



最終旅行日程表

菅平ユースチャレンジカップ 2026

拝啓 ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。ご出発当日まであとわずかとなりました。宿泊先・当日のスケジュールなど最終のご案内になりますのでご確認をお願いいたします。

敬具

記

■ 受付について

日時 7月28日(火) 11:00～

会場 菅平高原国際リゾートセンター 【別紙地図参照】

上記の会場にて受付を行います。受付では以下の重要な手続きを行いますので必ずご来場ください。

※万が一受付時間に間に合わない場合は、本部携帯へご連絡ください。

① 参加人数の確認 ※必ず**正確な人数**を把握したうえで、受付までお越しください。

② 旅行代金（参加費）に関する手続き

③ 諸注意のご説明

④ 大会参加者名簿 兼 保険加入者名簿（正式）のご提出

※当社にて大会保険を参加者全員にかけますので、**参加者に変更がある場合**は必ずご提出ください。

■ 本部へのご連絡について

期間中に何かございましたら右記の番号までご連絡ください。

〔連絡可能期間〕7月28日(火)8:00～7月31日(金)18:00

☎080-2583-9191 (加賀)

■ その他ご連絡

① 前日人数報告および取消料について

前日人数報告

※**変更がない場合もご報告ください。**

大会 2 日前の 12:00 頃に「【毎日コムネット】大会宿泊人数報告フォームについて」というメールをお送りします。メール本文に記載されている URL にアクセスいただき、**宿泊人数登録を大会前日 14:00 までに行ってください。**

万が一、大会前日 **14:00 まで**にご連絡をいただけない場合には、当社が伺っております直近の人数をもちまして前日人数とさせていただきますので、予めご了承ください。※**14:00 以降の人数減は取消料の対象となります。**なお、本紙発送後～前日までに人数の変更が生じた場合には、その都度お電話等でご連絡ください。



取消料

人数減に伴う取消料規定は以下のとおりです。

	前日	当日（受付前）	当日（受付後）
	7月27日(月)14:00まで 連絡先：【大会宿泊人数報告フォーム】	7月28日(火)受付前まで 受付時にお申し付けください	7月28日(火)受付以降 連絡先：【大会本部携帯】
人数減による 取消料	今回に限り免除と させていただきます。	旅行代金の50%	旅行代金の100%

2 参加費のお振込みについて

金額・振込口座につきましては、別紙『**宿泊先通知書**』をご確認ください。

すでにお振込みいただいている団体様にはご案内が重なりますが、ご容赦ください。

なお、お振込みが『**宿泊先通知書**』記載の期日より遅れてしまう場合は当社まで必ずご連絡ください。

3 国内旅行傷害保険について【任意保険】

当社では傷害による通院や賠償責任、救援者費用等の補償がある「国内旅行傷害保険」をご用意しております。

万が一に備え、大会保険とは別にご加入いただくことをお勧めいたします。

保険のご加入には以下の2点が必要になります。

1	大会参加者名簿 兼 保険加入者名簿	アップロードにて提出をお願いいたします。
2	保険料	旅行代金（参加費）と振込口座が異なりますのでお振込みの前にご連絡ください。

➡ **以上2点を必ず 7月23日(木) 15:00 までにご提出、ご入金ください。**

※上記期限を過ぎる場合は **必ずお電話にて** お問合せください。

4 期間中のお食事について

7月28日(火)入りの方は **7月28日(火)夕食～7月31日(金)昼食**の計 **【3泊9食】** がついております。

※上記以外のお食事は各自でご用意ください。

※お食事の時間や場所は各宿泊先と直接お打合せください。

以上

【大会宿泊人数報告フォーム】

〇〇〇〇〇〇部（案件コード：****）
〇〇 〇〇 様

お世話になっております。毎日コムネットです。
このたびは●●●●大会（大会名）にご参加いただきありがとうございます。
お申しいただきました大会に関してのご案内でございます。

