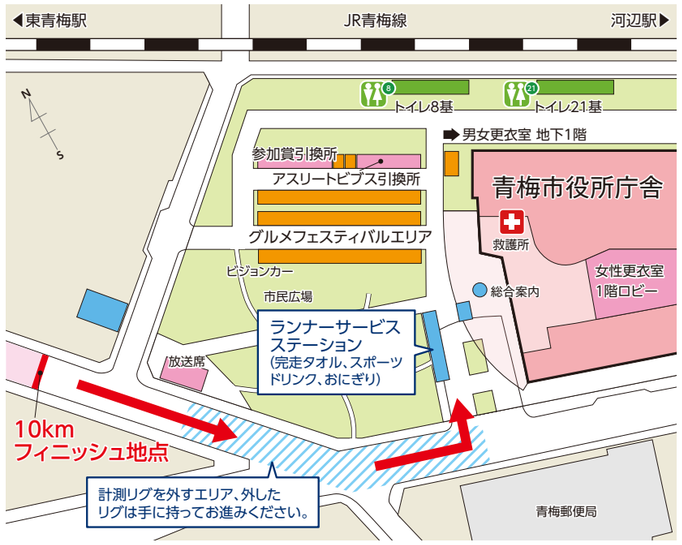
30km の部
フィニッシュ地点
住友金属鉱山アリーナ青梅（青梅市総合体育館）周辺地図

→ フィニッシュ後の進行方向

計測リグを外すエリア、外したリグは手に持ってお進みください。



10km の部
フィニッシュ地点
青梅市役所周辺地図

→ フィニッシュ後の進行方向

計測リグを外すエリア、外したリグは手に持ってお進みください。

タイム計測用リグについて

本大会では、着順判定に「タイム計測用リグ」を使用するため、次の事項をお守り下さい。

- 「タイム計測用リグ」がついているナンバーカードを胸側に着け、フィニッシュまで絶対に外さないで下さい。
  万一「タイム計測用リグ」をつけないで走った場合、タイムは計測されません。
- リグは未返却、紛失の場合は、実費請求（2,500円）させていただきますので、必ず返却して下さい。

完走賞

完走された方にはフィニッシャータオルをお渡しします。

途中棄権について

関門を制限時間内に通過できなかったり体調不良等で途中棄権する場合は、係員の指示に従い速やかに走路をあけてください。その際には、タイム計測用リグを係員へ返却をお願いします。また、収容バスを利用しフィニッシュ地点へお戻りください。JR青梅線を利用する場合は別途運賃が必要となります。Suica、PASMO等でのご利用、もしくは乗車駅証明書を発行しご乗車ください。

第55回記念！ 青梅マラソン 参加案内

THE OHME 30&10Km ROAD RACE

特別協賛　ヤマト運輸

協　賛　Canon キヤノンマーケティングジャパン株式会社　青梅信用金庫　住友金属鉱山　FOREVER. FASTER.　Hotman STYLE OF LIVING

特別協力　東京アドベンチャーライン JR東日本　LAWSON　Otsuka 大塚製薬株式会社

協　力　全農パールライス／JA全農あきた／フォトクリエイト／Murauchi BMW／フクダ電子／Tamaケアタクシー・ネットワーク／一般財団法人東京都弘済会／東京電力パワーグリッド

出走に必要な体調管理チェックとリストバンド受け取りについて 重要

当日出走するためには、検温・体調チェックをクリアした方にお渡しするリストバンドが必要となります。
体調チェックは専用アプリ（テレサ）を用いておこないますので、各自ご準備をお願いします（詳細は別紙参照）。
アプリを利用できない方は、大会ホームページから体調管理チェックシートをダウンロード、印刷をして記入し、受付時にお持ち下さい。
大会ホームページ　https://ohme-marathon.jp/（体調管理チェックシートのダウンロードはこちらから）

競技者受付・アスリートビブス引換

前日引換 2月18日（土）	10km の部	13：00～16：00	住友金属鉱山アリーナ青梅（青梅市総合体育館）	最寄り駅 JR河辺駅
	30km の部			
当日引換 2月19日（日）	10km の部	7：30～ 8：30	青梅市役所駐車場	最寄り駅 JR東青梅駅
	30km の部	8：00～10：30	青梅市立河辺小学校	最寄り駅 JR河辺駅

