



FIT For Charity Run 2024 参加者&ボランティア マニュアル

第3版 9月12日

当日までに必ずご一読いただき、当日もご持参ください。

オンライン版はこちら



Official SNS   

Facebook: <https://www.facebook.com/fitforcharityrun/>

Instagram: <https://www.instagram.com/fitforcharityrun/>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/fitforcharity/>

実行委員会より ご挨拶 第20回開催を迎えるにあたり

FIT for Charity Run はこの度、第20回開催を迎えます。この記念すべき回を、皆様と共に国立競技場にて開催できる運びとなり、誠にうれしく思います。改めまして20年という長い期間にわたりFITをご支援いただき、一緒に築き上げてきてくださったスポンサー企業の皆様、運営を支えてくださったボランティアの皆様、そして様々な面でご支援くださった協力企業、個人の皆様に心より感謝申し上げます。

今年は第一回開催以来の2回目の夏季開催となりますが、スポンサー企業58社（昨年対比+6）をはじめ計103社（昨年対比+11）より、例年と変わらない規模の4,000名以上にご参加いただきます。今年も記録的な猛暑の夏となり、当日も気温が高いことが想定されますが、各個人でも熱中症について十分に対策をいただき、安全を第一にご参加いただきますようお願いいたします。

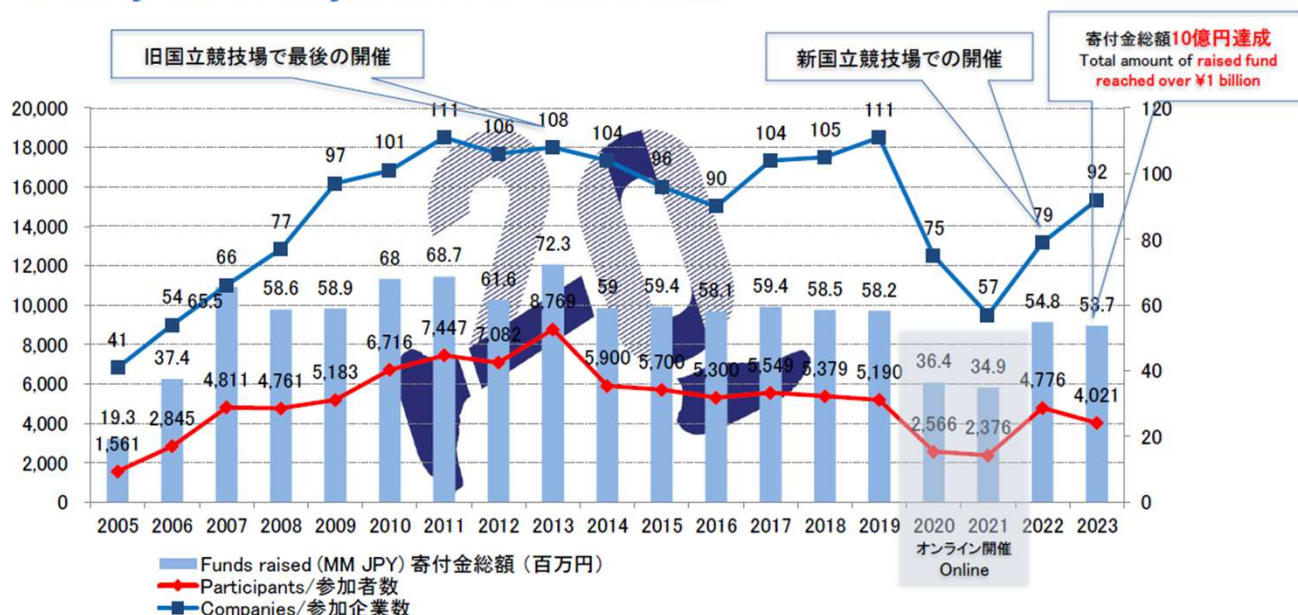
夏季での開催となったことを受け、運営面においても様々なチャレンジがございました。準備期間が通常より短くなったため、参加される皆様にもご迷惑をおかけすることもあったかと思いますが、ご理解、ご協力に感謝申し上げます。

また、FITは給水や給食といった物品も無償でご提供いただいております。各企業の皆様には、ボランティアメンバーの抛出のみならず飲食、景品、会議室の提供、物品の保管等、様々なご支援をお申し出いただき、皆様と共に作り上げるFIT For Charity Run を改めて実感した6か月でした。

FITチャリティ・ランの累積寄付金総額は昨年10億円に達し、20年間に支援してきた団体は140団体以上に及びます。次の20年もFITチャリティ・ランを通じた社会貢献を続けていくべく、引き続き皆様のご支援をどうぞよろしくお願いいたします。本イベントがボランティアを含む、参加者全員が楽しめるイベントとなれば幸いです。

FIT2024実行委員会一同

History of FIT 20 years / FIT 20年の基軸



- Total amount of raised funds: JPY1,043,136,974
- Charities supported (cumulative total*): 144
- Pass through ratio (average): 89%
- Total number of participants: 95,822 ppl

- 寄付金総額 : 1,043,136,974円
- 支援先団体数 (延べ*) : 144団体
- パススルーレート (平均) : 89%
- 参加者総数 : 95,822人

* Supported the same organisations in 2005-06

* 2005年および2006年は、同じ団体を二年連続で支援

イベント概要

- 開催日: 2024年9月16日（祝、月）雨天決行*荒天、暑さ指数による開催中止については後述
- 会場: 国立競技場
- アクセス: **終日、出入りにはゲート A千駄ヶ谷門をご利用ください。**
*その他の門は終日閉鎖です。
*駐車場のご用意はありません。公共交通機関でご来場ください。
- 参加予定数（9月2日現在）
ラン、ウォーク：3,517名
キッズラン：623名
企業対抗リレー：36社
- 表彰：5km、2.5kmランの各男女1位～3位、リレー 1 位～3位を各競技終了後、フィールド内で表彰式
- スケジュール
当日、競技参加者の受付は行いません。
移動開始時間になりましたら、スタートラインまたは待機エリアへご移動ください。