＜前日人数報告のご案内＞

大会宿泊人数の最終確認を行います。

【明日（△月△日）の14:00まで】に以下フォームよりご人数登録をお願いいたします。

※これ以降の変更は取消料対象となります。

・大会宿泊人数報告フォーム（【△月△日14:00まで】に入力）

<https://www.maicom.co.jp/number/...../>（大会によって変動）

皆様の案件コードは「****」です。上記フォームの入力時に必要な情報ですのでお控えください。

【△月△日14:00まで】であれば再提出が可能です。

これ以降のご回答については確認いたしかねます。当日変更として、受付時にお申し付けください。

このようなメールが
大会 2 日前に送られます

メール本文記載の URL に
アクセスしてください

案件 CD はメール本文に記載
されているものを入力してください。



毎日コムネット

大会宿泊人数報告フォーム

＜高校生大会＞

下記フォームに必要事項を入力後、確認ボタンを押してください。

■案件CD 必須

例：00012345

※「【毎日コムネット】大会宿泊人数入力フォームについて」メールに記載されている「案件CD」コードをご入力ください。

■大会名 必須

例：マイコム高校

■学校・団体・チーム名 必須

例：マイコム高校

■入力者名 必須

例：毎日 太郎

■メールアドレス 必須

▼宿泊人数をご入力ください 必須

※こちらの人数で料金を算出しますのでご注意ください。

☐ 日帰り参加者は宿泊人数に含まれていません。

宿泊者内訳	1泊目	2泊目	3泊目
選手（男）	0 名	0 名	0 名
指導者（男）	0 名	0 名	0 名
指導者（女）	0 名	0 名	0 名
マネージャー（男）	0 名	0 名	0 名
マネージャー（女）	0 名	0 名	0 名
乗務員	0 名	0 名	0 名
合計を計算する	1泊目：0 名	2泊目：0 名	3泊目：0 名

日帰り参加者 必須

☐ いる ☐ なし

※宿泊参加人数はこちらに含まれません

■交通手段 必須

■受付会場到着 予定時間 必須

■送迎希望 必須

☐ 有 ☐ 無

※旅館による送迎は初日の試合終了後のお迎え～最終日の試合会場への送りまでとなります。

その他、ご質問など

※改行しないでご入力ください。

【注意事項】 必須

参加選手人数を宿泊日ごとに入力し、大会前日17：00までに返信してください。大会前日17：00以降の人数の減少については全て取消料の対象となりますのでご注意ください。