※アスリートビブスの引換は本人のみとなります。

更衣所・手荷物について

更衣所を以下の場所でご利用いただけます。更衣所に出入りする際には、リストバンドおよびアスリートビブスが無いと出入り出来ませんのでご注意ください。

手荷物は各更衣所の棚等へ置いてください。更衣所には参加者以外は入ることができません。貴重品預かりサービスはないので、貴重品は各自で管理をお願いします。

30km 選手更衣所	10km 選手更衣所
●住友金属鉱山アリーナ青梅（青梅市総合体育館） ●青梅市立総合病院地下駐車場B1・B2F ●河辺小学校	●青梅市役所地下駐車場、1Fロビー奥（女性専用） ●青梅市立総合病院地下駐車場B1・B2F

※5ページのスタート・フィニッシュ周辺案内図をご参照下さい。

JR河辺駅、東青梅駅をご利用の皆様へSuica、PASMO等の事前チャージをお願いします。
会場最寄駅（河辺駅、東青梅駅）では改札の自動精算機は1台です。
窓口での精算も混雑のため時間がかかります。乗車駅でSuica、PASMOのチャージをお願い致します。

前日 2月18日(土)

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅（青梅市総合体育館）

10km の部・30km の部　会場 第2スポーツホール・第2トレーニングルーム

13:00〜16:00まで　前日受付／参加賞Tシャツ・アスリートビブス引換

検温・体調チェックについて

●会場への入場前に消毒、検温をおこなってください。検温で37.5℃以上ある方は入場できません。
●アスリートビブス引換時に体調管理アプリまたは体調管理チェックシートの確認をおこないます。
●**リストバンドの受け取りは大会当日のみとなります。**前日受付をした方も、当日に住友金属鉱山アリーナ青梅（青梅市総合体育館）正面入口前で検温後、リストバンドを受け取ってください。

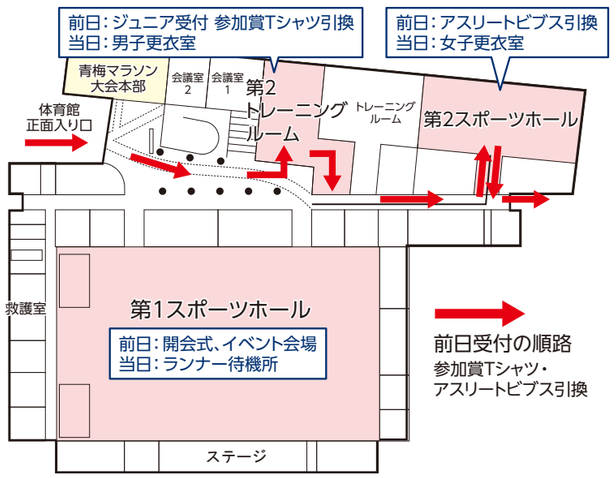
会場 第1スポーツホール

13:00	開会式　〜13:30まで
13:30	ランナー応援イベント　和太鼓演奏　青梅総合高校　〜13:45まで
14:00	AOSYNスペシャルトークショー　〜15:00まで ゲスト：高橋尚子さん（シドニーオリンピック女子マラソン金メダリスト） 神野大地選手（セルソース）
15:10	BIGチャンス抽選会 ホノルルハーフマラソン・ハパルアツアー（4月16日開催）1名様 ご招待のほか、PUMAのシューズ、ランニンググッズなどが当たる抽選会。 同封の抽選券を第1スポーツホール内の抽選箱に14時40分までに投函してください。抽選時に会場にいない場合は当選は無効となります。 詳細は別紙のBIGチャンス抽選会チラシをご覧ください。
15：40	終了予定

高橋尚子さん

神野大地選手

住友金属鉱山アリーナ青梅（青梅市総合体育館）案内図



ゲストランナー

30km の部
福島和可菜さん
（タレント 御岳健康大使）

10km の部
平塚潤さん
（城西大学准教授）
第27回大会 30キロの部 優勝

10km の部
げんき〜ず
宇野けんたろうさん
（吉本興業）

当日 2月19日(日)

