡すること。
- (2) 選手は事前に送付しているゼッケンを胸のあたりへ着用及びI Cチップをシューズに装着し、必ずコースを走行すること。
※I Cチップを使用してタイム計測を行いますので、スタート前には必ず装着を完了してください。
- (3) スタート前のウォーミングアップは各自で十分に行うこと。
- (4) 接触事故等に十分注意すること。

3. 規定違反

- (1) 理由の如何にかかわらず、集合時間に受付できない者は棄権とする。
- (2) ゼッケン及びI Cチップを忘れた者は棄権とする。
- (3) 大会要綱・規定に違反した場合、その他一切のトラブルに関しては、大会本部が決定する。

参加賞 参加者全員に贈呈する。

表彰 各クラスとも、5位までを入賞とし表彰する。

申込方法 所定の申込用紙に必要事項を記入の上、保健施設事業課へ郵送・FAX または持参にて申し込むこと。

FAX : 03-3292-3186

〒101-8304 東京都千代田区神田駿河台1-7
出版健康保険組合 保健施設事業課宛

申込締切 令和6年11月29日(金)17時必着のこと。

エントリーフィー 1名 200円

申込締切日（令和6年11月29日）までに指定口座へのお振込みをお願いいたします。

※ 申込・選手登録書のご提出を頂いた時点でエントリー料は発生いたします。また、参加申込後の棄権や悪天候など主催者の責によらない事由による中止の場合は返金致しませんので予めご了承ください。

振込先 みずほ銀行 神田支店 普通預金1164866

受取人 出版健康保険組合 保健施設口

※ 振込時に氏名の前に大会番号「700」を必ず入力してください。

その他 交通機関等に影響が出た場合は、やむを得ず中止することがありますので、大会当日は必ず開催状況を確認してください。

大会実施の可否は大会当日7時に決定します。

出版健康保険組合

ホームページ <https://www.phia.or.jp/>

「イベント開催状況」をクリックしてください。

※ 登録名簿は、スポーツ大会のご案内（ミニマラソン大会）に掲載させていただきます。発送は1月上旬を予定しております。

※ 参加者は、機関誌「すこやか」・ホームページに事業所名・写真等を掲載させていただく場合があります。

ご注意とお願い

1. 参加者の体調不良や体力過信による事故が懸念されます。参加者は自己の責任において健康状態には充分注意し、前日の飲酒や睡眠不足は極力避けてください。大会当日、身体が不調の場合は出場をとりやめてください。また、競技中でも異常を感じたらすみやかに競技を中止し、近くのスタッフまで申し出てください。
2. スタート・ゴール地点には売店等がないため、十分な水分補給の準備を各自でお願いいたします。
3. 競技中事故が発生した場合、当組合で応急処置は行いますが、その後の責任は負いかねますので十分に注意してください。
4. 会場内での物品の盗難・紛失等に対しては、一切の責任を負いませんので、貴重品等の管理は各自で行ってください。
5. 一人でも多くの方に参加していただきたく、職場のランニング愛好者の皆様お誘い合わせのうえお申し込みください。

コース案内図



～「マイヘルスウェブ」のご登録についてのご案内～

個人向け健康管理支援サイト「マイヘルスウェブ」では、ご自身の健康情報をPCやスマートフォンで、いつでも閲覧できるほか、組合主催のスポーツ大会等に参加するとポイントが付き、ポイントがたまると抽選でQUOカード(10,000円)や図書カード(2,000円)が当たります。ご登録いただいていない方は、是非、この機会にご登録をお願いします。

「マイヘルスウェブ」のご案内

ご覧いただくのはこちらから

URL [「https://www.phia.or.jp/checkup/my-health-web/」](https://www.phia.or.jp/checkup/my-health-web/)

初回登録(ログイン) : 500 p
スポーツ大会等へ参加 : 都度 50 p



ご登録はこちらから

※ご登録の際は、健康保険証をご用意ください。

(今後、マイナ保険証利用に伴い、登録方法が変更になります。

その際は、ホームページ等で改めてご案内いたします。)



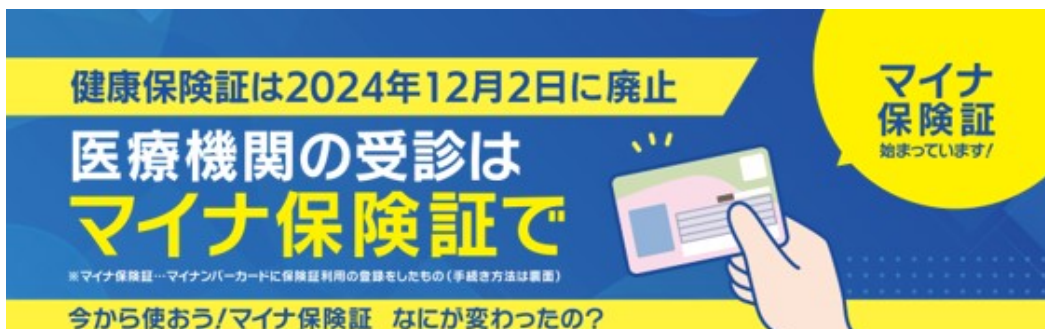
ご登録方法などの問い合わせ

ヘルプデスク (土・日・祝日を除く平日午前9時～午後5時)

TEL 03-5213-4467

事業管理部 (土・日・祝日を除く平日午前9時～午後5時)

TEL 03-3292-5009



健康保険証は2024年12月2日に廃止
医療機関の受診は
マイナ保険証で
※マイナ保険証…マイナンバーカードに保険証利用の登録をしたもの(手続き方法は裏面)
今から使おう!マイナ保険証 なにが変わったの?

マイナ
保険証
始まっています!

メリット

1

医療情報の共有化で質のよい医療が受けられます!!

マイナ保険証を使って受診すると、初めての医療機関でも特定健診や薬剤・診療情報が医師等と共有でき、より適切な医療が受けられます。(本人が同意した場合のみ)

メリット

2

手続きなしで高額な窓口負担が不要に!!

マイナ保険証で受診すると、限度額適用認定証がなくても、本人が同意すれば高額医療費制度に基づき限度額を超える医療費の立替払いが不要となります。健保組合への手続きは必要ありません。