



2020 はむらサポーター “スペシャルサポートメンバー” 募集！

羽村市から東京 2020 大会を盛り上げていくため、市主催の東京 2020 大会関連イベントをサポートする活動（PR グッズ配布、ポッチャ体験のサポートなど）に参加するボランティアを募集します。

一緒に活動して、たくさんの人と意思をつないでいきましょう！

期 日	イベント名	会 場
5 月 17 日(日)	健康フェア	ゆとろぎ
6 月 6 日(土)	環境フェスティバル	ゆとろぎ
6 月 21 日(日)	はむら夏まつり	羽村駅東口周辺

※活動はいずれも 3 時間程度、無償で行っていただきます。

※詳しい活動時間は、市内公共施設で配布するチラシや市公式サイトを確認してください。

対 象 市内在住・在勤・在学または市内で活動する団体に所属している中学生以上の方

※未成年者は保護者の同意が必要

定 員 各イベント 5 人程度

申込み・問合せ 希望するイベント 1 週間前までに、申込書に必要事項を記載し、ファクス、E メール、または直接、東京オリンピック・パラリンピック準備室④344 へ

FAX554-2921 ☐ s109000@city.hamura.tokyo.jp

※申込書は、市内公共施設で配布するチラシ裏面にあるほか、市公式サイトからダウンロードすることもできます。



▲市公式サイト



オリ・パラ通信 36 セーリング・トライアスロン・水泳



飛込…飛板や飛込台から空中に舞い、入水するまでの一連の動作の美しさを競います。ダイナミックな回転や、水しぶきの少ない入水など、2 秒間の演技は

水泳

間…フィニッシュします。

飛込…飛板や飛込台から空中に舞い、入水するまでの一連の動作の美しさを競います。ダイナミックな回転や、水しぶきの少ない入水など、2 秒間の演技は

トライアスロン

がセーリングの醍醐味です。

小型のセールボートに乗り、セール（帆）に受ける風で、海面に設置されたブイを決められた回数・順序で回りながら着順を競います。向かい風や横風の場合はジグザグに走ったり、時には大胆な方向転換をするなど、必ずしも最短コースが速いわけではありません。風という自然の力を使いながら、他のボートと競い合う緊張感こそがセーリングの醍醐味です。

セーリング

東京 2020 オリンピック全 33 競技のうち、セーリング・トライアスロン・水泳の見どころなどを紹介します。

目が離せません。マラソンスイミング…海などで行われる水泳のマラソンです。男女ともに 10 km 泳ぎます。途中で給水しながらの約 2 時間に及ぶ耐久レース。ラスト 3 km を切ったところから始まる、先頭集団によるデッドヒートに注目です。

競泳…一定の距離を決められた泳法（自由形、背泳ぎ、バタフライ、平泳ぎ）で泳ぎ、タイムを競います。特に 1 人で 4 泳法を泳ぐ個人メドレーのスリリングなレース展開は見応え十分です。

アーティスティックスイミング…音楽に合わせてプールの中でさまざまな動き・演技を行い、技の完成度や芸術性などを競う女子のみの競技です。次々に繰り出される新しい技に注目です。

水球…ゴールキーパーを含めた 1 チーム 7 人の選手たちが、試合中一度もボールの底に足をつけずにプレーし、ゴールを狙う水中の球技です。スピード感あふれる展開と激しい肉体のぶつかり合いは迫力満点です。

問合せ 東京オリンピック・パラリンピック準備室④345

東京 2020 大会期間中の 交通混雑緩和にご協力を！

期 間中の取組み

東京 2020 大会期間中は、延べ 1,000 万人以上の人々が東京を訪れるため、競技の時間前後に鉄道や道路の混雑が予想されます。大会期間中の交通混雑に備え、次の取組みにご協力をお願いします。

★生活用品の買い置き

★大会期間を外した宅配

★時差出勤

★テレワーク

※テレワーク…情報通信機器などを利用してオフィス以外の場所で働くこと

★計画的な休暇の取得

★混雑するルート・時間の回避

<取組みをお願いしたい期間>

7 月 20 日(月)～ 8 月 10 日 (月・祝)

8 月 25 日(火)～ 9 月 6 日(日)

交 通対策

大会期間中は、次のような対策が実施されます。

★進入禁止エリア（会場周辺）や大会関係車両専用レーンなどの設置

★高速道路における交通量の調整（交通状況に応じた入口閉鎖など）

<首都高速道路の料金施策について>

下表のとおり、夜間の料金割引および日中時間帯の料金上乗せが実施されます。

	①夜間割引	②料金上乗せ
時間帯	午前 0 時～ 4 時	午前 6 時～午後 10 時
料 金	5 割引	1,000 円上乗せ
対 象	ETC 搭載車	マイカーなど

適用期間：7 月 20 日(月)～ 8 月 10 日 (月・祝)
8 月 25 日(火)～ 9 月 6 日(日)

※「障害者手帳の保有者が運転・同乗する車両」および「福祉関係車両」は、ETC 搭載車に限り料金上乗せの対象外となります（5 月 22 日(金)までに東京都への事前申請が必要です）。

<東京 2020 大会開催期間>

オリンピック 7 月 24 日 (金・祝) ～ 8 月 9 日(日) パラリンピック 8 月 25 日(火)～ 9 月 6 日(日)

詳しくはウェブサイトをご覧ください。



◀混雑緩和対策・交通対策についてのウェブサイト



◀首都高速道路の料金施策のウェブサイト

問 合せ

東京都オリンピック・パラリンピック準備局輸送課 ☎ 03-5320-7732

■大会期間中の交通対策について

東京 2020 組織委員会 ☎ 0570-09-2020

■首都高速道路の料金施策について

東京都都市整備局街路計画課 ☎ 03-5388-3390

■東京 2020 大会について

羽村市東京オリンピック・パラリンピック準備室④345



© Tokyo 2020