種目	移動開始	スタート時間	場所
開場	9:00		終日ゲート A 千駄ヶ谷門のみ使用可
開会式		9:30	フィールド内
5K ラン※1	9:15 スタート地点集合	9:45 クローズ 10:30※2	コース2周
2.5K ラン※1	10:15 スタート地点手前（ Aゲート前あたり）待機 エリア集合	10:45 クローズ 11:15※2	コース1周
キッズラン	10:30	11:00 順次スタート	フィールド内 バックスタンド側トラック (5K,2.5Kスタートの反対側)
企業対抗リレー予選	11:20	11:50	トラック1周 100m×4名
ウォーク	12:00	12:30	トラック1周
企業対抗リレー決勝	12:30	12:50	トラック1週 100m×4名
閉会・場内清掃	13:00		必ず各社で座席を清掃し、 ごみはお持ち帰りください
完全撤収	14:00		

※ 1 距離は概算です。 ※ 2 コースクローズ後は途中で競技を終了し歩道に上がっていただき、短縮コースでお席にお戻りいただきます。ボランティアの誘導に従ってください。

会場マップ

*入場したコンコースのある階が1階、トラックは地下2階



↑ 1階

会場行エレベーター/Elevator

入退場口/Gate

チャリティデスク/Charity desk

総合案内/Information

チャリティくじ/Raffle store

軽食/Snack

Tシャツ販売/T-shirt store

ストレッチエリア/Stretch area

更衣室/Changing room

エイド/Runner's food & drink

B2階フィールド階 B2 floor field

ラン中の給水所/Runner's Water station

ボランティアデスク/Volunteer desk

ブラインドサッカー/Blind soccer

車椅子バスケ/Wheelchair basketball

本部/Headquarters

司会台/MC

表彰台/Podium

救護室/First Aid Station

試乗会/LUUP ride experience ※各イベントは黒矢印に向かって降りてください。
* Follow the black arrow and go down to join each activities.

- ・フィールド階（トラックのある階）での飲食は水以外は禁止です。
- ・フィールドへの入退場は、マップ上に記載している階段のみ使用可能です。
- ・車いすバスケ、サッカー、Luup会場へも階段を利用してフィールドからご移動ください。
- ・フィールド内（B2階）での観戦はできません。すみやかに観客席・各イベント会場へ移動ください。
- ・当日参加者の方はエレベータをご利用いただけません。車いすの方、ボランティアの搬出にはゲート AとE周辺のエレベーターをご利用いただけます。
- ・会場内にはドリンクの販売機はございません。Dゲートの飲食店に開店を依頼中です。飲み物と軽食の提供となります。

エリアのご案内

※金額の記載がないものは無料

I 総合案内

落とし物、迷子、その他ご質問がありましたら総合案内までお越しください。

+ メディカル

競技場内フィールド、外苑コース上の2か所にございます。ケガや気分がすぐれない場合はご遠慮なくお越しください。近くの赤ビブス着用スタッフにお声かけいただければ場所までご案内します。

V ボランティアデスク

当日ボランティアの方向けの窓口です。

St ストレッチエリア

アウトドアスポーツ専門トレーナーチーム、Polar Bear Trainer's Team様が、ラン前・ラン後に、パートナーストレッチを中心としたサービスを無料でご提供していただきます。冷房が効いた涼しい環境でご利用いただけます。



CR 更衣室

パーテーションで区切った更衣室です。シャワー、クロークのご用意はございません。

FD 給水、給食エリア（ラン後）

各企業さまより協賛いただきましたお飲み物と軽食（バナナ）をご用意しています。
*ラン後のランナーがご利用いただけます。

Ch チャリティデスク

今年度のFITが支援する8団体をご紹介します。入口入ってすぐに設置しています。ぜひお立ち寄りください。今回実施するクイズラリーの回答用紙も、こちらで配布しています。

CEOセッション集合場所 「オリガミホール」

CEOセッション（事前申込み済み企業のみ対象）にお越しの方は、10:15に1階コンコースオリガミホール（Cゲート ブロック108付近）集合ください。皆様と一緒に地下2階記者会見室に移動します。

立ち入り禁止エリア

芝生内およびB2階（トラックのある階）の回廊への立ち入りは禁止いたします。

Free seatsエリア

（参加企業様向けエリア）

参加企業様はこちらをご利用ください。皆様で譲り合ってくださいますようお願いいたします。なお、バナーやタオルなど企業ロゴの掲載はスポンサー企業様の特典ですのでご遠慮ください。ロゴTシャツはご着用いただけます。

アオヤマホール休憩所

更衣室・ストレッチサービスのあるAOYAMAホールは冷房が効いています。ご気分が悪くなる前に涼みにいらしてください。



アクティビティのご案内

※金額の記載がないものは無料



車いすバスケットボール体験 (主催：PwC Japanグループ様)

対象：大人～子供まで全員

車いすに乗ってバスケットをしてみませんか？体験会を用意しています。階段をご利用の上フィールド階（B2階）に降りていただきゲート3までお越しください。



景品が当たる！クイズラリー

9:30-12:30

会場内4か所うち3か所以上でクイズに答えると、景品がもらえます。まずはチャリティデスクで回答用紙をもらってスタートしてください。



ブラインドサッカー体験 (主催：KPMGジャパン様)

対象：大人～子供まで全員

目隠しをして音を頼りに行うサッカーです。ぜひとも一度ご体験ください！階段をご利用のうえフィールド階（B2階）に降り、ゲート4もしくはゲート5から室内にお入りください。冷房が効いた涼しい環境でお楽しみいただけます。



豪華景品があたる！

チャリティくじ

500円/枚、購入枚数制限なし

売り上げはすべて支援団体に寄付されます。
販売時間：9:00-13:00
各種キャッシュレス決済がご利用いただけます。

イベント当日17:00までに参加マニュアルオンライン版「抽選結果」ページ（下記）で一次抽選当選番号を発表します。当選者は9月18日(水)までに、当選くじの写真と賞品発送先をご提出ください。ご提出いただいた方について二次抽選を行い、二次抽選で当選された方への賞品が決定します。

