第３５回　東京総合健保ミニマラソン大会要綱

１　開催目的・概要

「健康日本２１」推進事業として、健康づくりについての知識と関心を高めるとともに、被保険者及び被扶養配偶者等の健康保持・増進を図ることを目的とします。

また、前回大会の参加者アンケート等の結果を踏まえ、運営面及び安全面についても十分に検討した結果、本年度から男子・女子レースを統合するとともに、新たに女子１０㎞を設け、「男女混合５㎞及び１０㎞の計２レース」として開催いたします。

２　主催

一般社団法人　東京都総合組合保健施設振興協会

３　後援

江東区　／　東京都総合健康保険組合協議会

４　開催日

令和９年２月２８日（日）　小雨決行・順延なし

大会当日の開催確認

・大会当日の**午前６時以降**に、下記イベント情報サイトから確認できます。
・大会当日に悪天候や災害、不測の事態等により中止となった場合、中止に関するメール送信はございません。

■イベント情報サイト　：　http://toshinkyo.sblo.jp/

５　会場

豊洲ぐるり公園　（詳細はＰ８をご参照ください）

・江東区豊洲６丁目１番先・５丁目１番先
・東京臨海新交通臨海線　ゆりかもめ「市場前駅」　徒歩１２分
※近隣に駐車場（有料）はありますが、本大会参加者用ではありませんので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

６　コース

豊洲ぐるり公園周辺コース　（詳細はＰ８をご参照ください）

■会場案内　：
https://www.toshinkyo.or.jp/UploadedFiles/map_toyosugururi_v1.pdf
会場へのアクセス及びランニングコースはこちらからもご確認いただけます。

7　参加資格

（１）東振協会員組合の被保険者本人（女子Ｅ・Ｆは被扶養配偶者も参加可）

（２）東振協健康友の会会員　　（３）一般都民等

・大会開催日を基準に１８歳以上の方が対象になります。

・車椅子不可。伴走者を伴う視覚障がい者の参加可。伴走者と参加される方は事前に大会事務局へご連絡ください。

8　種目　　※今年度より「男女混合５㎞・１０㎞の２レース」になります

種目		対象年齢	定員	スタート時間	表彰式(予定)
５㎞の部	男子Ａ	５０歳以上	１６０名	９：００	９：３０
	男子Ｂ	５０歳未満	１６０名		
	女子Ｅ	１８歳以上	８０名		
１０㎞の部	男子Ｃ	５０歳以上	１６０名	１１：００	１１：４５
	男子Ｄ	５０歳未満	１６０名		
	女子Ｆ	１８歳以上	８０名		１１：５５

・年齢は大会開催日を基準とします。

・男子Ｂ・Ｄは１８歳以上の方が対象です。

・参加は１人１種目とさせていただきます。

・対象年齢外の種目には参加できません（オープン参加も不可）。

・本大会は受付不要ですので、スタート１０分前までにお越しください。

・種目ごと（Ａ～Ｆ）に入賞者（１～３位）を対象に表彰します。

9　参加費

無　料　・・・　参加賞の配布はございませんのでご了承ください。

１０　競技規則

日本陸上競技規則に準じる

１１　計測・スタート方法

（１）計測方法

ネットタイム　（スタートラインを通過した時からフィニッシュまでの時間）

（２）スタート方法

ウェーブスタート　（１グループごとの時差スタート）

１２　表彰等

（１）表彰対象

各種目　第１位、第２位、第３位　・・・　賞状、賞品等　（表彰式あり）
　　飛び賞　・・・　賞品

（２）参加者

完走者　・・・・・　完走証　（タイムのみ記載）

・ネットタイムの計測により走者全員がゴールするまで順位を確定できないため、完走証に順位は記載いたしません。
・大会終了後、当協会ホームページにてゼッケン番号から順位・タイムをご確認いただけます。

（３）表彰方法

・第１位、第２位、第３位の入賞者を対象に、随時表彰式を行いますのでご参加ください。
対象者の方には、スタッフよりお声掛けいたします。
・飛び賞に該当された方には、ゴール後の完走証発行時にスタッフよりお声掛けいたします。

１３　申込方法

本大会の申込みは、インターネットによるＷｅｂ申込・先着順での受付となります。

（１）Ｗｅｂ申込ＵＲＬ

https://www.toshinkyo.or.jp/event/index.html#3
（１１月中に特設サイトを公開予定）

（２）申込期間

令和９年１月２６日(火)９：００ ～ ２月１２日(金)２３:５９

※各種目定員に達し次第締切りとさせていただきますのでご注意ください。
前回大会では、一部の種目が申込開始から数日で満員となりました。参加をご希望の方は、早めの申込みをおすすめいたします。

・満員となり受付終了とした種目にキャンセルが発生した場合、随時申込み受付を再開します（キャンセル待ちは承っておりませんので、上記Ｗｅｂ申込ＵＲＬより適宜ご確認をお願いいたします）。
・申込みは１人１種目とさせていただきます。１人で複数の申込みが確認された場合、最終申込のみを有効とします。
・メールアドレスで個人を特定するため、１つのメールアドレスにつき申込みは１回限りとします。まとめて複数人の同時申込みはできませんので、お１人ずつお申込みください。
・ご登録のメールアドレスに申込完了及び開催案内メールを送信いたしますので、ドメイン指定受信を設定している方は、あらかじめ「@sportsone.co.jp」からのメールを受信できるよう

