

## 「コロナに負けるな！！諏訪湖 DE ウォーク」開催要項

### 1 イベント趣旨

期間中各自で設定した目標に向かって諏訪湖周でウォーキングを行っていただき、運動不足解消と諏訪湖とのふれあい、諏訪湖の魅力再発見をしていただきます。参加者には記念品等を贈呈します。

### 2 期 日

令和2年9月28日（月）～10月4日（日）

（各自で実施をしていただきます。）

### 3 イベント内容

各自で設定した歩数を目標にウォーキングを行っていただくイベントです。参加者には先着100名様にすわっこランドの入館券や諏訪湖の日記念バッジ等参加賞を差し上げます。

- 参加受付期間内に参加申し込みをしていただいた方に、記録用紙と諏訪湖の日記念バッジをお渡しします。
- 各自でイベント期間中にウォーキングを行う際の目標歩数を設定してください。
- ウォーキングの際には、申込み時にお渡しした諏訪湖の日記念バッジを身に付けて歩いてください。
- ウォーキングは諏訪湖周を中心に歩いていただくようにお願いします。また、交通安全などに十分注意をしながら行ってください。
- イベント期間中、ウォーキングを行ったら記録用紙に歩数を記入してください。

### 4 参加資格

国籍、年齢、性別等は一切問いません。

### 5 定 員 100名

### 6 参加費 無料

### 7 申込方法

<直接申込みの方法>

諏訪市役所 3F 地域戦略・男女共同参画課へお越しく下さい。後日郵送にて記録用紙とバッジをお送りいたします。

受付時間は、開庁日の午前8時30分から午後5時15分までです。なお、午後5時15分以降及び閉庁日は宿直室で申込みを受け付けます。

#### <電話による方法>

諏訪市役所 地域戦略・男女共同参画課（0266-52-4141 内線288）に電話をし、お申込みください。後日郵送にて記録用紙とバッジをお送りいたします。

#### <FAXによる方法>

「氏名」「電話番号」「住所」「すわっこランド入館券区分（大人か子どもか幼児か）」「目標歩数」を記入の上、諏訪市役所（FAX：57-0660）へFAXにてお送りください。後日郵送にて記録用紙とバッジをお送りいたします。

※大人…高校生以上 子ども…4歳～中学生 幼児…3歳以下

#### <インターネットによる方法>

諏訪市ホームページ（<http://www.city.suwa.lg.jp>）から「諏訪湖 DE ウォーク」と検索していただき、ながの電子申請サービスでお申込みください。後日郵送にて記録用紙とバッジをお送りいたします。

#### ◇受付期間 令和2年9月1日（火）～9月25日（金）

申込み数が定員に達し次第受付を終了とさせていただきます。

#### ◇記録用紙提出期間 令和2年10月5日（月）～10月19日（月）

諏訪市役所 3F 地域戦略・男女共同参画課へ直接提出していただくか、FAX、または郵送にてご提出ください。参加記念品は、10月下旬に郵送にてお送りします。

### 8 参加記念品

参加者には、すわっこランド入館券と諏訪湖の日記念バッジ、コロナ対策用ウェットシートを差し上げます。

また、事前に設定した目標歩数を達成した方には記念ステッカーを差し上げます。

※すわっこランド入館券の有効期限は12月末までとなります。

### 9 免責事項

個人で行っていただくイベントであるため、主催者による傷害保険は適用されません。本イベントにおける疾病や事故等に対し、主催者は一切の責任を負いかねますのであらかじめご了承ください。

ウォーキングは、各々が十分な体調管理をしたうえで、必要に応じて水分や塩分摂取をしながらそれぞれのペースで無理なく行ってください。体調に少しでも異変を感じた際は直ちに中断してください。

また、交通安全には十分注意をして行ってください。