当選は発送をもって代えさせていただきます。



LUUP キックボード体験会

(主催：Luup様) 対象：大人のみ

街中でも見かけることが多くなってきた電動キックボード。一度体験してみたいかたでしょうか？階段でフィールドに降りていただき、ゲート2にてお待ちしております。



オリジナルTシャツの販売

販売時間：9:00-12:00
1枚1,000円、昨年までのもの500円
各種キャッシュレス決済がご利用いただけます。

今年のTシャツ付申し込み期限に間に合わなかった方、ぜひご購入ください。サイズ・数量には限りがございます。お早めどうぞ！売り上げはすべて支援団体に寄付されます。



コース

5キロは下記を2周、2.5キロは1周 *いずれも地図上で計測した概算値です。

コース距離 1周：約2,500m (A→B→C→D→E→A)



- ◆ 左側走行、追い越しは右からと定めます。速いランナーは、コース最右端を走行してください。
- ◆ ボランティアの誘導、先頭集団による追い越しの際の伴走サイクリストからの声かけしますので指示に従ってください。なお、声かけが聞こえないため、イヤホンを装着したランニングはご遠慮願います。
- ◆ バギーや車イスをご使用の方は、ウォークに参加いただけます。全ての参加者の安全確保のため5kmラン、2.5kmランはバギーや車イスでの参加は禁止とさせていただきます。
- ◆ 当日、コース・会場となる車道の一部を車両が通行します。自動車に注意してください。
- ◆ 5km、2.5kmでは、後続イベントの会場確保のため、コースクローズ時間を設けています。クローズ時間になりましたら、短縮したコースの走行や歩道への移動をお願いする場合があります。ボランティアの誘導に従って走行してください。コースクローズはスタートから、5kmは45分後、2.5kmは30分後です。
- ◆ コースは公道を利用します。一般の方がコースを横断するため走行を止めることがあります。ご了承ください。ボランティアの誘導に従って走行してください。
- ◆ コース上に監視員を配置しています。ご気分が悪くなった方は、お知らせください。

観戦エリアについて

お願い事項

- 飲食の持ち込みは可能ですが、お帰りの際、**ごみはお持ち帰りいただき、食べこぼしのお掃除は各社でご対応をお願いします。雑巾など掃除器具は各社でお持ちください。**
- **競技場内にはごみ箱の用意はございません。ごみ袋をご用意いただき、各社または各自でお持ち帰りいただくようお願いします。**
- 飲酒は禁止とさせていただきます。
- フィールド（トラックのある階）での飲食は水以外は禁止です。
- のぼり、テント、テーブルの設置、通路をふさぐような写真撮影は禁止します。簡易的な椅子や敷物は各社のエリア内での使用に限りご利用いただけますが、他社への配慮、一般の方のご迷惑にかけられない様、お願いします。

スポンサー企業へ

- 各社毎に座席をご用意いたしております。ご利用ください。各社の座席表はオンライン版マニュアルでご確認いただくか、各社の担当者にお問い合わせください。
- 当日、スポンサーエリアに事前にご登録いただいた企業ロゴバナーを一つ掲示いただけます。ご登録いただいていないバナーは掲示いただけません。
- ロゴバナーは指定された席または近くの最前列の手すりにつけてください。掲示用の紐は各社にてご用意ください。テープの使用は禁止です。
- 当日の写真を含めFITチャリティランへの参加について、企業公式ホームページ、SNSに投稿いただけます。
- **退場にあたり、ご対応いただきたい事項のチェックリストをご用意しています。各社の代表が下記QRコードからGoogle Formにアクセスいただき、ご提出後にご退場ください。**

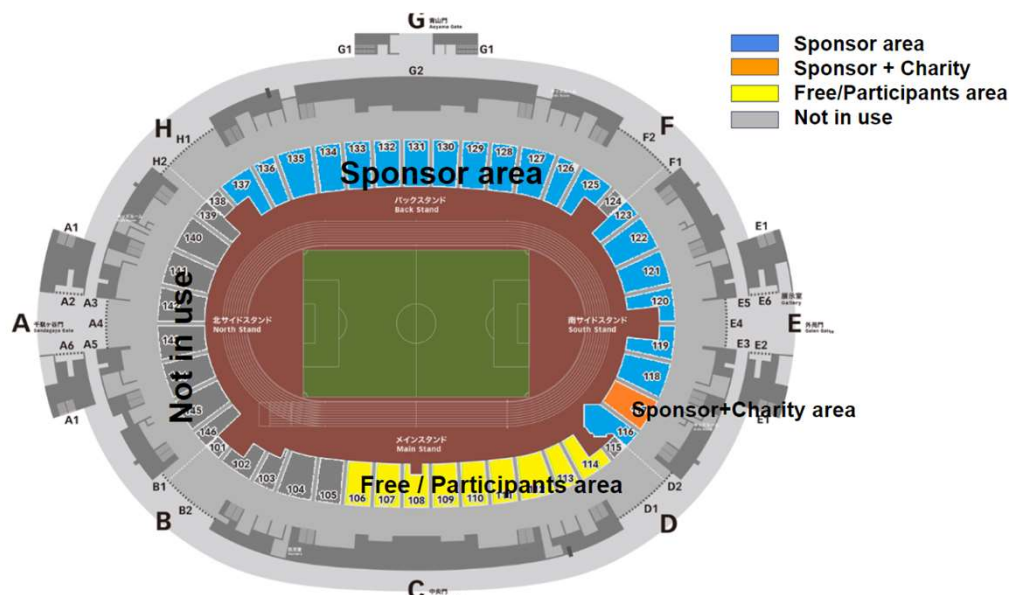


参加企業の皆様へ

- Free Areaをご利用ください。皆様に譲り合ってください。
- いかなる企業ロゴの掲示はご遠慮ください。目印が必要な場合は、ロゴではなくテキスト表示をご利用ください。ただし、ロゴ付きTシャツは着用いただけます。
- 各企業の公式SNS、ウェブサイトへのFIT参加に関する投稿、記載は、スポンサー企業様への特典ですので、ご遠慮ください。

