

---

リレー・フォー・ライフ2012 信州in 長野

## 参加についてのご案内

このたびは、リレー・フォー・ライフ2012 信州in 長野への参加お申込をいただき、誠にありがとうございます。

リレー・フォー・ライフ2012 信州in 長野へのご参加にあたり、事務局よりお願いと注意事項がございます。

参加される方々が、リレー・フォー・ライフを気持ちよく楽しんでいただくためにも、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

ご不明な点がございましたら、リレー・フォー・ライフ信州in長野実行委員会までメールでお問い合わせください。

お問合せメールアドレス：info@kenkou-nagano.or.jp

---

## イベント当日スケジュール

### ■10月13日（土）

- 11：00 チーム受付（本部テント）
- 12：00 開会式
- 12：30 サバイバースラップ
- 12：40 リレーウォークスタート
- 13：00～
- 18：15 乳がん講演・禁煙教室・緩和ケアトークショー・がん相談  
サバイバースカフェ・サバイバーストーク  
がん検診キャンペーン  
ステージ演奏（男声合唱・バンド 等） ほか
- （ 17：00頃 ルミナリエ点灯 ）
- 18：30 エンプティテーブル
- 19：00～ 交流タイム
- 19：30 ピアノ演奏会（サバイバーシップ）

### ■10月14日（日）

- 8：00 朝の体操
- 9：00～
- 11：30 がん相談・チアリーディング ほか
- 10：00 子宮頸がんワークショップ
- 11：00 若い世代からのメッセージ
- 11：30 ファイナルウォーク
- 12：00 閉会式

---

## 1 当日までの流れについて

### (1) 個人参加、チーム参加される方は「参加申込書」に必要事項を記入してください

「参加申込書」にご記入の上、FAXかEメールにてお申し込みをお願いします。  
申込が確認でき次第、事務局からご連絡いたします。

### (2) 会場内にチームごとのテント区画を用意致します。テントの持ち込みは歓迎します。

テント区画のチーム占有スペースは、休憩あるいは夜間宿泊場所として自由にご使用いただけます。

占有スペース内での催しもの等の実施については、事前に事務局にお申し出をお願いします。  
各占有スペースには、ブルーシート1枚をご用意してあります。

テント・イス・机が必要な場合は、各自で極力ご持参するよう願います。（ペグ使用不可）  
ご持参が難しい場合は、実行委員会よりレンタルすることが可能です。  
ご希望の方は10月5日（金）までに実行委員会までご連絡をお願いします。

テント：1区画 5.4m×3.6m レンタル料金 10,000円（半区画をご希望の場合は5,000円）※運搬費含む  
イス：100円/個 机：700円×個

※設営は実行委員会で行います。

### (3) 参加協力費・テントレンタル料をお振込ください。

■ ゆうちょ銀行 ・店番 059 ・預金種目 当座  
・口座番号 0100972 ・口座名 RFL信州 in 長野（アールエルエフ信州インナガノ）

■ 八十二銀行 ・七瀬支店（店番217） ・預金種目 普通 ・口座番号 528609  
・口座名 リレー・フォー・ライフ信州 in 長野実行委員会（リレーフォーライフ信州インナガノ）

「参加申込書」を送付頂いた後、2週間以内にお振込みをお願いいたします。  
なお、お振込手数料はご負担ください。

### (4) イベント当日は、まず本部テントにて受付を済ませてください。

会場に到着されましたら、まず本部テントで受付をお願いします。

その際、参加申込者の人数分のシリコンプレスと、パンフレットをお渡しします。

テント区画もその際にご案内します。

### (5) そのほか質問等は、実行委員会までお問い合わせください。

リレー・フォー・ライフ2012 信州 in 長野 実行委員会事務局 リレーフォーライフ係  
（長野県健康づくり事業団内）

TEL：026-286-6400 FAX：026-286-6412  
Email：info@kenkou-nagano.or.jp

---

## 2 注意事項&お願い事項について

### (1) 雨天決行の為、雨具のご用意を!

「リレー・フォー・ライフ2012 信州 in長野」は、雨天決行です。雨具、着替え等をご用意下さい。雨天の場合、ステージ・フィールドでの催しは、長野清泉女学院の体育館をお借りし実施いたします。天災&荒天による中止の場合は、ホームページ等でお知らせいたします。

なお、参加協力費等は、いかなる場合も返却できません。財団法人日本対がん協会へ寄付させていただきますのでご了承願います。

### (2) テントについて

持ち込みテントの固定は、ウェイトを使用し、ペグは禁止です。休憩用のレジャーシート等の敷物、夜間越え用のブランケットなどご持参下さい。机、イスなどのご持参もおすすめします。