設定してください。
・申込完了メールが届かない場合は、下記「（３）Ｗｅｂ申込・ゼッケンに関するお問合せ先」までご連絡ください。
・安全管理のため、参加資格は申込者本人に限ります。代理出走やゼッケンの譲渡・貸与は認めません。

（３）Ｗｅｂ申込・ゼッケンに関するお問合せ先

専 用 電 話：０４５－５０７－５３２１　（平日９：００～１７：００）
※委託事業者：株式会社スポーツワン内 大会事務局につながります。
お電話の際は、「東京総合健保（とうきょうそうごうけんぽ）ミニマラソン大会の件」とお伝えください。
専用メール：funrun@sportsone.co.jp
受 付 期 間：令和９年１月２６日（火）～２月２６日（金）

（４）変更・キャンセル

・変更・キャンセルについては、上記「（３）Ｗｅｂ申込・ゼッケンに関するお問合せ先」までご連絡ください。
・申込後にやむを得ずキャンセルする場合は、他の参加希望者が申込みできるよう、申込期限の２月１２日（金）までにご連絡ください。
・大会当日、急な体調不良等によりやむを得ずキャンセルする場合は、上記専用メールまでご連絡をお願いいたします。なお、返信はありませんのであらかじめご了承ください。
・無断キャンセルについては、次回より申込みをお断りする場合がございます。必ず事前にご連絡くださいますようお願いいたします。

１４　参加案内（ゼッケン等）の送付

大会１週間前までに、参加案内（ゼッケン同封）を参加者へ送付いたします。

・大会１週間前を過ぎても参加案内が届かない場合は、お手数ですが「１３ 申込方法　（３）Ｗｅｂ申込・ゼッケンに関するお問合せ先」までご連絡ください。
・大会当日、ゼッケン（ＩＣチップ付き）を忘れないようご持参ください。万が一、大会当日にゼッケンをお忘れの方は、総合窓口までお申し出ください。
・都合により大会に参加できなかった場合、ゼッケンは参加案内に同封の返信用封筒にて必ず大会事務局までご返送ください。
・返送されない場合は、実費をご負担いただくことがございます。また、特段の理由なく未返却であった場合は、次回からの参加をお断りすることがあります。

１５　大会当日の参加の流れ

（１）受付

本大会は、当日の受付は不要です。

・受付による混雑を回避するため、ゼッケン（ＩＣチップ付き）は事前に送付いたします。大会当日はゼッケンを装着していただければ、そのままレースにご参加いただけます。

（２）スタート前

①ゼッケンを装着の上、ゼッケンに記載のウェーブ番号をあらかじめご確認ください。

②スタート時間１０分前頃に集合のアナウンスをいたしますので、スタッフの案内に従って、ウェーブ番号ごとにスタート位置に移動してください。

※ウェーブごとに、スタート位置・スタート時刻が異なります。また、ウェーブ内での並び順は、整列された順となります。詳細は事前に届く参加案内でご確認ください。

※準備運動は行いませんので、ウォーミングアップは各自で十分に行ってください。

（３）レース中

周回数のカウントは、参加者自身で行ってください。

周回数がわからなくなった場合、大会スタッフにより確認することはできますが、タイム計測を止めることはできませんのであらかじめご了承ください。

（４）ゴール後

①使用済みのＩＣチップを回収箱にご返却ください。

②完走証をお渡ししますので、専用テントまでお越しください（当日のみ発行可）。
混雑している場合、完走証の受け取りは更衣後でも差し支えありません。
飛び賞に該当された方には、完走証の発行時にスタッフよりお声掛けいたします。

③閉会式は行いませんので、順次お帰りください。第１位、第２位、第３位に入賞された方は、ゴール後に随時表彰式を行いますのでご参加ください。

④各種目第１位～第１０位までのタイム速報を集計次第、会場内に掲示いたします。

１６　大会結果

大会結果は、大会当日に完走証（タイムのみ）としてお渡しするほか、当協会ホームページにも大会終了後の数日中に掲載予定です（ゼッケン番号・タイム・順位の掲載）。

１７　注意事項

（１）本大会は公園を会場として使用するため、公園管理者の指示に従うこととし、競技中は参加者及び一般公園利用者の安全面を最優先といたします。
公園内には多くの一般公園利用者がおりますので、接触等の事故には十分ご注意ください。
万が一危険と判断した場合は、ランナーを一時停止させる場合もございますので、その際は、大会スタッフ、公園管理者等の指示に必ず従ってください。

（２）本大会は、公認コース・公認大会ではありません。

（３）大会の参加に当たり、健康管理に十分注意し、各自万全な体調で臨んでください。

（A）下記①～⑥の項目のうち１つでも当てはまる項目があれば、レース参加の可否について、

かかりつけ医によく相談してください。かかりつけ医の指導のもと検査や治療を受け、レースに出場する場合には、自己の責任で参加してください。

①心血管疾患（心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、心不全、先天性心疾患、不整脈、大動脈瘤など）の診断を受けている、もしくは治療中である。