<エリア割り当て概要>

入場ゲート
千駄ヶ谷門



企業対抗リレー

【スケジュール】

9/13(金) 出走者名簿提出締切

9/16(月)
予選

11:20 受付開始@ゲート1
11:40 受付終了、集合※
11:45 走者スタート地点にスタンバイ
11:50 予選ヒート

決勝

12:35 受付@ゲート1※
12:45 走者スタート地点にスタンバイ
12:50 決勝戦
13:00 表彰(1位~3位)
※この時点で受付が終わっていないチームは棄権とみなします。

【概要】

- 4x100m混合リレー(予選・決勝ともに女性一人以上)
- 全員スポンサー企業の社員であること
- 36チーム登録、4つの予選(各9チーム)
- 各予選の上位2チームの8チームで決勝を開催

【ご連絡事項】

受付はゲート1、フィールド階の本部付近に「リレー受付」の看板を持ったスタッフがいます。4人そろった時点で受付をし、集合してください。

【走行コース】

国立競技場の400mコースを利用します。フライング・バトンの受け渡し等については下記の失格ルールが適用されます。**4つの予選ヒート(各9チーム)を行い、各ヒートの上位2チーム計8チームが決勝に進みます。決勝へ進んだチームはランナーの入れ替えは可能ですが、上記参加条件を満たしてください。**

【表彰】

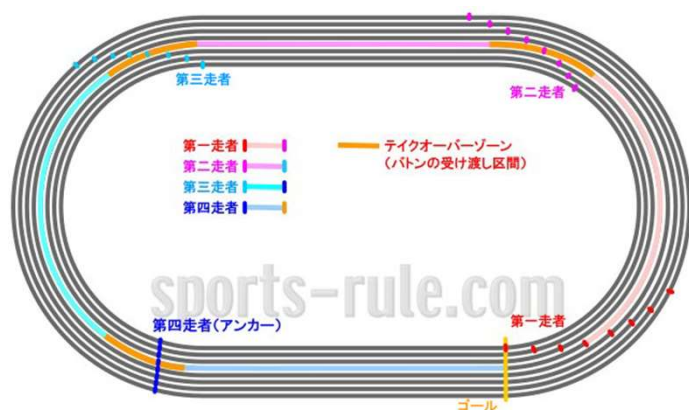
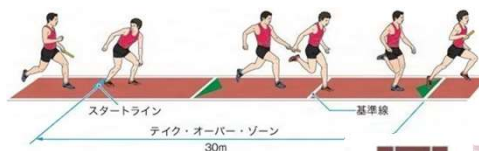
決勝終了後に上位3チームの表彰式を行います。そのまま4名そろって**表彰台へお集まりください**。尚、4位以下はタイムの計測はありません。

ルール、注意事項

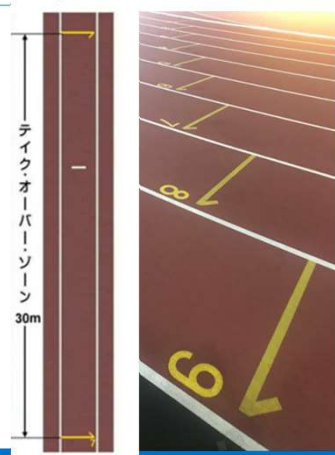
- バトンは各チームでご用意ください。当日貸出可能ですが、数に限りがございます。
- **スパイクの使用は禁止です**。使用チームは失格となります。
- スタートブロックを使用します。
- 出走者名簿は**9/13(金)までに提出**していただきます。別途企業担当者様宛にお送りしたGoogleFormにてご提出ください。**期限までに提出がない場合は棄権とみなしますのでご注意ください**。
- 決勝メンバーを変更する場合、入替メンバーは各社スポンサーエリアで待機してください
- 各予選1位が決勝の3/4/5/6レーン、2位が1/2/7/8レーンをじゃんけんで決定
- 11:20より前は入場できません。2.5kmランに参加する方は、ゴール後直接ゲート1集合を検討ください。

失格基準

- 集合時間での欠員
- 不正スタート: 予選および決勝(合算)で同一チームが2度フライングした(ピストルが鳴る前にスタートラインより前に出た)場合
- 走者が継続して自レーンから外れて走行した場合
- テイク・オーバー・ゾーン以外でのバトンの受け渡し



上: 30mのテイク・オーバー・ゾーンのイメージ
左: 各レーンの走者スタート位置とテイク・オーバー・ゾーン
右: 国立のテイク・オーバー・ゾーンの「入」と「出」基準線。受け手は、この内側で待機・スタートし、ゾーン内で受け渡しを完了させないと失格となる



キッズラン

【スケジュール】

- 10:30 集合エリアに集合開始
- 11:00 簡単な説明後、年齢順にスタート
- 11:30 最終受付

年齢別距離目安

- 年少～年長（3～5歳）20m
- 小学校低学年（6歳～8歳）50m
- 小学校高学年（9歳～12歳）100m



注意事項

- 11:30が最終受付となり、以降は受け付けられません。2.5kラン参加後も最終受付前であればキッズランにも参加可能ですが、体調にご留意ください。
- 同伴者の方が並走することはできません。指定する保護者待機エリアでお待ちください。
- 当日の運営ボランティアの指示に従うようお願いいたします。
- 自撮り棒、三脚での撮影は禁止とします。
- 混雑防止のため、ラン終了後は景品をお受け取りいただき、**速やかに観客席にお戻りいただくようご協力をお願いします。**
- **景品はお選びいただくことができません。**

開催中止基準

今年は荒天に加え、暑さ指数に基づく開催中止基準を以下の通り設けます。
参加者の安全確保のため、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

■ 環境省公表、暑さ指数に基づく開催中止基準

1. イベント当日9時、12時の予測が**いずれも31（危険）以上の場合、開催を中止。**
2. イベント当日9時の予測が31未満、**12時の予測が31以上の場合、12時以降の競技（企業対抗リレー決勝、ウォーク）を中止。**
3. イベント当日9時、12時の予測が**いずれも31未満の場合、実施するが**、9時の予測が28以上31未満（**厳重警戒**）場合は、体力に自信のない方は5k / 2.5k ランではなくウォークへの参加を促す。