☐ 上記注意事項を確認しました。

確認する

リセット

毎日コムネット公式 LINE 登録依頼について

大会期間中のご連絡は「毎日コムネット公式 LINE」を運用して各チームに発信いたします。

※試合会場・対戦スケジュールなどを共有いたします。

下記 QR コードを読み込んでいただき、アカウントの友達登録をお願いします。

※友達登録後、下記のような自動メッセージが送られます。

「あなたの属性を教えてください」というアンケートまでご回答をお願いします。します。」

1 下記QRコードを携帯カメラで読み込んでください



2 QRコード読み込み後、下記のような画面が表示されます



「追加」をタッチしてください

3 アカウント追加後に自動メッセージがアンケート流れますので、アンケート回答まで対応をお願いします。



「あなたの属性を教えてください」というアンケートが流れますのでご回答をお願いします

※ 他スタッフへのアカウント共有方法

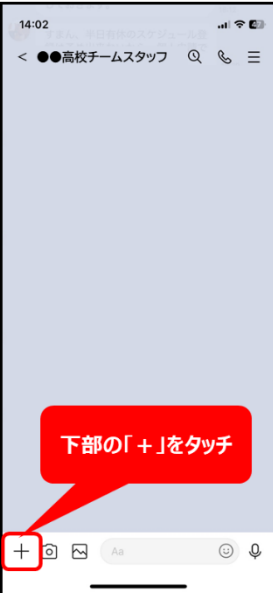
★当日の引率スタッフの方に必ず登録いただくようにお願いします。

他スタッフにも当社公式 LINE アカウントを共有する場合は、以下のいずれかの方法でご対応ください。

①上記 QR コードを、各人に読み込んでいただく。

②LINE の「連絡先共有」を利用して、当社アカウントを共有する。（下図参照）

下部の「+」をタッチ



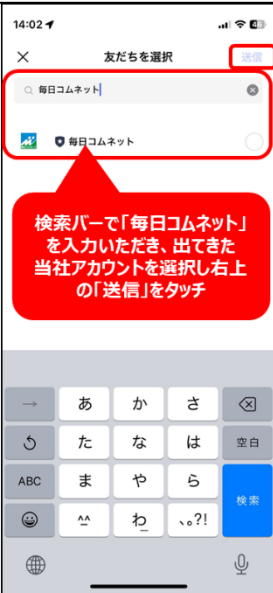
「連絡先」をタッチ



「LINE友だちから選択」をタッチ



検索バーで「毎日コムネット」を入力いただき、出てきた当社アカウントを選択し右上の「送信」をタッチ



※「送信」をタッチした後は送信先を選択する画面へと移ります。

大会競技規定

【菅平ユースチャレンジカップ 2026】

競 技 規 則	本大会は原則として現行の(公財)日本サッカー協会制定の「サッカー競技規則」に準ずる。
試 合 時 間	試合時間は 30-5-30 分とし、リーグ戦は延長、PK 戦を行わない。リーグ戦の対戦結果は勝点制とし、勝ち 3 点、引分け 1 点、負け 0 点とする。 トーナメント戦で同点の場合のみ勝敗を決する為、延長戦は行わず、即 PK 戦を行う。 <u>※前・後半にそれぞれ 1 度のクーリングブレイク(3 分程度)を設ける。</u> <u>(ランニングタイムにて計上し、アディショナルタイムは無とする)</u>
審 判	《主審》 カテゴリーⅠ：主催者側が依頼した審判員が行う。 カテゴリーⅡ： <u>帯同制</u> (対戦チーム同士で協議の上、前後半相互で対応) 《副審》 副審はカテゴリーⅠ・Ⅱともに <u>帯同制</u> とし、 <u>対戦チーム同士で 1 名ずつ選出</u> する。 ※副審は原則として試合開始 5 分前までに各会場本部に集合し、主審と打合せを行うこと。
累 積	本大会では期間中の <u>警告累積は行わない</u> 。レッドカードを出された選手、イエローカードを 1 試合中に 2 枚出された選手は退場となるが、次の試合は出場できることとする。
選 手 交 代	選手交代はグラウンド本部にてチェックを受けた後、主審の許可を得てから交代する(交代用紙は不要)。交代して退いた競技者は、その試合に再び出場することはできない(但し、カテゴリーⅡ大会については選手育成の観点から再出場可とする)。
試合の成立要件	試合開始時間を経過しても選手の数が 7 名未満の場合(7 名は OK)不戦敗とし、相手チームの不戦勝とする。不戦勝の勝ち点は 3 点、スコアは 3-0 とする。
順 位 決 定	リーグ戦での順位決定方法は下記の通りとする。 ① 勝点の多いチーム(勝ち 3 点、引分け 1 点、負け 0 点) ② 得失点差の多いチーム(+) ③ 総得点の多いチーム ④ 直接対決の勝者 ⑤ 大会本部による抽選
ユニフォーム	ユニフォームは、キーパーを除く選手全員が同じものを着用(シャツ・パンツ・ストッキング)すること。サブユニフォームもできる限り用意し、対戦チームのユニフォームが同色系の場合は両チームの代表者と話し合い、メイン・サブどちらを使用するか決定する。
装 飾 品	装飾品(ミサンガ・ボンフィン等)の着用は認めない。テープを使用して覆う事も認められない。
シンガード	スネには必ずシンガード(レガース)を着用すること。非着用の選手の出場は認めない。
眼 鏡	眼鏡使用選手の出場は原則的に認めない。コンタクトレンズを使用すること。ただし、装着している眼鏡が安全なもの(スポーツ眼鏡等)であると大会本部が判断した場合は、その限りではない。
大会使用球	大会使用球は、株式会社イミオ社製 5 号球手縫いボールとする。

附則 1	・悪天候等で試合を中断する場合、中断の判断は主審が行う。 ・悪天候等で試合を中止する場合、中止の判断は本部が行う。 ・試合開始の笛が鳴った後で、何らかの理由で試合が中止となった場合、両チーム引分けとし、勝ち点は 1.5 点、スコアは 3-3 とする。その際、前半が終了していれば試合成立とし、その時点でのスコアを以って勝敗を決定する。
附則 2	MVP は優勝チームから、敢闘賞は準優勝のチームからそれぞれ選出する。
附則 3	複数エントリーしているチーム内での選手の入替は可能とする。

菅平ユースチャレンジカップ2026

【カテゴリ I】 予選リーグ

<予選リーグ> 7/28(火)~29(水)

※決勝リーグ進出：各GROUP1位3チーム、2位組4チームのうち成績上位3チーム [計6チーム]

GROUP 1		1	2	3	4	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
1	足利大学附属高校		A1 -	A4 -	A7 -								
2	上田染谷丘高校	A1 -		B7 -	B4 -								
3	目黒高校	A4 -	B7 -		A2 -								
4	春日部工業高校	A7 -	B4 -	A2 -									

GROUP 2		5	6	7	8	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
5	東海大学付属大阪仰星高校		A3 -	A5 -	A8 -								
6	坂戸西高校	A3 -		B8 -	B5 -								
7	岡谷東高校	A5 -	B8 -		B1 -								
8	小平西高校	A8 -	B5 -	B1 -									

GROUP 3		9	10	11	12	13	14	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
9	雪谷高校		C1 -		C4 -		C8 -								
10	上田西高校	C1 -		C9 -		C5 -									
11	白鷗大学足利高校		C9 -		C2 -		C6 -								
12	東京23FC	C4 -		C2 -		C7 -									
13	岩槻高校		C5 -		C7 -		C3 -								
14	朋優学院高校	C8 -		C6 -		C3 -									

※『GROUP 3』は変則ブロックの為、順位決定は次の通りとなります。 1位⇒1位 / 2位・3位⇒2位組 / 4位・5位⇒3位組 / 6位⇒4位組

菅平ユースチャレンジカップ2026

【カテゴリ I】 順位別戦

<決勝リーグ> 7/30 (木)

