Name:

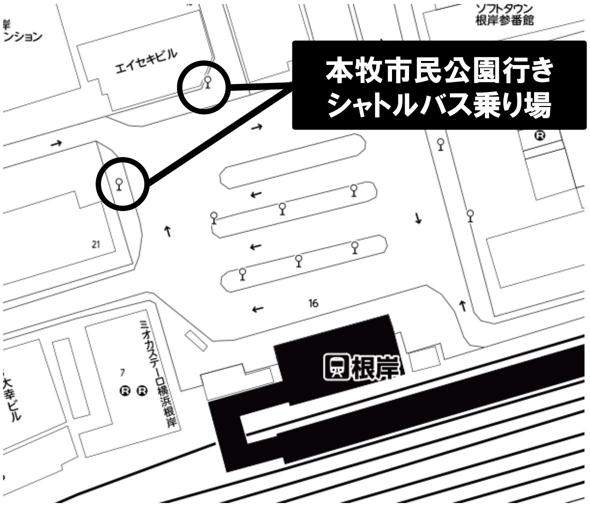
I - 11

第11給水所　首都高杉田入口付近

当日の集合時間・場所

■集合時間：
リーダー午前6時50分
メンバー午前7時10分

■集合場所：**本牧市民公園駐車場**
【アクセス】　京浜東北線　根岸駅より
専用シャトルバスで10分



タイムスケジュール

06:50　チーフ・リーダー集合
07:10　メンバー集合
物品車両到着予定→準備開始
交通規制開始予定

09:54　フルマラソン先頭通過予想

ボリュームゾーン先頭　　10:10~
ボリュームゾーン最後尾　~12:10

12:41　フルマラソン最後尾通過予想

13:15　交通規制解除

終礼・解散
■解散場所：南部市場

よくある質問

1	ここは何キロ地点？	「26.0km地点」
2	次の給水所は？	「27.6km」
3	次の給水所までは何キロ？	「1.6km」
4	近くのトイレは？	「この場所です！」
5	近くの救護所は？	「27.3km」
6	次の関門は？	「27.3km⑨【12:46】」
7	迷ってしまった！集合場所に着かない！	