■ 決定、公表タイミング 9/15（日）午前中にFIT公式ウェブサイトおよびSNSで公表。

（ご参考）暑さ指数予測 環境省の熱中症予防情報サイト <https://www.wbgt.env.go.jp/>

ランニングコーチに聞く 熱中症にならないために

～大会前、当日にできる基本的な対策を、今一度確認しておきましょう～

普段から冷房の効いた屋内にすることが多く、外での運動をしていない方は、体が暑さに慣れていません。安全にゴールできるよう、事前、当日の暑さ対策をしっかりと行いましょう。

<暑さ対策の一例>

- ✓ 事前のトレーニングを行い、汗をかき、暑さに慣れる
- ✓ 普段からこまめな水分補給を行う
- ✓ 運動時はスポーツドリンクを飲む
- ✓ 前日の飲酒を控え、睡眠をしっかりとる
- ✓ 熱を吸収しにくい、明るい色のウェア、キャップを着用する

水分はのどが渇いたなと感じる前に取ることが大切です。尿の色が濃いのは、水分が足りていない証拠です。走る前からトイレに行ったときに確認しましょう。

手がしびれてきた、頭がぼーとする、目の前が白くなる、など体の異変には注意してください。
もし当日こうした症状が出た場合は、すぐに止まり、水分補給を行い、体を冷やすことが大切です。
*万が一このような症状が出た場合は、お近くのボランティアスタッフにお知らせください。

ランニングコーチ
大角 重人さん
（おおすみ しげと）

早稲田大学卒、スターツ陸上部コーチ、SWA Cヘッドコーチを経てプロランニングコーチ・フィジカルコーチ。Rbody R-conditioning Coach、睡眠改善インストラクター。エリート選手や市民ランナー、都市型大会に出場する芸能人への指導や、子供向けかけつけ教室等、多くの指導実績をもつ。企業向けランニングイベント、個人向けトレーニングメニュー作成やパーソナル・トレーニングも実施。

<主な競技実績>

1995年、1996年 全国高校駅伝 出場 2000年 全日本大学駅伝 出場(7区)
2001年 箱根駅伝 第6区出場

Instagram <https://www.instagram.com/sgtism>
Facebook <https://www.facebook.com/shigeto.osumi>
Youtube <https://www.youtube.com/channel/UC6hamWHteop5XM1CRDUG80Q>



参加者の皆様へ 重要なお連絡 1/2

- 雨天時について
 - 原則、雨天決行です。国立競技場には屋根がありますが、座席エリアでも濡れる可能性があります。
 - 暑さ指数に基づく開催中止規定については、別ページをご参照ください。
 - **中止の場合は前日午前中までにFIT公式ウェブサイト、Facebook に公表します。**

- ご来場にあたって
 - 駐車場・駐輪場のご用意はありません。ご来場には公共交通機関をご利用ください。
 - **開場は9:00、完全撤収は14:00**です。競技参加者は9:00以前には会場にお入りいただけません。
 - 国立競技場への入退場は千駄ヶ谷門（ゲートA）からのみです。
 - 当日、競技参加者の受付は行いません。各プログラムの集合開始時間に集合場所へお集まりください。

- ごみ持ち帰り、清掃のお願い
 - **競技場内にはごみ箱の用意はございません。各自でお持ち帰りいただくようお願いいたします。**
 - **ご利用になった座席の清掃は、各社でご対応いただくようお願いしています。食べ物、飲み物の食べこぼしをふき取る雑巾など、清掃用品も各社でご用意いただき、お持ちください。**
 - フィールド（トラックのある階）での飲食は水以外は禁止です。

- 競技参加にあたって
 - 安全に走行いただくため、必ずボランティアの指示に従っていただくようお願いいたします。
 - 一般の歩行者の通行・横断や緊急車両の通行のため、ランナーに止まっていただくことがあります。
 - 歩道を走る等の危険行為はおやめください。
 - 本イベントは、ランニングを楽しむチャリティ・イベントです。また、コースは公道も利用しています。過去には、実際に事故になりかけたこともあったことから、指示に従わないランナーは、今後参加をお断りすることがありますので、予めご了承ください。

- ボランティア、運営スタッフへの配慮のお願い
 - 本イベントの多くはボランティアによって運営されています。指示に従わない、心無い言葉を発する等の事例が報告されています。**ボランティアの皆さんも安全に、気分良く参加できるようご理解・ご配慮をお願いします。**
 - ボランティアスタッフはビブスを着用しています。必ずボランティアの指示には従い、スムーズなイベント運営にご協力をお願いします。
 - 青のビブス：イベント事務局スタッフ（実行委員）
 - オレンジのビブス：各参加企業から集うボランティアスタッフ
 - 赤いビブス：救急スタッフ



参加者の皆様へ 重要なお連絡 2/2

- 給水ステーション・飲食コーナー
 - 5 km、2.5 kmにはランニング中の給水ステーションを2か所、国立競技場内と外苑折り返し地点に設けます（コースマップ参照）。熱中症・脱水症状の危険を避けるため、しっかりと水分補給を行ってください。
 - 使用済みの紙コップは、道路に捨てず、給水所脇の箱に捨てるか、沿道のポリ袋を持ったボランティアに渡してください。
 - ランニング後ランナーには、1 Fコンコースの給水、給食エリアにてドリンク、軽食をご用意しています。
 - **国立競技場内に自動販売機はございません。**ご持参の飲食はお召し上がられますのでお持ち込みください、なお、ごみはお持ち帰りください。また、Dゲート付近にて飲み物と軽食をご提供する営業いただくよう調整中です。

- 更衣室、クローク（手荷物預かり）
 - 可動式パーティションで、簡易的な更衣スペースを準備します。できるだけラン・ウォークに適した服装でご来場ください。それほど広くないため混雑が予想されます。
 - **クロークはございません。**お荷物はご自身の座席にて保管し、貴重品はご自身で管理してください。FITチャリティ・ラン2024実行委員会は、いかなる所持品の盗難・紛失・損傷等に関しても責任を負いかねます。