<組合せ決定方法> ・予選結果 ・予選対戦組合せ ・地域性

決勝 GROUP A		1	2	3	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
1			A① -	A⑤ -								
2		A① -		A③ -								
3		A⑤ -	A③ -									

決勝 GROUP B		4	5	6	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
4			A② -	A⑥ -								
5		A② -		A④ -								
6		A⑥ -	A④ -									

<順位別戦> 7/31 (金)

グループ A 1位		A⑨ VS		グループ B 1位
グループ A 2位		A⑧ VS		グループ B 2位
グループ A 3位		A⑦ VS		グループ B 3位

<交流リーグ> 7/30 (木) ~31 (金)

<組合せ決定方法> ・予選結果 ・予選対戦組合せ ・地域性

GROUP 1		1	2	3	4	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
7			B② -	B⑤ -	B⑦ -								
8		B② -		B⑧ -	C⑤ -								
9		B⑤ -	B⑧ -		C② -								
10		B⑦ -	C⑤ -	C② -									

GROUP 2		5	6	7	8	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
11			B③ -	B⑥ -	C⑦ -								
12		B③ -		C⑧ -	C⑥ -								
13		B⑥ -	C⑧ -		C③ -								
14		C⑦ -	C⑥ -	C③ -									

菅平ユースチャレンジカップ2026

[カテゴリーⅡ] 予選リーグ

<予選リーグ>

※決勝リーグ進出：各GROUP1位2チーム、2位組3チームのうち成績上位2チーム【計4チーム】

GROUP 1		1	2	3	4	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
1	東海大学附属大阪仰星高校 B		B2 -	A6 -	A9 -								
2	坂戸西高校 C	B2 -		B9 -	B6 -								
3	岡谷東高校	A6 -	B9 -		B3 -								
4	足利大学附属高校	A9 -	B6 -	B3 -									

GROUP 2		5	6	7	8	9	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
5	雪谷高校		D2 -	D4 -	D6 -									
6	岩槻高校	D2 -		D7 -		D5 -								
7	白鷗大学足利高校	D4 -	D7 -		D1 -	D3 -								
8	坂戸西高校 B	D6 -		D1 -		D8 -								
9	東海大学附属大阪仰星高校 C		D5 -	D3 -	D8 -									

※『No.7』に入るチームは、4試合のうち上から3番目の成績を除く3試合の結果を集計します。

※『GROUP 2』は変則ブロックの為、順位決定は次の通りとなります。 1位⇒1位、2位・3位⇒2位組、4位⇒3位組、5位⇒4位組

菅平ユースチャレンジカップ2026

[カテゴリーⅡ] 順位別リーグ

<決勝リーグ>

<組合せ決定方法> ・予選結果 ・予選対戦組合せ ・地域性

決勝リーグ		1	2	3	4	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
1			B① -	B④ -	B⑨ -								
2		B① -		C⑨ -	C④ -								
3		B④ -	C⑨ -		C① -								
4		B⑨ -	C④ -	C① -									

<交流リーグ>

<組合せ決定方法> ・予選結果 ・予選対戦組合せ ・地域性

交流リーグ		5	6	7	8	9	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失	順位
5			D① -	D④ -	D⑧ -									
6		D① -		D⑦ -		D③ -								
7		D④ -	D⑦ -		D② -	D⑨ -								
8		D⑧ -		D② -		D⑤ -								
9			D③ -	D⑨ -	D⑤ -									

菅平ユースチャレンジカップ2026 大会スケジュール

<予選リーグ (7/28~7/29)>

日付	試合時間 (30分-5分-30分)		A サニアB	B No.50	C NO.34	D No.26
	No.	時 間	対 戦	対 戦	対 戦	対 戦
7/28 (火)	1	13:30 ~ 14:35	足利附属 カテ I 上田染谷丘	岡谷東 カテ I 小平西	雪谷 カテ I 上田西	白鷗足利 カテ II 坂戸西B
	2	14:45 ~ 15:50	目黒 カテ I 春日部工業	東海大仰星B カテ II 坂戸西C	白鷗足利 カテ I 東京23FC	雪谷 カテ II 岩槻
	3	16:00 ~ 17:05	東海大仰星 カテ I 坂戸西	岡谷東 カテ II 足利附属	岩槻 カテ I 朋優学院	白鷗足利 カテ II 東海大仰星C

