



# After Surgery Fun Run

## ボランティア募集中

何度もリピートされるボランティアの方が多くいらっしゃいます。ボランティア説明会をオンラインで実施します。初めての方もぜひご参加ください。

申込みはQRから▶  
[https://questant.jp/q/ASFR2026\\_v\\_](https://questant.jp/q/ASFR2026_v_)



# 5/2026 日 10

## in豊洲

### 参加費 無料



# 心臓手術をした人も一緒に ジョギング&ウォーキング大会

## After Surgery Fun Run 2026 TOYOSU



多くの医療関係者、ボランティアと一緒に「のんびり、ゆっくり、休み休み」それぞれのペースでジョギングやウォーキングを楽しむスポーツ大会です。体力測定やクイズ、交流会などいろいろな楽しみが盛りだくさんです。2017年から始まり、10年目の開催になります。

### 日時(予定)

2026年5月10日(日)  
11:30 開場(ウェルカムイベント)  
13:00 ジョギング&ウォーキング大会  
16:30 交流会(事前登録)  
17:45 終了

### 対象

手術後に運動を楽しみたい方、ご家族の方、ご高齢の方、お子様、他どなたでも参加できます。

### 場所

江東区立豊洲西小学校校庭&校舎、昭和大学江東豊洲病院大講堂&敷地および周辺公園

申込みはQRから



[https://questant.jp/q/ASFR2026\\_a](https://questant.jp/q/ASFR2026_a)

裏面の申込書をFAXでもメールアドレスを忘れずにご記入ください。



公式情報

[Webサイト] <https://www.asfr-japan.com/> [公式facebook] <https://www.facebook.com/AfterSurgeryFunRun/>  
[公式X] @AfterSurgeryFR [公式Instagram] <https://www.instagram.com/aftersurgeryfunrun/> [公式note] <https://note.com/asfr>

● 主催：一般社団法人 After Surgery Fun Run 協会  
● 後援：東京都江東区、公益財団法人江東区健康スポーツ公社、昭和大学江東豊洲病院、一般社団法人日本循環器協会、一般社団法人心臓弁膜症ネットワーク  
■ お問い合わせ [asfr.japan@gmail.com](mailto:asfr.japan@gmail.com)

## 参加申込書

### 1. 参加する部門・コースを教えてください。

- ウォーキングの部  
ジョギング休み休みコース(約30分、休みながら歩きながら走る)  
ジョギングのんびりコース(約30分、8分30秒/kmのペースでのんびり走る)  
ジョギングゆっくりコース(約30分、7分30秒/kmのペースでゆっくり走る)  
ジョギングレインボーコース(5分~7分/kmのペースで5km走る)  
交流会(ウォーキング終了して休憩後。16:30~17:45予定)

### 2. あなた(参加される方)のお名前と連絡先を正確にご記入ください。

(当日の保険加入に必要なになりますので、ご住所もご記入ください。)

お名前[必ず回答]	年齢[必ず回答]	eメールアドレス
フリガナ[必ず回答]	歳	電話番号
郵便番号 住所(連絡先)(例:東京都〇〇区▲▲1-3-5)		
緊急連絡先 [お名前]		[電話番号]
昭和医科大学江東豊洲病院の患者様の場合は 診療科・担当医師をご記載ください。		

### 3. 心臓手術経験の有無 ない ある ※ある場合⇒いつ頃、どちらのどのような手術でしたか?

手術年月( 年 月) <手術内容>

### 4. 5月10日当日の参加に、ご同伴者がいらっしゃいますか。

- 同伴者はなし(一人で参加) 緊急連絡先に記載した方が一緒に参加  
別に申し込んだ方と一緒に参加 緊急連絡先以外の方が一緒に参加(お子さまとか)

### 5. (ご同伴者がいらっしゃる場合)一緒に参加される方のお名前、年齢、ご本人との関係をお知らせください。

※参加証を別に送付される(同居されていない)場合は住所もご記載ください。

[お名前] [年齢] [ご本人との関係] [住所]

### 6. 今回の参加は何回目ですか? 今回が初めて 2回目 3回以上

### 7. 参加に当たってのメッセージをぜひお書きください。(お名前を出さずにWebサイトなどでご紹介させていただく場合もございます。) その他伝えておきたいことがございましたらご記入ください。

<メッセージ・その他>

### 8. 大会規約、感染症対策への同意/了解を必須でお願いします(必ずお読みになってご参加ください)

同意/了解する

WEBでの申込み



[https://questant.jp/q/ASFR2026\\_a](https://questant.jp/q/ASFR2026_a)

LINEお友達登録



上記QRコードを読むと公式LINEに登録できます。  
不定期ですが、活動情報をお届けします。

#### 大会規約

- 一般社団法人AfterSurgeryFunRun協会主催「ジョギング&ウォーキング大会」は国内の関連するすべての法律を遵守し、実施するものとします。
- 主催者は疾病や紛失その他の事故において一切の責任を負いません。開催中の事故についての応急措置は行いますが、以降の責任は負いません(スポーツ障害保険に加入しますが、内科疾患による入院等については保険の適用はできません。)
- 参加者は、事前に医師による健康診断を受け、自己責任において健康状態を把握して参加してください。
- 参加者は主催者の指示に従ってください。
- 参加時の映像・写真・記事・記録などのテレビ・新聞・雑誌・インターネットなどへの掲載権と肖像権は主催者に属します。
- 主催者は個人情報の重要性を認識し、個人情報保護に関する法律・関連法令を厳守し、これを取り扱います。お預かりする個人情報は、参加者への連絡、次回開催の案内、協賛・協力・関係各団体からの情報提供、記録管理、保険、診療などに利用します。

#### 感染症対応

1.発熱者は参加できません。・当日、家で体温を測って、37.5度以上の場合は参加を取りやめてください。・当日、受付で体温を計測させていただき、37.5度以上の場合等、参加をお断りする場合がございます。 2.マスク着用は個人の判断とします。 3.飲食は禁止です ※会場では運営者の指示に従ってください。

お申し込み受付後、4月末に郵送またはメールにて当日の案内を送ります。

■ 送信先 FAX 番号 : 03-5159-8317 ■ メール [asfr.japan@gmail.com](mailto:asfr.japan@gmail.com)

※ 郵送の場合 〒104-0061 東京都中央区銀座 1-22-11 銀座大竹ビル4階 (株)マーケティングアンサーズ内  
ASFR 事務局 ☎ 03-5159-8318 (不在の場合あり)