

愛・地球博協賛 2005ITUトライアスロン世界選手権蒲郡大会

きりよの

デイス イズ

This is トライアスロン



万博へいこう!

脂肪燃焼運動の横綱

よく「トライアスロン＝鉄人レース」と言われます。これは、ハワイで開催されるアイアンマン（鉄人）レースからきているものだと思います。このレースは、「スイム 3.9km+ バイク 180km+ フルマラソン（42.195km）」で行われます。競技時間は、なんと8時間以上！気の遠くなるような距離ですよ。私も元アイアンウーマンなのですが、今思うと、なぜあんなことができたのかとても不思議です（笑）。

実は、トライアスロンの距離は、大会によっていろいろなのです。今はオリンピックディスタンスといわれる「スイム 1.5km+ バイク 40km+ ラン 10km」が主流になっています。昨年のワールドカップ蒲郡大会の男子優勝者のタイムは1時間58分。そのすべてが脂肪燃焼運動なのです。

最近、お腹の周りを見て、ため息をついているあなた。プールで泳いで、ママチャリに乗って、最後はジョギング（またはお散歩）をすれば、あなたも立派なトライアスリート！1種目ではすぐに飽きてしまいましたが、3種目もあると気分も変わって楽しいですよ。ぜひチャレンジしてみてください。ただし、4種目（ケーキやビールなど）がメインにならないように注意してくださいね。

会場へ持ち込めない物

Q: 万博会場に飲食物は持ち込んでもいいの？

A: 会場内へは、安全確保・テロ対策の観点から火薬類・刃物類などの危険物のほか、次に掲げるものについては、全面的に持ち込み禁止となっています。

1. ペットボトル、瓶、缶類
2. 酒類

会場内の秩序維持の観点から、会場内持ち込みについては全面的に禁止します。（会場内では飲食施設などの指定場所に限り販売いたします。）

3. 弁当

食中毒対策などの一環として、小中学校、幼稚園および保育園の遠足で、引率者の監督の下に持ち込まれる弁当以外は、会場内への持ち込みを禁止します。

なお、会場内では飲食施設（38店舗）のほか、各店舗でのテイクアウト、コンビニエンスストアでの弁当などの販売をご利用いただけます。

水筒および紙容器入り飲料

ご来場者の健康への配慮の観点から、各入場ゲート前にて手荷物開披検査を受けていただいた上であれば、会場内へお持ち込みいただけます。



きりよ
鈴木貴里代（写真右）

日本トライアスロン連合技術副委員長
アテネ五輪トライアスロン競技公式審判員

（写真左はアテネ五輪トライアスロン競技日本代表の関根明子選手）

愛・地球博（愛知万博）開幕まで、あと50日を切りました。「万博へいこう」では、万博に関する情報をQ&A方式で皆さんにお知らせします。

企画調整課

66 1162