日付	試合時間 (30分-5分-30分)		A NO.34	B サニアB	C No.50	D No.26
	No.	時 間	対 戦	対 戦	対 戦	対 戦
7/29 (水)	4	8:30 ~ 9:35	足利附属 カテ I 目黒	上田染谷丘 カテ I 春日部工業	雪谷 カテ I 東京23FC	雪谷 カテ II 白鷗足利
	5	9:45 ~ 10:50	東海大仰星 カテ I 岡谷東	坂戸西 カテ I 小平西	上田西 カテ I 岩槻	岩槻 カテ II 東海大仰星C
	6	11:00 ~ 12:05	東海大仰星B カテ II 岡谷東	坂戸西C カテ II 足利附属	白鷗足利 カテ I 朋優学院	雪谷 カテ II 坂戸西B
	試合時間 (30分-5分-30分)		A No.50	B NO.34	C サニアB	D No.26
	7	13:00 ~ 14:05	足利附属 カテ I 春日部工業	上田染谷丘 カテ I 目黒	東京23FC カテ I 岩槻	岩槻 カテ II 白鷗足利
	8	14:15 ~ 15:20	東海大仰星 カテ I 小平西	坂戸西 カテ I 岡谷東	雪谷 カテ I 朋優学院	坂戸西B カテ II 東海大仰星C
	9	15:30 ~ 16:35	東海大仰星B カテ II 足利附属	坂戸西C カテ II 岡谷東	上田西 カテ I 白鷗足利	使用不可

<順位別戦 (7/30~7/31)>

日付	試合時間 (30分-5分-30分)		A 予選終了後ご案内	B 予選終了後ご案内	C 予選終了後ご案内	D 予選終了後ご案内
	No.	時 間	対 戦	対 戦	対 戦	対 戦
7/30 (木)	①	8:30 ~ 9:35	1 カテ I 2	1 カテ II 2	3 カテ II 4	5 カテ II 6
	②	9:45 ~ 10:50	4 カテ I 5	7 カテ I 8	9 カテ I 10	7 カテ II 8
	③	11:00 ~ 12:05	2 カテ I 3	11 カテ I 12	13 カテ I 14	6 カテ II 9
	試合時間 (30分-5分-30分)		A 予選終了後ご案内	B 予選終了後ご案内	C 予選終了後ご案内	D 予選終了後ご案内
	④	13:00 ~ 14:05	5 カテ I 6	1 カテ II 3	2 カテ II 4	5 カテ II 7
	⑤	14:15 ~ 15:20	1 カテ I 3	7 カテ I 9	8 カテ I 10	8 カテ II 9
7/31 (金)	⑥	15:30 ~ 16:35	4 カテ I 6	11 カテ I 13	12 カテ I 14	使用不可

日付	試合時間 (30分-5分-30分)		A 予選終了後ご案内	B 予選終了後ご案内	C 予選終了後ご案内	D 予選終了後ご案内
	No.	時 間	対 戦	対 戦	対 戦	対 戦
7/31 (金)	⑦	8:30 ~ 9:35	グループA 3位 カテ I グループB 3位	7 カテ I 10	11 カテ I 14	6 カテ II 7
	⑧	9:45 ~ 10:50	グループA 2位 カテ I グループB 2位	8 カテ I 9	12 カテ I 13	5 カテ II 8
	⑨	11:00 ~ 12:05	グループA 1位 I 決勝 グループB 1位	1 カテ II 4	2 カテ II 3	7 カテ II 9

ユニフォーム・カラー 一覧

栃木

足利大学附属高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	白	白	桃		メイン	緑	黒	黒
		サブ	紺	紺	白		サブ	桃	黒	黒

長野

岡谷東高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	エンジ	白	エンジ		メイン	緑	緑	緑
		サブ	水色	紺	紺		サブ	黄	黄	黄

埼玉

岩槻高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	エンジ	エンジ	エンジ		メイン	グリーン	グリーン	グリーン
		サブ	ホワイト	ホワイト	ホワイト		サブ	イエロー	イエロー	イエロー

埼玉

春日部工業高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン					メイン			
		サブ					サブ			

東京

小平西高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	青	青	青		メイン	赤	赤	赤
		サブ	白	白	白		サブ	緑	緑	緑

東京

目黒高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	紅紺	紺	紅		メイン	グレー	グレー	グレー
		サブ	青紺	紺	青		サブ	黄	黄	黄

大阪

東海大学付属大阪仰星高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	黄黒	黒	黄		メイン	赤	赤	赤
		サブ	青	青	青		サブ	ネイビー	ネイビー	ネイビー

栃木

白鷗大学足利高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	緑	黒	緑		メイン	赤	黒	赤
		サブ	水色	黒	水色		サブ	灰色	黒	灰色

長野

上田染谷丘高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	エンジ	エンジ	エンジ		メイン	グレー	黒	グレー
		サブ	白	白	白		サブ	緑	緑	緑

埼玉

坂戸西高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	赤	赤	赤		メイン	黄	黄	黄
		サブ	青	青	青		サブ	灰	灰	灰

東京

雪谷高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	赤	白	赤		メイン	緑	黒	緑
		サブ	水色	青	白		サブ	黄	黄	黄