受付会場 青梅市役所 10km
受付会場 青梅市立河辺小学校 30km

10km の部

会場 青梅市役所駐車場
7:30〜8:30まで
受付／参加賞Tシャツ・アスリートビブス引換

9:30 スタート　スタート地点〜競技終了10:50

30km の部

会場 青梅市立河辺小学校
8:00〜10:30まで
受付／参加賞Tシャツ・アスリートビブス引換

11:30 スタート　スタート地点〜競技終了15:30

検温・体調チェックについて

●当日受付の前に消毒および検温、体調管理アプリまたは体調管理チェックシートの確認をおこないます。確認後、必ずリストバンドを受け取ってください。
●**検温で37.5℃以上ある方はレースへの参加はできません。**
●前日受付を済ませている方も消毒、検温をして必ずリストバンドを受け取ってください。前日受付済みの参加者のリストバンド受け取り場所は住友金属鉱山アリーナ青梅（青梅市総合体育館）正面入口前となります（7:30〜10:30）。
●**リストバンドを着用していないとレースへの参加はできませんのでご注意ください。**

大会開催の決定

降雪、道路凍結、災害等により開催できない場合があります。告知については、大会ホームページで行います。

最終決定日時　2月19日(日) 6:00

大会ホームページ　https://ohme-marathon.jp/
Facebook　https://www.facebook.com/ohme.marathon
Twitter https://twitter.com/ohmemarathon

公式HP　Facebook　Twitter

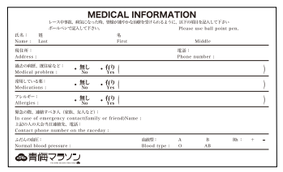
記録速報

5km地点毎の通過タイム記録速報を随時配信いたします。フィニッシュ速報タイム、順位もこちらからご覧下さい。

メディカルシールの使用方法

当日受け取ったアスリートビブスに貼り付けるためのシールです。同封のメディカルシールに情報を記載のうえアスリートビブスのメディカルチェック記載面に貼り付けてください。アスリートビブスを前日受付で受け取った方は、アスリートビブス裏に直接記載していただいて結構です。

当日の引換所の記載台は大変混雑いたします。
事前記入にご協力をお願いいたします。


MEDICAL INFORMATION
レースの参加、練習になった時、緊急の場合の連絡を受けるとともに、医学的資料を記入してください。
ボールペンで記入してください。
Please use ball point pen.
氏名：　姓 Name：Last　名 First　Middle
住所：Address：
電話：Phone number：
過去の病歴、現在服用：Medical problem：　・無し No　・有り Yes
現在、ていた薬：Medication：　・無し No　・有り Yes
アレルギー：Allergies：　・無し No　・有り Yes
緊急の時、連絡すべき人（家族、友人など）：In case of emergency contact(family or friend)Name：
上記の人の人命救助機関名、電話：Contact phone number on the recorder：
ふだんの血液：Normal blood pressure：　血液型：Blood type：A B O AB　Rh：＋ －
青梅マラソン