- 救急
 - ランニング・ウォーキング中に怪我をしたり気分が悪くなったりした場合には、無理をせずに休憩をとるか、運動を中止してください。緊急の場合は遠慮なくボランティアスタッフにお声掛けください。

- その他
 - コース、路上、歩道、会場内の決められた観客席以外に衣類等の私物を置くことは厳禁です。
 - コース周辺の歩道での滞留は禁止です。写真撮影等で公道をふさがずことは厳禁です。
 - 国立競技場内のフィールドでの観戦は禁止とします。各イベント会場/スタートエリアへ速やかに移動をお願いします。
 - **飲酒・喫煙は禁止**とさせていただきます。国立競技場の定めにより、敷地内（スタジアムの内外）は全て禁煙となっています。
 - フィールド（トラックのある階）での飲食は水以外は禁止です。
 - 飲酒をした状態での参加は禁止です。また、前日に多量のアルコールを摂取すると脱水症状になるリスクが高くなります。各自でコンディションを整え、ご参加ください。
 - ペットを連れてのイベント参加はご遠慮ください。
 - 集合写真の撮影においては通行を妨げないようご配慮ください。自撮り棒や脚立を使用した撮影は禁止とさせていただきます。
 - 落とし物はイベント当日はコンコースにあります**総合案内**でお預かりします。ボランティアスタッフではお預かりできません。恐れ入りますが総合受け付けまでお越しください。
イベント後は、**communications@fitforcharity.org**までご連絡ください。
 - 会場内及びコース上で不審物を見かけた場合は、速やかにボランティアスタッフまでご連絡ください。
 - イベント中に怪我をした等により、通院治療をした場合には、保険会社に対し保険金を請求することが可能です。申請書は大会本部にご用意しています。何らかの事情でイベント後に必要な場合はcommunications@fitforcharity.orgに早急にご連絡ください。

2024年の参加企業103社（昨年対比+11社）

協賛企業58社は以下の通り

*アルファベット順
In alphabetical order



2024年の協力企業78社（昨年対比+15社）

*アルファベット順
掲載不可先を除く

福永 晃（写真家）
 株式会社アライヴ
 アライアンス・バーンスタイン株式会社
 ANAインターコンチネンタルホテル東京
 アンダーズ東京
 （株）アライバル
 Art Collaboration Kyoto (ACK)
 アクサジャパン
 株式会社バリアフリーカンパニー
 株式会社ベネフィット・ワン
 ブルーノート東京
 カナディアン スプリングス ウォーター ジャパン株
 式会社
 株式会社 シネ・フォーカス
 Colt データセンターサービス
 コットンクラブ
 有限会社 クリプトメリア
 株式会社デジタルステージ
 DNS
 FSX株式会社
 和久井 ひとみ（写真家）
 ホテルニューオータニ
 ハイアット セントリック 金沢
 ハイアット リージェンシー 京都
 いちごアセットマネジメント株式会社
 株式会社イチキョ
 IG証券株式会社
 株式会社 帝国ホテル
 一般財団法人外国為替貿易研究会
 アイピージー（イイノパーソナルジム）
 株式会社イトーキ
 カバヤ食品株式会社
 株式会社コトラ
 クレアブ株式会社
 有限会社ラ・ポサーダ
 ラニギョ
 青木伶央奈
 株式会社Luup
 マンダリン オリエンタル東京

株式会社アイロックス（Manduka）
 村越将浩（写真家）
 MHD モエ ヘネシー ディアジオ株式会社
 三菱 H C キャピタル株式会社
 三井不動産ビルマネジメント株式会社
 ミュンヘン再保険
 株式会社NIJI
 日本シグマックス株式会社
 野村ホールディングス株式会社
 松谷徳伸ジェフリー
 ノボテル沖縄那覇
 オストラ ジャパン
 株式会社大塚商会
 パレスホテル
 パークホテル東京
 Peatix Japan株式会社
 Polar Bear Trainer's Team
 PwC Japanグループ
 楽天ペイメント株式会社
 一般社団法人RCF
 株式会社ルーツ・スポーツ・ジャパン
 シャングリ・ラ東京
 芝パークホテル
 麓翔太
 株式会社SMBC信託銀行
 株式会社 想研
 三井住友銀行
 サンライズキャピタル株式会社
 Takeyuki Fukuoka
 ティール
 ザ・キャピトルホテル東急
 エシカル・スピリッツ株式会社
 ザ・ペニンシュラ東京
 ザ・プリンスギャラリー 東京紀尾井町
 ザ・プリンス パークタワー東京
 ザ ロイヤルパークホテル アイコニック 東京汐留
 トムス株式会社
 UBS グループ
 株式会社ユニフルーティー ジャパン

ボランティアの皆さまへ ご連絡事項

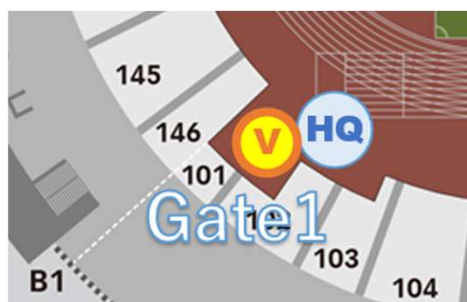
ボランティアへのご参加、誠にありがとうございます。皆さまのご協力に、実行委員会一同、心より感謝申し上げます。

前日、当日準備について

- 前日の準備は13時-18時に行います。ご参加いただける方は、事前にボランティアキャプテンに連絡の上、P3ゲート、外苑門から入場し、別途配布した搬入・通行許可証を警備員にご提示ください。
- 当日は朝7時15分よりAゲート、千駄ヶ谷門より入場いただけます。
- ボランティアの集合時間はタスクによって異なります。必ずボランティアマニュアルを確認し、各社のボランティアキャプテンの指示に従い、集合時刻に指定の場所にお集まりください。やむを得ず遅刻・不参加となる場合、欠員の補充が必要となるため、至急各社のボランティアキャプテンに連絡してください。