「045-222-4888（大会当日のみ5：30～16：00）までお電話ください」

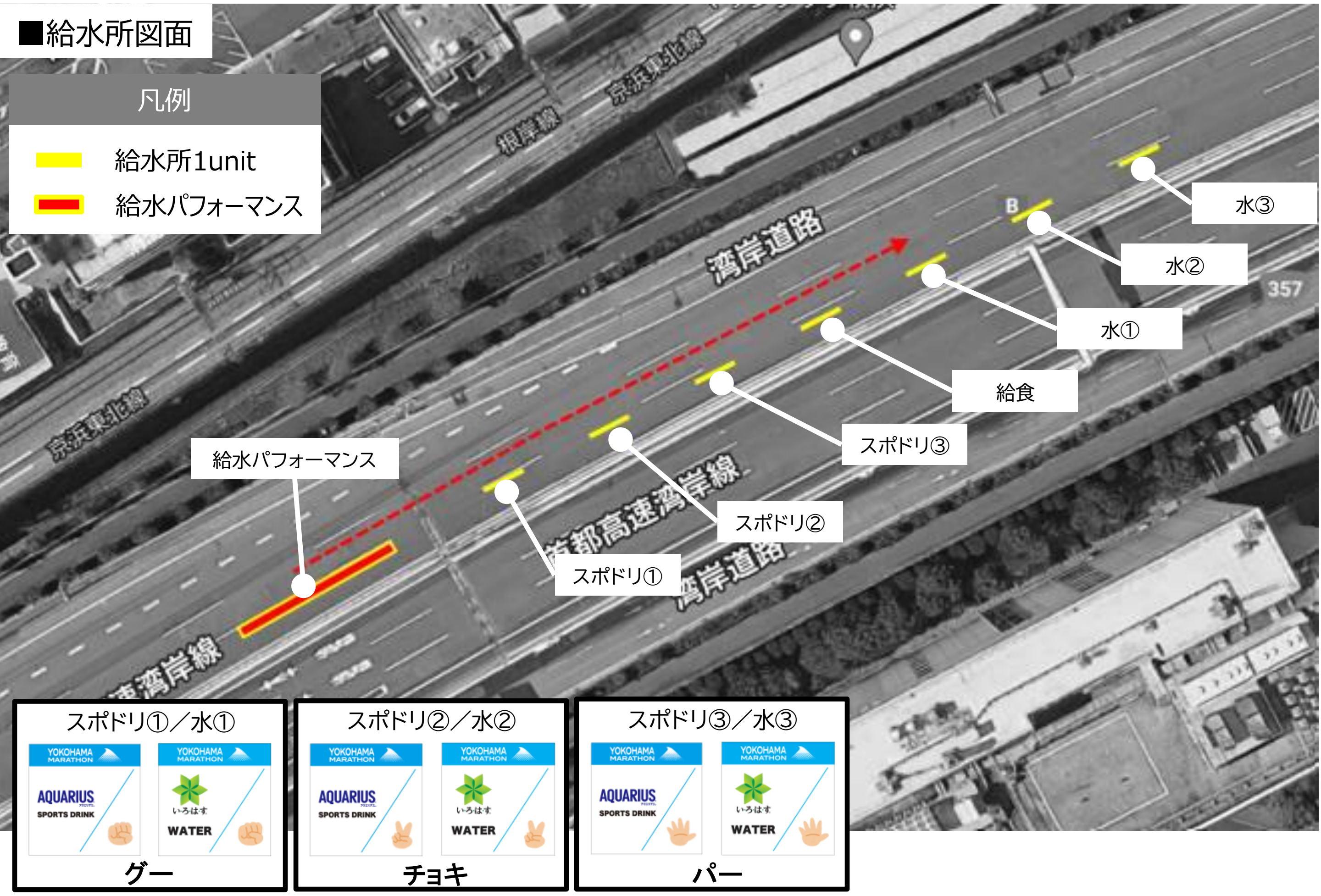
memo

第11給水所　首都高杉田入口付近

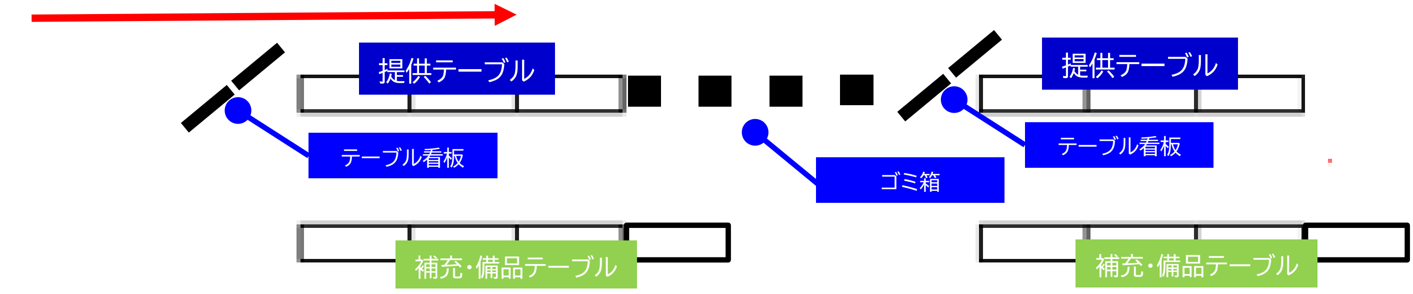
チーフリーダー：

スポドリ①	KDDI	15名	給食①	個人ボラ	9名	水①	個人ボラ	11名
スポドリ②	清水建設	15名	給食②	-	- 名	水②	個人ボラ	11名
スポドリ③	個人ボラ	14名	給食③	-	- 名	水③	個人ボラ	11名

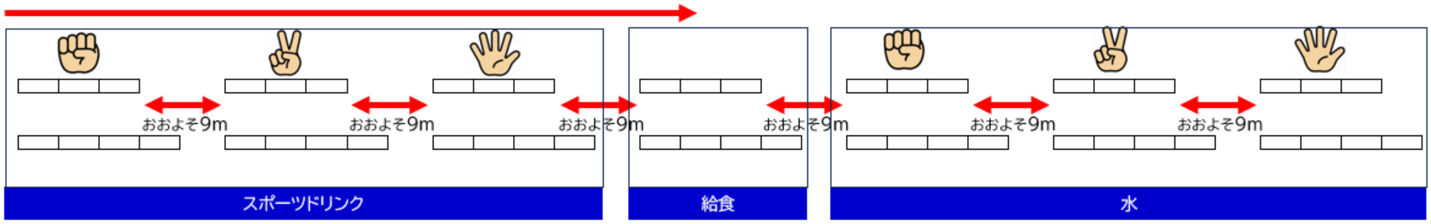
■給水所図面



■テーブル詳細設置



基本テーブル配置　※各島間はおおよそ9mの間隔を取る



★活動手順

①荷降ろし

Ⅰ　テーブルが積まれたかご台車を、所定の位置に運びテーブルを並べる。
・リーダーの指示に従い、怪我に気をつけて作業しましょう！
・移動するときは無理せず、前後２名で運びましょう。

Ⅱ　輸送トラックから降ろされた、かご台車に積まれた物品を所定の位置まで運ぶ。
・リーダーに確認しながら、運ぶ場所を間違えないように！
・手を挟んだり、かご台車に押しつぶされないように気をつけて！
・無理せず、声を掛け合い複数で対応してください。

