

令和7年(2025年)5月30日
北海道鹿追高等学校

『鹿追高校然別湖畔完歩大会』資料(一般参加用)

鹿追高校の伝統行事である完歩大会に参加いただきありがとうございます。完歩大会は本校の教育活動の一環として行う行事であり、生徒と一緒にの参加となる事をご理解の上ご参加ください。

- 1 日時 令和7年6月7日(土)
8:40 受付、ゼッケン配布
9:10 出発式(陸上グラウンド)
9:30 スタート
16:10 終了(予定)

2 歩行(走行)コース

関門	地名	距離	最終通過時刻	補給できるもの		トイレ	
第1	笹川北14線	6.2km地点	10:50	水	無	○	
第2	瓜幕農友会館	10.3km地点	11:50		スポーツドリンク	無	○
第3	坂下	14.5km地点	12:50				○
*給水所		16.0km地点					無
第4	扇ヶ原展望台	20.4km地点	14:20			麦茶・豚汁	○
第5	千畳くずれ	22.2km地点	15:10			無	○11:00~
ゴール	然別湖畔	26.0km地点	16:10			麦茶・豚汁	○

※本校職員・ボランティアのみなさんの交通指示に従って歩行してください。

※豚汁は第4関門か湖畔のどちらかで1人1杯でお願いします。

3 携行品

- ・チェックカード(当日配布)
- ・リュックサック・着替えやタオル・昼食、飴類等、飲料水(ペットボトル1本は支給)
- ・ウインドブレーカーや雨具・カットバンなどの応急処置用品
- ・ゴミ袋など

注1)イヤホン等で音楽を聴きながら歩くことはやめてください。

注2)歩行しながらの携帯電話の使用は、やめてください。

緊急時連絡先 → 学校0156-66-3011

注3)特に飴類やカットバンなどの応急処置用品は各自で用意してください。

4 ゴール後

- (1) ゴール後は、湖畔で昼食（豚汁）、休憩をとってください。
- (2) 割引価格でホテル風水にて入浴ができます。（300円、入浴券は当日お渡しします）
- (3) バスに乗らずに帰宅される方は、ゴールにいる本校職員にその旨をお伝えください。

バス時刻表

1号車 14:30	湖畔～瓜幕～高校 を走行します。
2号車 15:00	湖畔～高校 を走行します。
3号車 15:36	湖畔～瓜幕～高校～帯広駅を走行します。 高校から先の停留場所は路線バスと同様です。 鹿追高校より先は乗車運賃が必要です。
4号車 16:00	湖畔～高校 を走行します。
5号車 16:30	湖畔～瓜幕～高校 を走行します。

注) 1～5号車の時刻はあくまでも目安です。乗る人数が少なければ出発時刻が遅くなります。

5 競技上の注意事項

(1) 走行中

- ①ゼッケンは常に見やすいように正しく着用してください。
- ②各関門でチェックカードを必ず提示し、チェックを受けてください。

(2) リタイアをする場合

- ①途中、具合が悪くなった者はゼッケンを振り、巡回車や救護車に合図してください。
- ②制限時間内に関門を通過できなかった場合もリタイアとなります。

リタイア → ①ゼッケンを外す → 救護車・巡回車到着 → ②運転者にチェックカードを渡す →
→ ③車に乗る → ④関門(ゴール)到着・降車 → ⑤関門にいる本校職員の指示に従ってください

(3) ゴール

- ①ゴールの際もチェックカードを提示し、最終チェックを受けて下さい。
- ②チェックカードを回収し、完歩証をお渡しします。

(4) 注意事項

- ・すべての場所で喫煙はしないでください。
- ・ご自身の体調管理をよろしく願います。何かあれば本校職員にご相談ください。