

10周年

琵琶湖一周

各回申込
滋賀県庁にて受付



健康ウォーキング 2020

各回ごとのお申し込み

後期(10月~3月)コース 参加者受付中!

- ◆募集定員：各回 先着100名様
- ◆申込み切：各回開催日の13日前まで
- ◆参加費：1コースごとに500円(中学生以下は無料)
- ◆集合・受付：第8回・第14回は8時50分~9時30分
第9回~第13回は9時30分~10時00分

コースおよび歩程

雨天決行

2020年 4月26日(日) ①

5月24日(日) ②

6月7日(日) ③

6月28日(日) ④

7月19日(日) ⑤

8月23日(日) ⑥ 能登川駅~彦根駅 <約20km>

9月13日(日) ⑦ 彦根駅~長浜駅 <約15km>

10月18日(日) ⑧ 長浜駅~高月駅 <約19km>

11月8日(日) ⑨ 高月駅~近江塩津駅 <約17km>

11月29日(日) ⑩ 近江塩津駅~マキノ駅 <約20km>

12月13日(日) ⑪ マキノ駅~安曇川駅 <約17km>

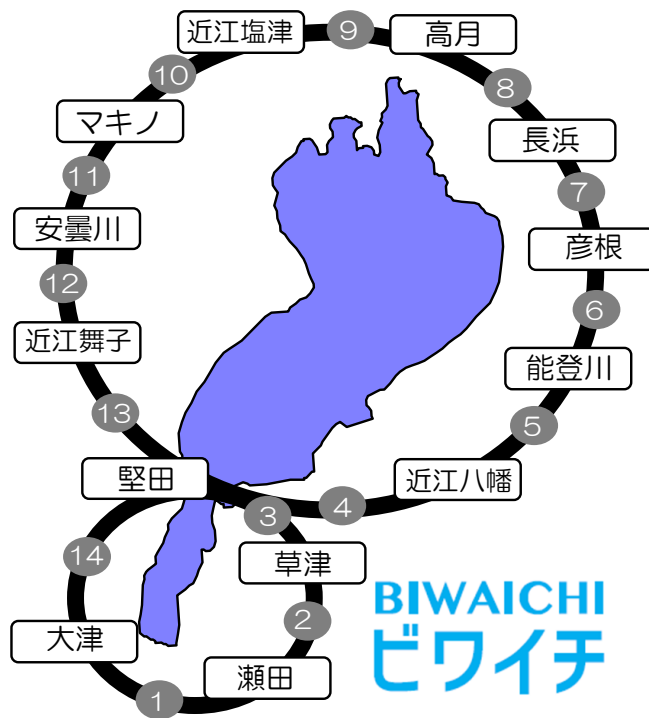
2021年 1月24日(日) ⑫ 安曇川駅~近江舞子駅 <約16km>

2月14日(日) ⑬ 近江舞子駅~堅田駅 <約18km>

3月21日(日) ⑭ 堅田駅~大津駅 <約18km>

第1回~第4回コースは
感染症拡大の影響により
中止いたしました。
※コースの取り扱いについては
決まり次第お知らせします。

第5回コースは、一部内容を変更して開催
近江八幡 ~ 近江八幡 <約14km>
近江八幡 ~ 長命寺公園 <約6km>



BIWAICHI ビワイチ

★琵琶湖一周約250kmを、14回に分けて歩きます。
※各コースの実施詳細や募集等は、滋賀県の
ホームページでお知らせしていきます。(詳しくは!)

琵琶湖一周健康ウォーキング 検索

★感染拡大の状況により、やむをえず中止する
場合や、内容を変更して実施する場合が
ありますので、ご了承ください。

事前予約制

各回ごとの参加申込方法

①ハガキまたはFAXにてお申し込みください。

★住所・氏名・生年月日・電話番号・お申し込みコースを明記し、各コースの当日13日前までに下記宛にご送付下さい。

◎ハガキ送付先：〒520-8577 大津市京町4-1-1 滋賀県交通戦略課「琵琶湖一周健康ウォーキング2020」係

◎FAX送信先：077-528-4837 (滋賀県交通戦略課)

