

第29回徳島県健康福祉祭

2023とくしまねんりんピック  
(関西マスタースゲームズ)

ノルディック・ウォーク交流大会開催要領

南部大会 西部大会 東部大会

■ 主 催

徳島県・公益財団法人とくしま“あい”ランド推進協議会

■ 共 催

関西マスタースゲームズ実行委員会

■ 主 管

とくしまノルディック・ウォーク協会

# ノルディック・ウォーク交流大会

## 1 開催の目的

高齢期におけるスポーツ活動等への取組を推進することにより、高齢者の健康増進、社会参加、生きがい活動等の促進を図るとともに、“フレイル予防\*”をキャッチフレーズに広く県民への「ぬくもりと活力のある長寿社会づくり」に向けた意識の高揚を図ることを目的とします。

\*フレイル：加齢に伴い心身の活力が低下し、入院や要介護の危険性が高まる状態

## 2 主催

徳島県  
公益財団法人とくしま“あい”ランド推進協議会

## 3 共催

関西マスターズゲームズ実行委員会

## 4 主管

とくしまノルディック・ウォーク協会

## 5 期日

南部大会	令和5年10月1日(日)	※小雨決行
西部大会	令和5年10月14日(土)	※小雨決行
東部大会	令和5年10月21日(土)	※小雨決行

## 6 会場

南部大会：美波町日和佐公民館（海部郡美波町奥河内字寺前153-1）  
（日和佐公民館～薬王寺～あらせ）空海様と浦島子さまのひみつにチャレンジ  
午後（昼食後）：いつも防災を心がけようロープワークにチャレンジ  
西部大会：午前：美馬リバーサイドパーク（四国三郎の郷）防災館あたり散策  
午後：三好市井川総合支所（三好市井川町辻73）井川地区散策  
阿波刻み煙草の全盛期は”芳乃川”  
東部大会・総合開会式：徳島市吉野川運動広場（南岸河川敷）  
徳島市吉野川運動広場～助任公園へ

## 7 大会日程

南部大会	10月1日(日)	
	9:00～9:40	受付
	9:40～9:45	開会
	9:45～9:55	準備体操
	10:10～11:00	交流大会
	11:00～12:15	昼食
	13:00～13:15	受付
	13:15～14:00	ロープワークにチャレンジ
西部大会	10月14日(土)	
午前	8:00～9:00	受付
	9:00～9:30	開会式
	9:30～9:40	準備体操
	10:00～11:00	交流大会
	11:00～12:15	昼食
午後	13:00～13:15	受付
	13:15～13:30	準備体操
	13:30～15:00	交流大会
東部大会	10月21日(土)	総合開会式
	8:00～9:00	受付
	9:00～9:40	総合開会式
	10:00～11:30	準備体操・楽しくノルディック・ウォーク

## 8 競技方法

- (1) 主管者の指導に従いノルディック・ウォークを体験し、作成したコースを無理のない程度に参加する。
- (2) 順位を競うものではなく楽しく参加、一人にならないよう、ある程度の時間内に完歩できること。
- (3) 各自、軽食・水分補給用の水等を持参してください。

## 9 大会規定

- (1) 主管者の指導、注意はよく聞く、解らないときは尋ねる。参加者同士のコミュニケーションも大切にしておく。
- (2) 参加者の目印は、主管者が用意したものを使用する。
- (3) 天候等により、競技が実施不可能なときは主管者が判断する。  
(※荒天時：前日練習は中止、東部交流大会(本大会)は延期)

## 10 表彰

- ①完歩賞スタンプと商品：各コース完歩1スタンプ押印。
- ②3大会(西部・南部・東部)とも参加の方：ノルディックグッズの記念品、賞状、メダル

## 11 募集人員

各部50名(定員になると締め切ります。)  
お友達と仲良く完歩を目指します。

## 12 参加資格

60才以上(昭和39年4月1日以前生まれ)の人。  
循環器、整形外科等の疾患のある方は医師と相談の上ご参加を、また、付き添いの方は年齢は問いませんが参加費は納めていただきます。  
【付き添い8歳以上】