②突然、気を失ったこと（失神発作）がある。

③運動中に胸痛、ふらつきを感じたことがある。

④血縁者に“いわゆる心臓マヒ”で突然に亡くなった方がいる（心臓突然死）。

⑤最近 1 年以上、健康診断を受けていない。

⑥60 歳以上の男性である。

（B）下記⑦～⑩の項目は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。当てはまる項目があれば、かかりつけ医にご相談ください。

⑦血圧が高い（高血圧）。

⑧血糖値が高い（糖尿病）。

⑨LDL コレステロールや中性脂肪が高い（脂質異常症）。

⑩たばこを吸っている（喫煙）。

【公益財団法人　日本陸上競技連盟医事委員会.「市民マラソン・ロードレース申し込み時健康チェックリスト」.2024 改定.（参照 2026-9-1）より】

https://www.jaaf.or.jp/pdf/about/resist/medical/healthcheck20250120.pdf

（４）本大会は、参加者を対象にした傷害保険に加入しております。大会中に負傷した場合は、速やかに事務局へご報告ください。ただし、補償内容や保険金の支払い対象となる損害は、主催者等が締結する保険会社との契約内容の範囲に限ります。

（５）大会参加中、完走に自信のない方、体調不良、怪我を負った場合は無理をせず、大会スタッフに申し出てください（主催者は事故による傷病等について、応急処置はいたしますが、一切責任を負いませんのであらかじめご了承ください）。

（６）荷物のお預けは、大会事務局が用意した預かり所テントをご利用いただけます。

預ける際は、大会 1 週間前に届く参加案内に同封の「荷物預かり用の袋」をご利用ください。

ただし、主催者の責によらない紛失・盗難等の事故については、責任を負いかねますので、貴重品等は持ち込まないか、各自で管理してください。

（７）本大会は、ゼッケンに貼り付けたＩＣチップを使用してタイム計測を行いますので、出走の際には必ず装着してください。装着されていない場合は、記録計測ができません。

ＩＣチップは、完走・棄権に関わらず、必ずご返却をお願いいたします。

当日不参加の場合も、大会事務局に必ずご返送ください。

万が一、破損・紛失された場合は、実費をご負担いただくことがございます。

特に連絡もなく未返却であった場合は、次回からの参加をお断りすることがあります。

（８）更衣室は男女共に用意いたしますが、一度に利用できる人数が限られるため、可能な限り、あらかじめ走れる服装でご来場ください。

（９）ゴミは各自で持ち帰り、公園内には捨てないようお願いいたします。

（10）公園内は全面禁煙となっております。喫煙はご遠慮ください。
（11）BBQ 広場専用の仮設トイレはご利用いただけません。公園内に設置されている常設トイレをご利用ください。

１８　お問合せ先

（１）東振協ミニマラソン大会事務局

〒130-8688　東京都墨田区緑１－１１－２　両国 M-lGarden４階
電　話：０３－３６２６－７５０４　（平日９：００～１７：００）
Ｈ　Ｐ：https://www.toshinkyo.or.jp/

（２）Ｗｅｂ申込・ゼッケンに関するお問合せ先

専 用 電 話：０４５－５０７－５３２１　（平日９：００～１７：００）
※委託事業者：株式会社スポーツワン内 大会事務局につながります。
お電話の際は、「東京総合健保（とうきょうそうごうけんぽ）ミニマラソン大会の件」とお伝えください。
専用メール：funrun@sportsone.co.jp
受 付 期 間：令和９年１月２６日（火）～２月２６日（金）
※大会当日は電話・メールでの対応は行っておりません。
会場の総合窓口をご利用ください。


会場アクセス
会　場
新豊洲駅
市場前駅
万葉倶楽部
千客万来
メブクス豊洲
豊洲六丁目
青果東門前
青果門前
豊洲市場(5街区)
豊洲市場(6街区)
正門前
水産卸売場棟
豊洲市場
TOILET
お手洗い
豊洲大橋
晴海大橋南詰
新豊洲変電所
月見台
豊洲六丁目公園
木遣り橋
有明北橋
484
304
10
【開催会場】
豊洲ぐるり公園
東京都江東区豊洲６丁目１番先・５丁目１番先
東京臨海新交通臨海線　ゆりかもめ「市場前駅」　徒歩１２分
© OpenStreetMap contributors


ランニングコース　１周2.5km　（5km：２周／10km：４周）
START & GOAL
新豊洲駅
市場前駅
万葉倶楽部
千客万来
メブクス豊洲
豊洲六丁目
青果東門前
青果門前
豊洲市場(5街区)
豊洲市場(6街区)
正門前
水産卸売場棟
豊洲市場(7街区)
豊洲大橋
晴海大橋南詰
新豊洲変電所
月見台
豊洲六丁目公園
木遣り橋
有明北橋
有明展示場
有明一丁目
484
304
© OpenStreetMap contributors