テントのウエイトは各チームにてご用意ください。

実行委員会にて用意するテントにはウエイトがありますので、ご安心ください。

### (3) 夜の灯りの確保について

電源は参加者テントにはありませんので、電池式ランタンや懐中電灯をご用意ください。

若干、照明はありますが暗いので、足元の明るさを確保する為にもご用意することをお薦めします。また、防寒対策も準備して下さい。

### (4) フィールドで夜間越えされる方は、体調管理をしっかり!

日中の暑さ対策・常備薬の準備・寒さ対策等、体調管理には十分に注意をお願いいたします。

万が一体調がすぐれない時には救護テントのご用意がございますが、体調管理は参加者の責任でお願いいたします。

### (5) ゴミ袋の持参をお願いします

ゴミは、お持ち帰りいただきますようお願いいたします。

### (6) 貴重品はご自身の管理でお願いします

荷物を預ける場所がありませんので、貴重品の管理に関しては自己管理でお願いします。

### (7) 会場での飲食について

飲食ブースには屋台を出店しています。売り上げの一部が寄付になりますので、ぜひご利用ください。また、水分補給はエイドステーションに水を用意いたします。無くなり次第、終了ですので、その場合は飲食ブース等で購入してください。

### (8) 火気の取り扱いについて

会場内は火気厳禁です。ランタン（電池式除く）、カセットコンロを持ち込むことはできません。

### (9) 19時以降の騒音は禁止です

会場周辺は住宅地です。近隣への迷惑防止として、19時以降の楽器演奏や歌等、大きな音を出す事は禁止となります。ルールを守って頂くようお願いいたします。

---

(10) 駐車場について

会場周辺の駐車場は混雑が予想されます。公共交通機関をご利用いただき、お越しいただきますようお願いいたします。

なお、車椅子でのご参加の方は、駐車場所についてご案内いたしますので、実行委員会までお問い合わせください。

(11) 時間にゆとりをもって！

当日、会場周辺はかなり混雑されると思われるので、時間にゆとりをもってお出かけ下さい。

(12) 喫煙について

会場内、フィールドエリア内での喫煙は一切、禁止といたします。イベントの趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

(13) 清泉女学院ラファエラ館のご利用について

城山公園ふれあい広場横にあります清泉女学院高等学校ラファエラ館の一部は夜間開放いたします。

夜間の休憩や仮眠場所としてご利用ください。

---

### 3 チームリーダーさんへ

(1) このイベントは、参加者の皆さんで作り上げていくものです

チームメンバーの方々は、できる範囲で実行本部にご協力をお願いいたします。

(2) チームの「フラッグ（横断幕）」をお持ち下さい

チームの特色を出した、フラッグ（横断幕）、のぼり、タスキ等をご準備ください。  
ウォーキングの際にはフラッグ等を掲げて歩きましょう。

統一カラーのユニフォーム等、楽しい装いを各チームで工夫し、一緒に盛り上げましょう！

(3) 当日ボランティアに御協力ください

当日の運営ボランティアとして御協力いただける方は、実行委員会までご連絡下さい。

少しの時間でも結構ですので「ルミナリエ補助」「会場整備」「ごみ処理」等の簡単なご協力をお願い致します。

(4) サバイバーをはじめ、多くの参加者の皆さんと、交流を深めて下さい

一緒に歩いている仲間との語らいや、チームテントを訪問しての交流を通して、がんと闘う仲間との連帯感を育て下さい。夜間には交流タイムを設けました。

(5) がん征圧のために、募金活動に協力して下さい

チームとして、がん征圧の為の募金活動をして下さい。また、リレー・フォー・ライフの寄付金の使われ方をご理解頂き、多くの方へ伝えて下さい。

(6) チームの方に実行委員会からの連絡を伝えてください

実行委員会からの連絡等は、チームリーダー（代表者）さんから、チームメンバーさんにお伝え下さい。また、メンバーさんと連絡が取り合える状況を作ってください。

(7) 参加される方が「楽しく参加」することが大切です

当日参加された方々が、楽しく過ごす事が出来るように、御協力下さい。

(8) 当日参加も大歓迎です

事前にチーム申込をされた方以外の、当日のチーム参加も大歓迎です。ご家族、ご友人の方をお気軽にお誘いください。

なお、追加になった方の参加協力費は、当日の本部受付でお支払いをお願いいたします。

リレー・フォー・ライフをより楽しむために…

## リレー・フォー・ライフによくでてくる「ことば」

### サバイバー

リレー・フォー・ライフでは、「がん告知を受けたことのある方」を「サバイバー」と呼び、その勇気を称えます。

サバイバーのみなさんは、命の大切さや生きる素晴らしさを知っています。ぜひとも会場でたくさんのサバイバーの方とお話しを楽しんでください。

### ケアギバー

サバイバーを支える、ご家族、友人、医療スタッフなど、全ての方をケアギバーと呼びます。

### ルミナリエ

みなさんの想いを書いた白い袋（ルミナリエバック）に、キャンドルを灯して、がんで亡くなった人たちを偲び、また、がんと闘っている人たちに希望を持っていただく、祈りや思いを捧げるセレモニーです。

灯されたルミナリエは、メッセージを書いしてくれたみなさんの物語、人生の象徴です。ルミナリエバックをご購入いただくことも、チームの募金活動の一環となります。

### サバイバーズラップ

開会式後の最初の一周は、サバイバーみなさんが手形を押したフラッグを持って、歩きます。ケアギバーのみなさんは、拍手で応援してください。

RFL長野のテーマは、「楽しく わいわい みんな一緒」  
みんなでリレー・フォー・ライフを楽しみましょう！



信州観光PRキャラクター アルクマ