Ⅲ　消耗品等が入った備品ボックスを各班ごと確認する。
・各班ごとに均等分けされています。
・足りなければリーダーに確認しましょう。

分からないことは恥ずかしがらず、早めにリーダーへ確認しましょう！車の動きには気をつけましょう！

今大会は、ナンバーカードに記載の『グ-・チョキ・パ-』で給水テーブルが分かれます！
ご自身の活動テーブルの表記を確認してください。
『グ-・チョキ・パ-』の並び順は、前ページに記載しています。

②準備→配布

作業前に必ず手洗い！アルコールスプレーで消毒！
ビニール手袋着用後に更に消毒をしてから作業しましょう！

■水班・スポドリ班

Ⅰ　ドリンクをかご台車から降ろし、箱から出して準備をする。
・箱から出して最初に準備をするのは、全体の50%程度で！
・状況に応じ開封してください → **片付けが大変になります**！

Ⅱ　各専用コップを机の上に並べ、ペットボトルから直接注ぎ入れる。
・注ぐ分量はコップ半分程度を目安で入れてください。
・コップはプラスチックダンボールを使用し、3段にセットをします。
→前の方はランナーが取りやすいよう間隔をあけて並べてください。
・ランナーが通過し始めたら、減った分を随時補給しましょう。
→状況に応じ中段、下段を解放してください。

道具は使用前にアルコールスプレーで消毒してから使いましょう！

■給食班

Ⅰ　食品に触れる前には必ず手と道具を消毒してから作業する。
・備品ボックスにはアルコールスプレーや衛生手袋が入っています。
・作業をする際は、消毒と衛生手袋の着用をお願いします。
→作業中に、お手洗い等で衛生手袋を外した場合は再度消毒をしましょう。

Ⅱ　提供物品の準備をする。
・自身の持ち場では何を提供するのか確認しましょう。
・ばんじゅうを使用し、給食物品の提供準備をしてください。
→個包装されているものはそのまま提供してください。バナナは1本渡しです。
・給食物品が減ってきたら随時補給しましょう。

当日は濡れたり、汚れたりしても良い格好でお越しください！
ランナーさんに皆さんの元気も提供しましょう！

★ 活動手順

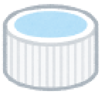
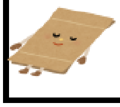
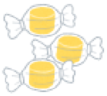
③ゴミの回収

Ⅰ　段ボールゴミ箱を組み立て、４個１セットでテーブル間に設置する。
・ゴミ袋は中に設置し、箱の外側にも覆うように袋をかけてください。
→水に濡れないよう対策をします。

Ⅱ　ゴミ袋がいっぱいになる前に、早め早めにゴミ袋を交換する。
・余裕があるなら、可能な限りコップは潰し詰めて入れましょう。
・あっという間にいっぱいになるので、すぐに交換できるよう準備しましょう。
・落ちているゴミは、無理のない程度に拾いましょう。

Ⅲ　ゴミ袋の口をきちんと縛って、所定の位置にまとめる。
・口の縛りがゆるいと、こぼれ落ちたりして手間になります。
・忙しいときは一旦まとめて、後でゴミ袋を移動しましょう。

分からないことは恥ずかしがらず、早めにリーダーへ確認しましょう！車の動きには気をつけましょう！

紙コップ **中身は捨てて、なるべく重ねる**	**ペットボトル** **ラベルはそのまま、なるべく潰す**	 **ペットボトルキャップ** **まとめて袋に、備品と一緒に**
 **ダンボール** **袋に入れずに、潰してまとめる**	 **プラスチック（包装紙など）** **袋にまとめて、ゴミ回収へ**	**ビン・缶類** **袋にまとめて、ゴミ回収へ**

④給水所の撤収

Ⅰ　ランナーの流れが減り始めたら、徐々に給水規模を縮小する。
・水やスポドリは、不要に箱を開けすぎないよう気をつけましょう。
・リーダーの指示で、班ごとに終了し片付けの準備を始めます。

Ⅱ　最後尾車両通過後、リーダーの指示で完全撤収を開始。
・**<u>歩道側の１車線に荷物をまとめ</u>**、かご台車に備品を積みます。
・まずは机の上のものを片付けましょう。
・余った備品は、元のボックスに戻してください。
・未開封の水やスポドリは箱に戻し、かご台車に積んでください。
→運ばれてきたときと同じようにかご台車に積み込みします。

Ⅲ　周辺のゴミ拾いと使用物品の返却をする。
・紙コップ等が道路に残らないよう、ホウキなどで端に寄せます。
・ゴミ袋に入れ、指定された場所にまとめておきます。
・使用済みの消耗品は廃棄してください。（手袋など）
・かご台車に積まれた返却物品を、トラックのそばまで運びます。
（車への積み込みは運送会社が行います）