東京

東京23FC U-18

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	白	白	白		メイン	緑	緑	緑
		サブ	赤	赤	赤		サブ	黄	黄	黄

東京

朋優学院高等学校

ユニ フ ォ ー ム 色	F P		シャツ	パンツ	ストッキング	G K		シャツ	パンツ	ストッキング
		メイン	赤	青	青		メイン	黄	黄	黄
		サブ	白	白	白		サブ	紫	紫	紫

合宿における「熱中症」対策のお願い

拝啓 暑い日が続いておりますが、皆様にはお変わりなくお過ごしのことと存じます。

今年もすでに猛暑日が続いており、熱中症による健康被害も増加しています。熱中症は、適切な対策を講じなければ命に関わることもあるため、予防策をしっかりと理解し、実践することが重要です。

従業員の皆様の安全を守るとともに、合宿を実施されるお客様の安全を守るために「新型コロナウイルス感染症」及び「熱中症」への対策をお願いいたします。

敬具

【熱中症対策の一例】

○こまめな水分補給・塩分補給

喉が渴いていなくても、定期的に水分を摂ることが重要です。特に運動中や屋外活動中は、スポーツドリンクや経口補水液などで塩分も一緒に補給しましょう。

○暑い時間帯は無理をしない

日中の暑い時間帯（特に10時から14時頃）は、無理せず屋内で休憩を取ったり、涼しい場所で過ごしたりする時間を積極的に設けましょう。

○体調の変化に気を配る

めまい、頭痛、吐き気、だるさなど、少しでも体調に異変を感じたら、すぐに涼しい場所へ移動し、周りの人に伝えましょう。

無理をせず、早めに休憩をとることが大切です。

○休憩と睡眠をしっかり取る

合宿中は、ついつい無理をしてしまいがちですが、十分な睡眠と休憩は熱中症予防に不可欠です。夜はしっかり睡眠をとり、日中も適度な休憩を挟んで体を休ませるようにしてください。

○過度な飲酒はしない

飲酒は脱水症状を引き起こし、また飲酒後の睡眠は十分な疲労回復は得られません。結果、熱中症になりやすい体となります。合宿だからといって過度な飲酒はやめましょう。

○旅行傷害保険への加入

弊社がご案内している旅行傷害保険では熱中症も保険の対象としております。万が一に備えてご加入することをお勧めします。

■ お問い合わせ先

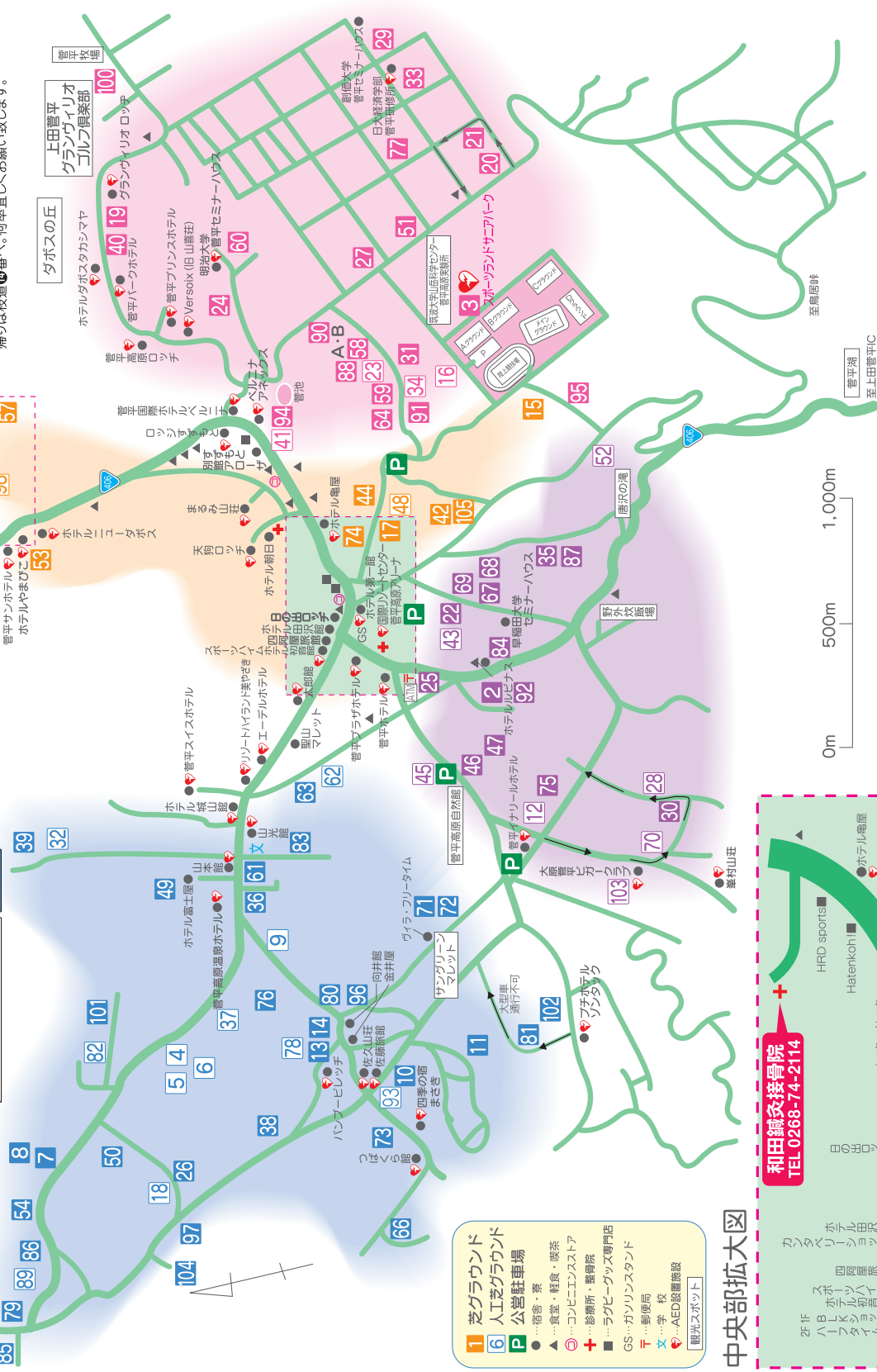
課外活動ソリューション事業部 業務・手配課 担当：三宅・橋元
TEL：03-5322-6019 ※営業時間 10：00～18：00（土日祝日を除く）
FAX：03-5322-6040