②ハガキ・FAXの到着順に「ご案内」をお送りします。当日の受付で参加費(1コース500円)をお支払い下さい。

参加にあたってのご注意と免責範囲

- ◆小学生以下の方は保護者同伴でご参加ください。
- ◆参加者は万全な健康管理のもとにご参加ください。万一歩行中に事故に遭われた場合、NPO法人滋賀県ウォーキング協会加入の傷害保険の範囲または応急処置以外の責任は負いません。
- ◆各自感染防止対策を講じた上で、自由歩行となります(裏面の「参加の時のお願い」をご一読ください)。
- ◆当日、気象警報の発令や環境省の熱中症情報などにより、歩行中でも中止することがあります。



主催：NPO法人 滋賀県ウォーキング協会 Tel.0748-36-3646

お問い合わせ：滋賀県交通戦略課「琵琶湖一周健康ウォーキング2020」係 Tel. 077-528-3681

☆☆☆滋賀県は「琵琶湖一周健康ウォーキング2020」を応援しています☆☆☆

琵琶湖一周健康ウォーキング(各回参加) FAX申込書(FAX:077-528-4837/滋賀県交通戦略課 宛)

参加申込者 (フリガナ) お名前							S. H.
ご住所	〒						年 月 日
電話番号							
参加コース 希望のコースに ○印ください。	第8回(10/18)	第9回(11/8)	第10回(11/29)	第11回(12/13)	第12回(1/24)	第13回(2/14)	第14回(3/21)

琵琶湖一周健康ウオーキング2020にご参加される方へ

◎参加の時のお願い◎

- ◆イベント参加者を把握するため当日は「(当日提出用)参加申込書」をご提出ください
 - ・滋賀県よりイベント開催時には、当日の参加者の連絡先を把握するよう要請されています
 - ・「(当日提出用)参加申込書」はご自宅で記入しご持参ください(受付での密を避けるため)
- ◆以下に該当する場合は、自主的に参加を見合わせてください
 - ・体調がよくないとき(例:発熱、咳、咽頭痛、味覚・嗅覚障害などの症状があるとき)
 - ・同居家族や身近な知人に、感染症が疑われる方がいる場合
 - ・過去14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る国、地域への渡航または当該在住者との濃厚接触がある場合
- ◆万全な体調管理をしましょう
 - ・ウオーキング前後の体調の変化等にご留意ください
 - ・参加受付時の検温にご協力ください
 - ・少しでも体調の異変を感じ時は、次回のウオーキングにご参加ください
 - ・熱中症対策も忘れずに実施しましょう
- ◆感染予防のための基本的な対策は各自で実践！
 - ・マスクを正しく着用する
 - ※マスクを着用して運動すると、十分な呼吸ができない・体温を下げにくく熱中症になりやすくなるなど、人体に影響を及ぼしますので、息苦しい時などはすぐにマスクを外すなど、決して無理はしないでください。
 - ※受付・休憩などで、人と会話する時はマスクを着用しましょう
 - ・人との十分な距離を確保する
 - ※他の参加者やスタッフとの距離を2m(最低1m)確保しましょう
 - ※前の人の呼気による影響を避けるため、可能なら並走、または斜め後方に位置をとりましょう
 - ※運動強度が上がると呼吸も荒くなりますので、普段より距離を空けるようにしましょう
 - ※休憩や昼食時においても「三つの密」を避けましょう
 - ・会話は控えめにしましょう。特に大きな声での会話は、ご遠慮ください
 - ※会話が必要な時には、マスクを着用しましょう
 - ・休憩時などには、手洗い・手指消毒の実施
 - ※ウイルスは目に見えませんが、こまめに手を洗いましょう
 - ※タオルの共有はやめましょう
- ◆周囲の人への思いやりを忘れずに
 - ・ウオーキングコースは、地元の人たちの生活空間であることを忘れずに！
 - ※大勢が自宅付近を歩くことに、嫌悪感を持つ方もいらっしゃいます
 - ※道中、唾や痰を吐くことは、極力行わないようにしましょう
 - ・ウオーキング仲間の体調に異変を感じたら、スタッフまでお声がけください
 - ※体調の変化に自身で気が付かない場合があります。熱中症には充分気を付けましょう

感染防止のため、「参加の時のお願い」を守り、
イベント当日はスタッフからの指示にご協力ください。