ボランティア業務について

- 当日、本資料並びに・各タスクのボランティアマニュアルをご持参ください。
- 各ボランティアのタスクは、別紙ボランティアリスト、マニュアルをご参照下さい。
- 各タスクのボランティアマニュアルを熟読し、タスク内容を十分ご理解の上ご参加ください。
- **当日はビブスを着用いただきます。ビブスは必ず各社のボランティアキャプテンにご返却ください。その他では受け取れません。**
- スムーズなイベント進行のため、各自必ず腕時計等を持参し、各種集合時刻や定められたタイムラインを厳守してください。
- 参加者からの質問への回答がわからない場合は、あいまいな回答はせず、**青のビブス着用のイベント事務局スタッフ（実行委員）にお問合せください。**青ビブススタッフが見つからない場合は、ボランティアデスクまでお越しください。
- コース上で事故・怪我・体調不良等の方を見つけた場合には、まず道路脇に誘導し、青ビブス着用のイベント事務局スタッフに連絡するか、競技場内に設けられた大会本部・救急ステーションまでお連れください。
緊急の場合は、080-9520-7381（大会本部）にご連絡ください。
- 当日は暑くなるのが予測されます。**各自スポーツリンクをお持ちいただき、帽子をかぶるなど暑さ対策、熱中症対策をお願いします。**また、睡眠と朝食をしっかりととり、明るく、楽しく、大きな声でご参加ください☺
- ボランティアスタッフ用の冷房の効いた休憩所をフィールドの本部(HQ)横にご用意しています。休憩にご利用ください。



その他

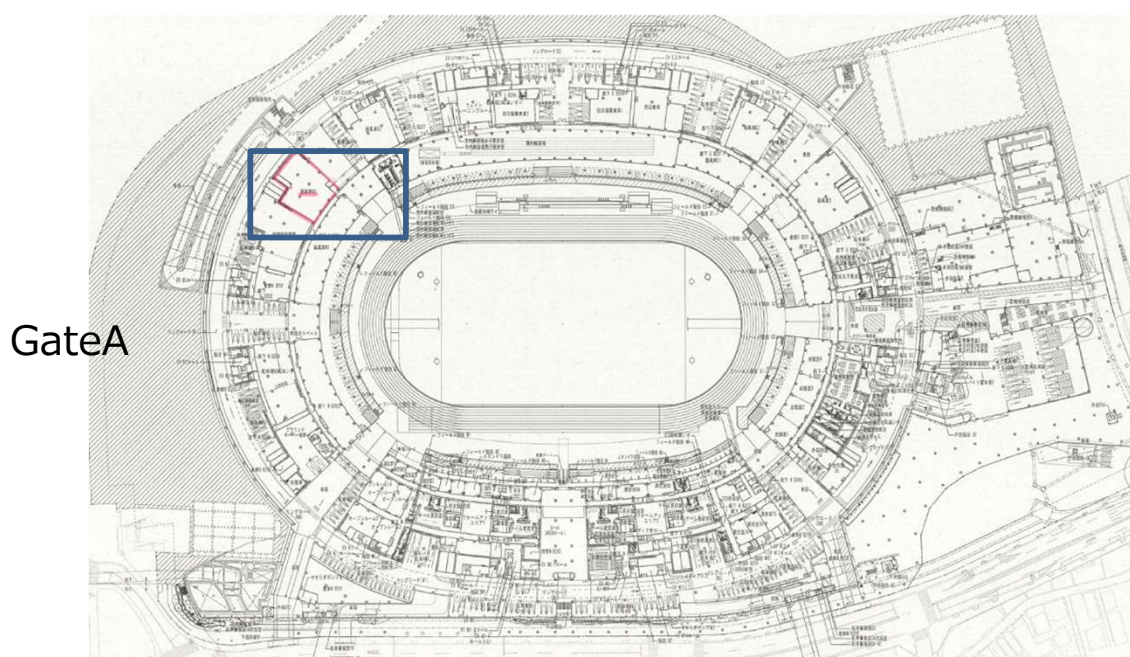
- **フィールド（トラックのある階）での飲食は水以外は禁止ですのでご注意ください。**
- 駐車場・駐輪場のご用意はありません。公共交通機関をご利用ください。
- 更衣室はございますが、なるべく着替えが不要な服装でご来場ください。
- **クロークはございません。**お荷物はご自身の座席にて保管し、貴重品はご自身で管理してください。実行委員会は、いかなる所持品の盗難・紛失・損傷等に関しても責任を負いかねます。
- ボランティア中に怪我をした等により、通院治療をした場合には、保険会社に対し保険金を請求することが可能です。申請書は大会本部内救護ステーションにご用意しています。何らかの事情でイベント後に必要な場合は **communications@fitforcharity.org** に早急にご連絡ください。
- 不審物を見かけた場合は、青ビブス着用のイベント事務局スタッフまでご連絡ください。
- 参加者から渡された落し物は預からず、ボランティアデスクにご自身で届けるように指示してください。

【ボランティアタスクに関するご不明点】

事前に各社のボランティアキャプテンもしくは[logi-core@fitforcharity.org] まで。

ボランティア・キャプテン、リーダーの皆様へ ご連絡事項

- 事前にボランティア全員に、集合時刻と集合場所をしっかりとお伝えください。当日欠席者が出た際は、必要に応じ、青ビブス着用のイベント事務局スタッフと連携してください。
- 各タスクの集合時間の前にボランティアデスクでオレンジのボランティアビブス、備品、トランシーバーをお受け取りください。ビブスは各ボランティアに配布してください。
- OS 1 を各キャプテンにお渡しします、OS 1 は各チームのボランティアが気分が悪くなった際にご利用ください。使用しなかった場合はお持ち帰りください。
- **事前に納品した備品類は器具庫に保管しております。**