Ⅳ　朝来たときと同じように、何もない状態になっているか確認。

Ⅴ　リーダー指示の下、終礼を行います。　<u>おつかれさまでした！</u>

余った物品は、必ず返却してください！ご自身のポケットの中に備品がないか確認しましょう！
活動中、車が来ることもありますので、お互いに注意しながら最後まで活動しましょう！

～最後に～
給水所での活動は大変ですが、ランナーと直接触れ合うことができ、
やりがいのある活動でもあります。
皆さん自身も安全に気をつけ、楽しんで活動してください！
また、当日体調が優れない場合は無理をリーダーに報告し
食品に触れる作業は避けるようにしましょう！

★ ラッキー給食について ★

■ 給水班・給食班 ＜準備・提供＞

Ⅰ　一部の給水所ではラッキー給食を提供する。
　・かご台車にあるラッキー給食物品を確認してください。
　→必ずランナーに提供されるよう確認します。

Ⅱ　給食テーブルの一部を使用してラッキー給食を展開する。
　・作業をする前には消毒と衛星手袋を着用してください。
　・余っているばんじゅうを使用し提供の準備をしてください。
　→物品数に限りがあります。

Ⅲ　決められた時間に限られた個数を提供する。
　・決まった時間に提供するようご協力をお願いします。

分からないことは恥ずかしがらず、早めにリーダーへ確認しましょう！車の動きには気をつけましょう！

▼2023ラッキー給食一例

最新情報は
公式サイトを
チェック

コカ・コーラ
コカ・コーラ

タブレットショコラ
横浜ハンマーヘッド
(VANILLABEANS THE ROASTERY)

横濱ハーバー「ダブルマロン」
(株)ありあけ

味付ゆでたまご「マジックパール」
フィード・ワン(株)

アスリートライス
(株)ミツハシ

サクサク! 噛んで食べる「湘南ありへいとう」
ありへいとう製造本舗
(有)リキ・コーポレーション

黒糖どらやき
横浜元町　香炉庵

横濱煉瓦プチ
(株)鈴音

横濱レンガ通り
(株)ウイッシュボン

サックサク 新食感キャンディ
(株)フレッシュロースター
珈琲問屋

珈琲問屋 珈琲おこし
(株)フレッシュロースター
珈琲問屋

チーズサンド
(株)ガトーよこはま

お江戸の子ブタまん
(株)江戸清

ダイアモンドベーカリー ハワイアンクッキー バタースコッチ
㈱シーエフシージャパン

救護チームからのお願い

意識がない！呼吸がない！このような人を発見し、近くに救護スタッフがいない時は

AED要請番号 080-7442-8844 に電話してください

私がいる場所は

『第11給水所　首都高杉田入口付近』
です。

原則として傷病者への胸骨圧迫は感染症予防の観点から感染症対策をした救護スタッフ行いますが、みなさまのご救護活動協力の際にはそれぞれ感染症対策（マスク等）をしてお願いいたします。

ご協力に心より感謝いたします

救護活動の一助としてあなたの目（観察力）が必要です。2022大会は新しい救護体制の基、**オールスタッフで安全な大会づくりを目指します。みんなで参加！みんなで助ける！**

横浜マラソンではボランティア・スタッフ合わせると12,000名以上の方々に支えられています。
その12,000の目を集結した新しい救護体制で臨みます。

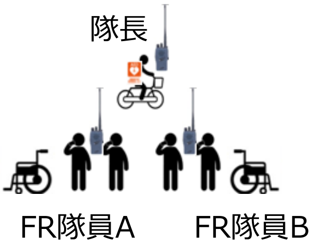
12,000人のオールスタッフの目

傷病者発見　近くに赤い救護スタッフがいない

- **緊急　意識がない！呼吸してない！（変な呼吸も含む）**
- 大声で助けを呼ぶ みんなで助け合い
- **AED要請番号に電話**
- ボランティアの○○です。○○ブロックの○番でランナーが倒れてます。至急AEDをお願いします
- **119に電話**
- 横浜マラソンで傷病者が発生しました ○ブロックの○番へ救急車をお願いします
- 救護スタッフ到着
- ありがとうございました❤

- 意識もある 喋れる
- 救護スタッフを探してください（待機位置はマニュアル）
- 救護スタッフを現場に連れて行ってください
- ありがとうございました❤

近くに赤い救護スタッフがいる

- 救護スタッフを呼ぶ
- ありがとうございました❤

FR隊（ファーストレスポンダー）61チームがAED/無線機を持って待機しています。
マニュアルにプロットしてあるあなたの近くのFR隊員の待機位置を確認しておきましょう！