菅平高原グラウンドマップ

クラウンドにお出かけ前は必ずGoogleで検索して下さい。

至長野C (長期のみ 大型車不可)

菅平〇〇番クラウンド Q 検索



中央部拡大図



路上駐車禁止

宿泊に付いてのご相談は菅平高原旅館組合にご相談下さい。
TEL. (0268) -74-2003 FAX. (0268) -74-2353
ペンションご希望の方はペンション部ホームページ
<http://www.sugadaira.info/> を検索下さい。

クラウンド名	NO.	TEL(0268)
市営グラウンド	2	74-2003
サニパーク	3	61-7090
エーデル朝日	4	74-2131
ホテル朝日	5	74-2661
佐久山荘	9	74-2072
佐藤旅館	10	74-3737
菅平ナリールホテル	12	74-3711
菅平高原ロッヂ	15	74-2175
菅平サンホテル	16	74-2360
菅平スイスホテル	18	74-3411
グランヴィリオロッヂ	19	74-2355
菅平パークホテル	20	74-2533
菅平プリンスホテル	22	74-2345
菅平ホテル	24	74-2100
菅平ホテル	25	74-2001
観光協会グラウンド	27	74-2003
スポーツハイムホテル初音館	28	74-2628
創価大学菅平セミナーハウス	29	74-2612
ホテル田沢	30	74-2318
太郎館	31	74-2380
天狗口	32	74-2431
日大経済学部菅平研修所	33	74-2165
ホテル亀屋	35	74-2523
菅平高原温泉ホテル	36	74-2515
ホテル城山	37	74-2578
菅平国際ホテルベルナ	41	74-2325
ホテル第一	43	74-2030
ホテルダボスタカシマ	45	74-2035
ホテルニューダボスタ	48	74-2066
ホテル富士屋	49	74-2038
VersoiX(旧山喜荘)	50	74-2331
ホテルやまびこ	53	74-2064
まるみ山荘	58	74-2065
明治大学菅平セミナーハウス	60	74-4003
山本館	61	74-2085
リゾートハイランド美やさき	62	74-2082
日の出ロッヂ	64	75-5202
つばくら館	66	74-2073
早稲田大学セミナーハウス	67	74-2015
ヴィラ・フリータイム	71	74-2666
山光館	72	74-2616
四季の宿まさき	73	74-2673
ロッジすずもと	74	74-2110
バンブービレッジ	78	74-2600
向井館	80	74-2606
金井屋	81	74-2070
ホテルルピナス	84	74-2422
クラウンド部会グラウンド	90	
四阿屋旅館	95	74-2163
峯村山荘	98	74-2667
牧場グラウンド	100	
プチホテルソニック	102	74-1111
大原菅平ビガークラブ	103	74-3377
菅平高原アリーナ	8	75-7130