- **国立競技場からレンタルする備品は、各備品庫から各自で移動し、終了後返却してください。**
- 前日及び当日はゲートAおよびEの近くのエレベータの使用が可能です。
- 当日及び前日午後の搬入については事前にロジチーム logi-core@fitforcharity.org にご相談ください。
- 各タスク完了後、各企業のボランティアキャプテンは大ボランティアデスクにタスク終了の報告及び朝に配布された全てのボランティアビブスを取りまとめ、数を数えて返却してください。**実行委員会のボランティアが洗濯し翌年以降も再利用します。お持ち帰りにならないようお願いします。**
- **各ステーションのマニュアルは共有フォルダに保存をお願いします。** Googleドライブの¥FIT¥2024¥FIT Logistics 2024¥各タスクマニュアルに保存いただくか、[ロジチームlogi-core@fitforcharity.org](mailto:logi-core@fitforcharity.org)までメールでお送りください。

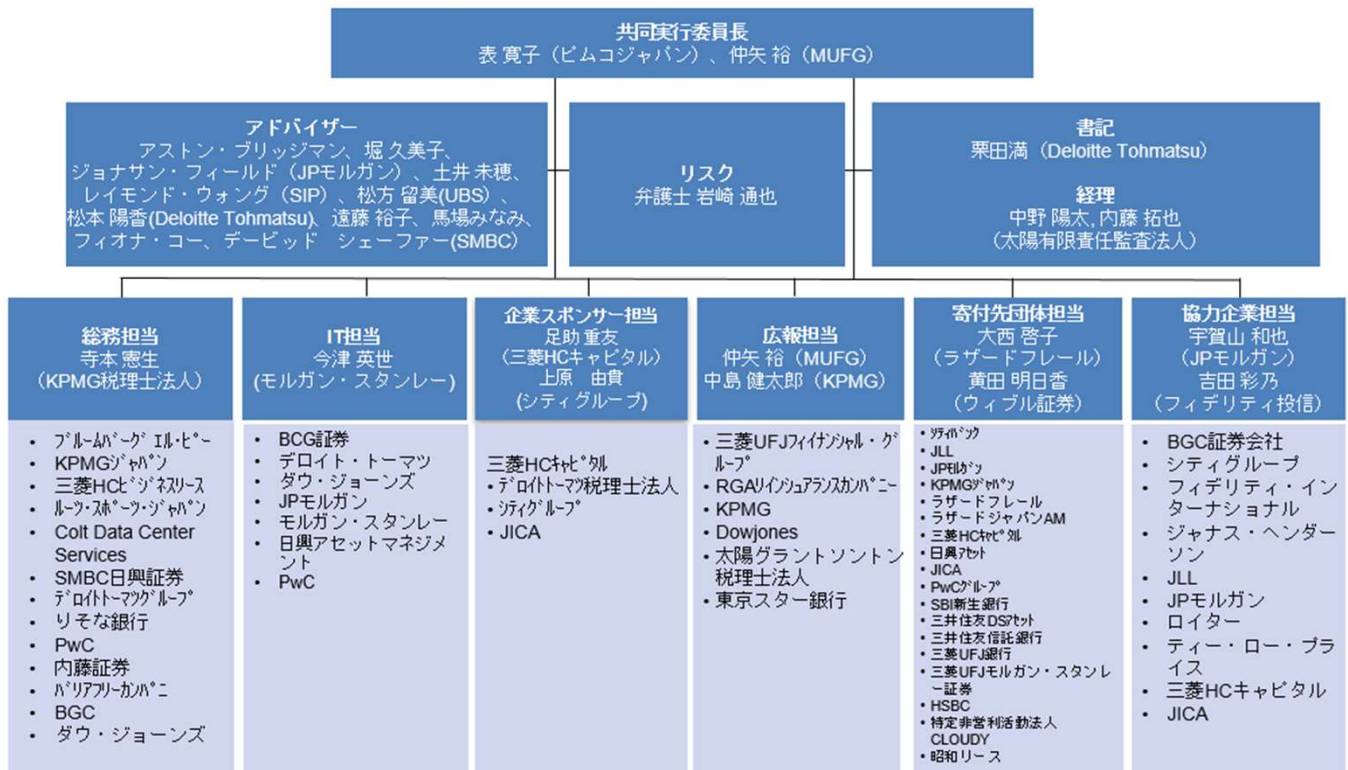
最後に

FITチャリティランは、チャリティを目的としたイベントです。ランナーのみならず、ボランティアを含め全員が安全で、楽しく参加できるよう、ご配慮、ご協力をお願いいたします。

実行委員メンバー一同



FIT Organisation chart 実行委員会 組織図



オンラインイベントも引き続きよろしくお願いいたします。

開催期間：9月30日～10月27日

改訂履歴

第2版 9月4日

- P 2 参加企業を103社に、第2回目の夏開催に更新。
- P 4 会場マップを更新。
- P 4, 8「フィールド（トラックのある階）での飲食は水以外は禁止」の旨を追記。
- P 8 参加企業はSNS、ウェブへの掲載が不可である旨、各社の座席表はオンライン版マニュアルでご確認いただくか、各社担当者までお問い合わせいただく旨を追記
- P 8 ご退場にあたりご提出いただくGoogle FormのQRコードを追記
- P15 各ボランティア・キャプテンに各チーム用にOS 1 配布する旨、ビブスの返却の際数を数えて返却する旨を追記
- ボランティアの搬入と車いすの方がご利用いただくエレベーターが、ゲート AとE周辺設置のエレベーターについては利用できることが確認できたため記載。
- ボランティアスタッフ用の休憩室（本部隣）が確保できたため確定として記載。
- P 4, 13, 14に「フィールド（トラックのある階）での飲食は水以外は禁止です。」の旨を追記

第3版 9月10日

- P14 落とし物はボランティアデスクではなく、総合受付に持っていくよう記載変更
- P14 ボランティアの休憩所の案内図追加
- P5 参加者向け休憩所（冷房付）アオヤマホールの手配ができたので、追記
- P8 座席レイアウトの画像差し替え
- P.15,P.16 スポンサー企業・協力企業の一覧を追加
- 表紙 SNS情報を追加