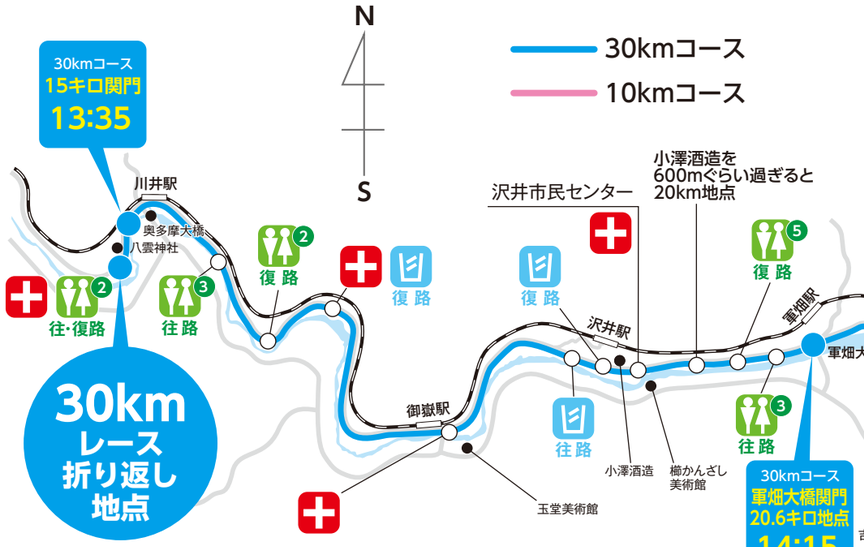
10キロの部参加者用託児サービス

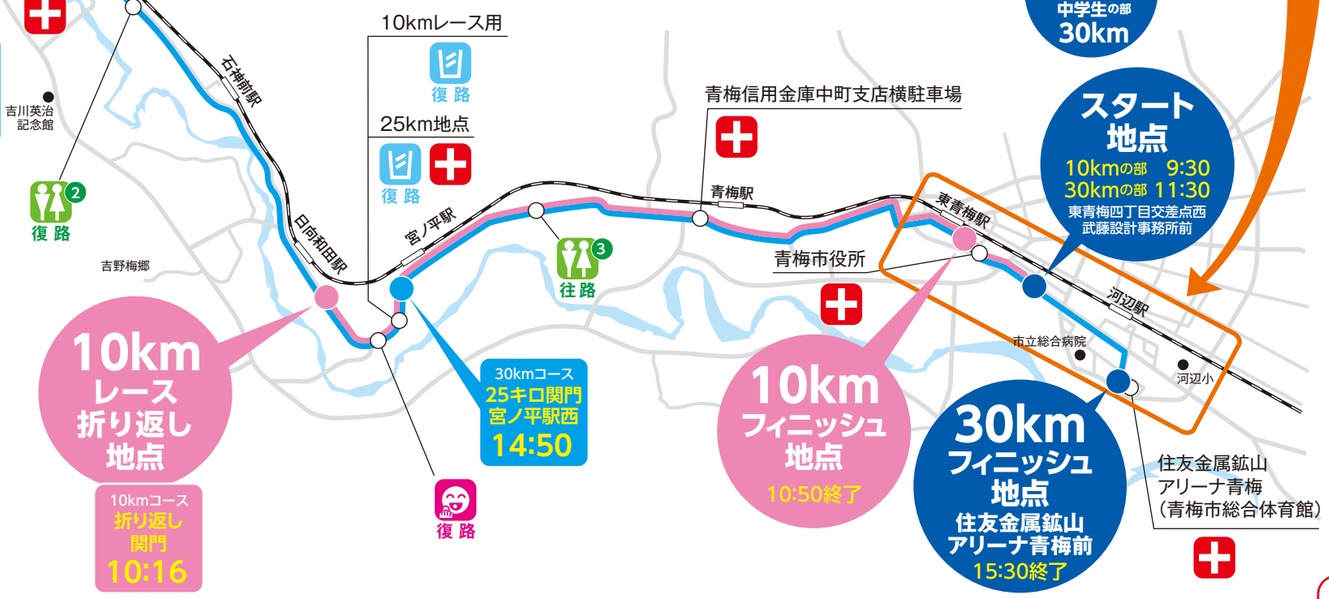
Murauchi BMW キッズルーム　無料

利用時間　2月19日(日) 8：00〜12：00
利用可能年齢　3歳〜6歳（定員10名）
利用料　無料
申込方法　青梅マラソン財団にお問い合せの上、お申し込み下さい。

お問い合わせ（一財）青梅マラソン財団 TEL.03-6831-0375（平日10時〜18時）www.ohme-marathon.jp

コースマップ





公式給水所

公式給水所は30キロのコースに4ヶ所、10キロのコースに1ヶ所設置されます。各給水所ともにコースの左側に設置されています。脱水症状にならないように、十分な水分補給をお願いします。