## 13 参加制限

このノルディック・ウォーク交流大会に参加する者は、当日の他の交流大会には参加できません。

## 14 参加料等

- (1) 1人 500円  
(※申込時に主管団体に納めてください。申し込み後の返金はいたしません。)
- (2) ポール貸出 1組300円  
複数(2名以上)でご参加の場合は、申し込みなど連名で氏名・年齢をはっきり明記の上、参加費はまとめて代表者の方でお願いします。

## 15 参加通知

参加費及び申込を確認後、申込者(個人)または複数申し込み責任者に連絡いたします。

## 16 その他

- (1) 参加者はあらかじめ、生活の中の運動習慣、食生活、睡眠、水分補給を心がけ、健康診断を受けるなど、各自、健康管理には睡眠・水分補給など十分気をつけてください。
- (2) 主催者で傷害保険に加入します。
- (3) 競技中、事故が起きた場合は応急処置を行いますが、その後の責任は負いません。
- (4) 急な不参加の場合返金できませんので、代理参加があれば申し出てください。

## 17 参加申込み及び問い合わせ

参加希望者は、別紙申込書に必要事項を記入し、郵送又はFAXにより申し込むとともに、参加費等を下記により振り込んでください。

- (1) 申込期限  
令和5年9月10日(日)まで ※事前申込のみとなります。
- (2) 申込先  
〒770-8025 徳島市三軒屋町外24-97 自然健康スペース内  
とくしまノルディック・ウォーク協会  
連絡先・・・電話：088-669-6223 携帯電話 090-3782-4325  
FAX：088-642-5003 (健祥会プレゼンテーション内)
- (3) 振込先  
郵便局 口座番号：16270-4 1622951  
加入者名：とくしまノルディック・ウォーク協会  
阿波銀行本店営業部 口座：普 1421414  
名義：トクシマノルディックウォークキョウカイ

## 18 徳島県健康福祉祭に関する問い合わせ先

〒770-0943 徳島市中昭和町1丁目2番地(徳島県立総合福祉センター2階)  
公益財団法人とくしま“あい”ランド推進協議会 電話088-655-5080 FAX 088-655-3002

## 第29回徳島県健康福祉祭ノルディック・ウォーク交流大会会場図

○南部大会【10月1日(日)】 会場：海部郡美波町日和佐公民館



○西部大会【10月14日(土)】

(午前) 会場：美馬リバーサイドパーク (四国三郎の郷ふれあい広場)



(午後) 会場：三好市役所井川支所 (三好市井川町辻73)



○東部大会・総合開会式【10月21日(土)】：徳島市吉野川運動広場 (南岸河川敷)



## 第29回徳島県健康福祉祭ノルディック・ウォーク交流大会参加申込書

南部大会

西部大会

東部大会

10月 1日(日)

(美馬) 10月14日(土)午前

10月21日(土)

(三好) 10月14日(土)午後

申込年月日

令和5年

月

日

区分	ふりがな氏名	性別	生年月日 (年齢)	住所 (電話番号)	貸出用具 の要・否	昼食の 要・否
選手 (責任者)	-----	男・女	明 大昭 ( ) ( 歳)	〒 - ( - - - )	要・否	要・否
選手	-----	男・女	明 大昭 ( ) ( 歳)	〒 - ( - - - )	要・否	要・否
選手	-----	男・女	明 大昭 ( ) ( 歳)	〒 - ( - - - )	要・否	要・否

※注 1 参加申込みする大会名を必ず○で囲んでください。

2 貸出用具の必要の要否を必ず○で囲んでください。

3 昼食の必要の要否を必ず○で囲んでください。

(昼食代は700円です。)

参加料	500円×	名=	円
貸出料	300円×	名=	円
昼食代	700円×	名=	円
振込合計金額			円