菅平高原観光協会・菅平高原旅館組合

TEL. (0268) 74-2003 FAX. (0268) 74-2353
E-MAIL: sugadaira@nifty.com

諸 注 意

怪我をした場合

各会場の本部スタッフまで必ずご連絡ください。必要に応じて、救急車・病院へ連絡いたします。

※医療機関を受診することになった場合、**健康保険証がないと全額自己負担**になってしまいます。なお、健康保険証は必ず**原本をご持参ください**。(多くの場合、健康保険証のコピーを見せても全額自己負担で受診することになりますのでご注意ください。)

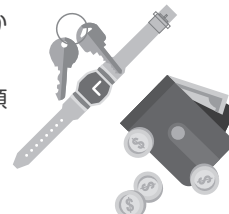


貴重品の管理

各自で責任をもって管理をお願いいたします。

宿泊先、会場周辺、駐車場などで起きた盗難に関しては弊社では責任を負いかねますので予めご了承ください。

また、貴重品は宿泊先のフロントにお預けいただくことをお勧めいたします。



保険

弊社大会にご参加の方は傷害保険に全員加入させていただいております。

怪我をした場合は現地スタッフもしくは弊社までご連絡ください。



アップスペース

試合前のウォーミングアップ、試合後のクールダウンなどは大会指定のスペースをご利用ください。指定のスペース以外は**使用禁止**となります。



ゴミの処理

チームで出したゴミは宿泊先にお持ち帰りください。

会場などに残さぬよう、ご協力をお願いいたします。



駐車場

各会場、駐車場のスペースには限りがございます。自家用車をご利用の場合は乗り合いでお越しく下さい。

また、駐車場内での事故や盗難に関しては弊社では責任を負いかねますので予めご了承ください。



落雷時の対応（屋外利用時）

弊社大会では落雷時に雷検知器を参考に大会の中断・中止の判断を行っております。

本部から連絡があった場合はご協力いただきますようお願いいたします。



地震発生時の対応

- ゴールやテント、電柱など倒れる可能性が高いものから離れてください。
- 避難勧告が出た場合はハザードマップなどを確認のうえ、避難所へ移動してください。
- 移動の際には電線や地割れに注意してください。
- 宿泊先の方と避難経路や避難場所の確認を行ってください。
- 地震が起きたらテーブルなどの下に隠れ、身を守ることを優先してください。
- 扉や窓を開けて出入口を確保してください。
- 慌てて屋外に飛び出さないでください。
- 宿泊先やチーム代表者の指示に従い、落ち着いて行動してください。





熱中症予防対策



熱中症に注意しましょう



水分・塩分補給



喉が渴いていなくても、こまめに水分・塩分を補給しよう

風通しを良くしよう



通気性が良く、吸湿・速乾性に優れた衣服を着用しよう

体を冷やそう



暑いときには、保冷剤・氷・冷たいタオルで体を冷やそう

※ 熱中症予防の持ち物 ※

※大会本部での貸出は行っておりませんので、各自ご用意をお願いいたします

クーラーボックス



テント

スポーツドリンク



タオル

氷のう

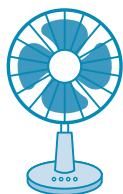


アンスリング用の氷もご用意ください

周りの人にも
気配りを!

\\ 大会本部までご連絡ください! //

熱中症が疑われる人を見かけたら



涼しい場所へ
避難させる



衣類を脱がせ
体を冷やす



水分・塩分を
補給する

熱中症の応急処置

屋内でも熱中症になりますので十分に注意しましょう！



Check 1 熱中症を疑う症状がありますか？

頭痛 めまい ほてり顔 脱力感
筋肉の硬直 ふらつき 倦怠感
不快感 汗を大量にかく・全くかかない

はい

足がもつれる 突然座り込む
応答が鈍い けいれん 顔面蒼白
意識障害 吐き気 嘔吐 高体温

Check 2 呼びかけに応えますか？ まっすぐ歩けますか？

はい

いいえ

涼しい場所で体を冷やす

涼しい場所へ避難して服をゆるめ、氷や保冷剤、濡れタオルなどで首・わき下・太ももの付け根を集中的に冷やす。

大きい血管を冷やす



！ 救急車を呼ぶ

救急車を呼んだら到着するまでの間に応急処置を行う。呼びかけへの反応が悪い場合は、無理に水を飲ませない。

涼しい場所で体を冷やす

涼しい場所へ避難して服をゆるめ、氷や保冷剤、濡れタオルなどで首・わき下・太ももの付け根を集中的に冷やす。

救急車で医療機関へ

倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう。

Check 3 自力で水分補給できますか？

はい

いいえ

経口補水液などで水分補給する。



！ 吐き気や嘔吐など、水分補給ができない場合は、医療機関へ搬送する。

Check 4 症状が良くなりましたか？

はい

いいえ

回復した場合でも容態が急変することもあるため、できるだけ病院等で受診する。

！ 回復しないときは医療機関へ搬送する。