公式給食所

公式給食所は30㎞のコース25㎞地点手前に設置されています。青梅銘菓「山の呼び声」を6,000個提供します。

トイレ

（●丸の中の数字はトイレの数となります）

スタート地点を中心に、折返し地点までのコース沿道に計195基トイレが設置してあります。大会で設置したトイレには看板による表示がされています。地元住民の御迷惑にならないよう十分ご配慮ください。

公式救護所

（全救護所にAED・酸素配置）

公式救護所は全部で11ヶ所設置され、医師・看護師等の医療スタッフが待機しているほか、AED等の医療機器も配置されています。（他に救護車両14台を配置）また、「モバイルAED隊」が大会をサポートします。万が一、競技中に体調が悪いと感じたらすぐにレースを中断し申し出てください。また、当日は健康保険証をご持参ください。

ごみの持ち帰りについて

各会場、コースにはごみ回収所は特に設けていませんので、**ごみは必ず持ち帰る**ようにご協力をお願いいたします。

ラッキーナンバー賞

合計200名様に当たる

ナンバーカード袋に当選シールが貼ってある参加者には、協賛社などからの各種賞品が当たります。

※大会当日17時までに引換されない場合、当選は無効となります。賞品の都合により変更になる場合もございます。

- ホノルルハーフマラソン・ハパルア2023ご招待（開催日4月16日） 1名様
- PUMA賞 スポーツグッズ プーマ ジャパン提供 20名様
- スポーツサングラス エル・バランス提供 30名様
- 青梅せんべい 10枚入り 柳丸提供 25名様
- COSTCO賞 オリジナルグッズ COSTCO提供 15名様
- 澤乃井純米 大辛口 720ml 小澤酒造提供 3名様
- 大会オリジナルグッズ 86名様

※ホノルルハーフマラソン・ハパルアは4月14日（金）または15日（土）出発の3泊5日（予定）です。羽田・成田空港までの移動に掛かる費用は個人負担となります。未成年の方は保護者の同意が必要です。当選者の権利は譲渡できません。その他、当選時にご案内する諸条件を承諾頂ける方に限ります。

不審物を見つけたら触らず、動かさず、近くの警察官、警備員、大会本部に連絡して下さい。大会本部 ☎0428-24-6311

表彰式

記録速報

表彰対象者の順位発表は青梅市役所前および、住友金属鉱山アリーナ青梅（青梅市総合体育館）前速報版、または青梅マラソン公式HPの記録速報でご確認ください。登壇しない入賞者は総合案内で賞状などを受け取ってください。

10km の部

12:00〜12:40

会場：青梅市役所

男子	女子	登壇者		副賞	入賞者に青梅ブランドプロジェクトタオル
高校生	高校生	1位	賞状	優勝	キヤノンマーケティングジャパン賞、プーマジャパン賞、東京都弘済会賞 図書カード2万円分（高校生男女のみ）
40歳代	40歳未満	1位			
50歳代	40歳代	1位			
60歳代	50歳代	1位		2位、3位	プーマジャパン賞
70歳以上	60歳以上	1位			
チーム戦			賞状	優勝〜3位	キヤノンマーケティングジャパン賞
男子・混成の部	女子の部	1位			

30km の部

14:40〜15:10

会場：住友金属鉱山アリーナ青梅（青梅市総合体育館）

男子	女子	登壇者		副賞	入賞者に青梅ブランドプロジェクトタオル
総　合	総　合	1〜3位	賞状	優勝	キヤノンマーケティングジャパン賞、東京都弘済会賞
				2位、3位	キヤノンマーケティングジャパン賞、プーマジャパン賞
40歳代	40歳代	1位		優勝	キヤノンマーケティングジャパン賞、プーマジャパン賞、東京都弘済会賞 クオカード2万円分（60歳以上男女のみ）
50歳代	50歳代	1位			
60歳以上	60歳以上	1位		2位、3位	プーマジャパン賞

（賞品の都合により変更になる場合もございます）

必ずお読みください

新型コロナウイルス 感染症対策について

本大会は日本陸上競技連盟「ロードレース再開についてのガイダンス」に基づき、大会運営においては新型コロナウイルス感染症対策を実施します。
下記をご確認いただき、内容に同意の上、大会に参加していただきますようお願い申し上げます。
詳細につきましては大会ホームページに掲載されている「新型コロナウイルス感染症規約」をご確認ください。

〈参加者の皆さまへの重点注意事項〉

大会前

- □ 大会1週間前から体調管理アプリ「テレサ」、または体調管理チェックシートによる体調管理をおこなっていただきます。テレサのご利用については別紙をご確認ください。
- □ 新型コロナウイルス感染症の拡大防止、重症化を防ぐために3回のワクチン接種を推奨します。
- □ 十分な体調管理をおこなっていただくようお願いいたします。

大会前日

- □ 大会の前日にアスリートビブスの引換をする場合は、前日受付時に体調管理アプリ、またはチェックシートの確認をいたします。記載漏れが無いようにご注意ください。ワクチン接種証明、陰性証明の提示の必要はありません。
- □ 37.5℃以上の発熱がある場合は、引換会場(住友金属鉱山アリーナ青梅)には入場できません。

大会当日

- □ マスク着用、ソーシャルディスタンスの確保等の感染対策にご協力ください。
- □ アスリートビブス引換の受付時に体調管理アプリ、またはチェックシートの確認をいたします。記載漏れが無いようにご注意ください。ワクチン接種証明、陰性証明の提示の必要はありません。
- □ 検温、体調チェック終了の証明となるので、必ずリストバンドを受け取ってください。前日受付をした参加者も受け取りをしてください。
- □ 37.5℃以上の発熱がある場合は、レースには入場できません。
- □ スタート地点整列時は他の方との会話はできるだけ控えてください。スタート1分前まではマスクの着用を推奨いたします。
- □ フィニッシュ後は必ずマスクの着用をお願いいたします。

大会終了後

- □ 大会終了後1週間も体調管理アプリ、体調管理チェックシートによる体調管理、検温記録の入力を継続してください。

大会スタッフ・ボランティア

- □ 事前の体調チェック、および大会当日の検温を実施します。37.5℃以上の発熱や体調不良の場合は大会運営への参加はいたしません。

〈競技者受付の流れ〉

前日受付をする方		当日受付をする方	
前日	①検温、体調管理アプリまたは体調管理チェックシートの提示 ②アスリートビブス受け取り	当日	①検温、体調管理アプリまたは体調管理チェックシートの提示 ②リストバンド受け取り ③アスリートビブス受け取り
当日	③検温 ④リストバンド受け取り		

10kmフィニッシュ地点

グルメフェスティバル

●会場：青梅市役所駐車場
●2/19日　9：30～15：30
売り切れ次第終了となります。

青梅のグルメを味わおう！

地元でも人気の御嶽汁、ブラックソース焼きそば、青梅マラソンゆずまんじゅうなど、来場の記念に味わってゆきましょう。

レース観戦も楽しめる！

設置されている大型ビジョンでレース観戦ができます。食事、買い物をしてからでも楽しめます。

30kmフィニッシュ地点

ギャラリープラザ

●会場：住友金属鉱山アリーナ青梅南側駐車場
（青梅市総合体育館）
●2/18土 13：00～16：00
●2/19日　9：00～16：00
売り切れ次第終了となります。

大会前日もやっています！

大会前日の受付をして、開会式やAOSYNスペシャルトークショーを楽しんでから寄ってみてください。レース前の準備にランニンググッズ等も購入できます。

グルメ販売もあり！

レース前後の栄養補給にキッチンカー、飲食物販売ブースもあります。

お楽しみブースもあり！

青梅市立霞台小学校が企画したオリジナルタオルの販売、協賛社のブースなどもあり各種サービスが充実しています。

グルメフェスティバル・ギャラリープラザ会場の飲食ブースは電子マネーが便利

nanaco　楽天Edy　WAON　Suica　PASMO　Kitaca　toica　SUGOCA　ICOCA　nimoca　manaca　はやかけん

出店の詳細は大会プログラム新聞、アスリートビブス同封のチラシなどでお知らせします。

**グルメフェスティバル、ギャラリープラザへの入場は消毒等の感染症対策にご協力ください。
歩きながらの飲食はご遠慮いただき、専用エリアでお楽しみいただくようお願い申し上げます。**