

# 公式掲示板

## 506 小径



## 507 不明瞭な小径



道が倒木によって一部見えづらい場合がありますが、倒木の先に道が続いていることを確認しています。そのままお進みください。倒木は地図には反映しておりません。



### 311 井戸、噴水、水槽



危険防止のために青テープや柵で囲われた井戸があります。この特徴物の側にコントロールが設置されている場合がありますが、井戸本体には絶対に近づいたり覗いたりしないでください。





#### 406 藪（速度低下）

#### 407 藪（速度低下、見通し良好）

#### 408 藪（走行困難）



昨年度の積雪の影響で、藪がなくなった箇所や薄くなった箇所が見られます。コントロール円の周辺やルート上重要な箇所は軽微な修正を施しておりますが、地図上の全範囲ではありません。

#### フィニッシュ誘導

一部のクラスにおいて、ラストコントロール→フィニッシュの誘導を逆にたどるルートをとる可能性があります。誘導を逆にたどっても失格ではありません。しかし、フィニッシュに向かう選手と接触することがないように注意して走行してください。

#### フィニッシュ円の位置

コースのレイアウトの関係上、地図上におけるフィニッシュの円の位置が実際の位置と異なります。ラストコントロールからのテープ誘導に従ってください。複雑な誘導ではありません。

#### 用水路周りの立ち入り禁止看板

トレイン内に柵と有刺鉄線で囲われた用水路が存在します。この柵は地図上に記載がありませんが、水路内には立ち入らないでください。また、柵の周辺における道上に「はいってはいけません」「関係者以外立ち入り禁止」等の看板がついたロープが張ってあります。ロープを超えて通過することを禁止します。

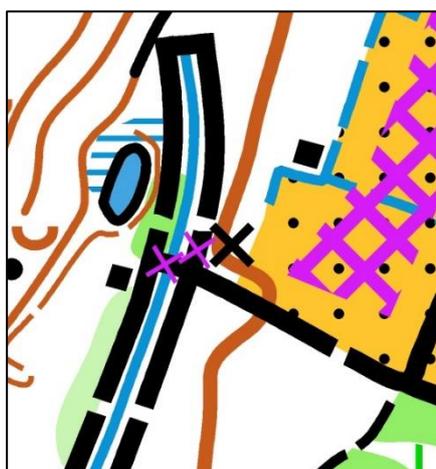




## 地図上での対応



↑①用水路周りの原図



↑②立入禁止看板の箇所（×印2つ）



↑③実際の地図の表記

現地における立ち入り禁止看板の位置および競技の公平性を考慮して、地図の表記を③のようにしております。立ち入り禁止箇所には絶対に入らないでください。なお、中高生のクラスにおいて用水路を通ることで競技上有利になることはありません。

## ヤマビル

5/19の下見時点では確認されませんでした。例年6月以降はヒルが確認されています。ヒルによる被害は吸血です。吸血の際に、吸血時の痛みをなくし、血液の凝固を妨げる「ヒルジン」という物質を出すため、本人は吸血されていることに気づかず、吸血後傷跡からタラタラと出血が続きます。

出血が原因で生命に関わることはありません（やがて出血は止まる）が、ごく稀に傷口から細菌類による感染を起こし、じんましんや発熱などの症状をきたす場合があります。



## ヤマビル対策

長袖長ズボンなど肌の露出を抑えた服を着る。**長袖・スポーツタイツを強く推奨。**

靴と靴下の隙間を小さくする。

靴下一枚だと布の上から噛んで吸血するので、**靴下を二重にする**。厚めの靴下だと効果大。

足元・足首にヤマビル専用の忌避剤（主成分は虫除けと同様ですが、忌避効果の持続性を高めたもの）を塗布する。忌避剤は運営側で会場とスタート地区に用意します。

あら塩を靴・靴下・足首（スポーツタイツの裾）等にしりこむ。

など



## ヤマビルに噛まれたら

フィニッシュ後に被害がないかチェックをしてください。吸血しているヒルはすぐに除去する。無理にとってもかまいませんが、火を近づけたり塩をかけたりすれば簡単に取れます。ヒルに噛まれた部位は、傷口から血を押し出すようにして、血と一緒にヒルジンなどの成分を流し出すと治癒が早いです。**フィニッシュの少し先の計ゼン（練習会拠点）と会場に塩を用意します。**

引用元：<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/t4i/cnt/f986/p10106.html>

ご一読ください。

## マダニ

5/8の試走時にマダニが確認されています。マダニの吸血による痛みなどはほとんどありませんが、マダニが媒介するウイルスによる感染症にかかる場合があります。



## マダニ対策

長袖長ズボンなど肌の露出を抑えた服を着る。**長袖・スポーツタイツを強く推奨**。マダニはヒルと違い服の上からは噛めません。ただし、その小ささゆえに隙間から服の内側に入り込み、脇の下・膝の裏・陰部などの皮膚の薄い場所を狙って噛んで吸血します。肌の露出を抑えたうえで極力隙間を生まないことを推奨します。

## マダニに噛まれたら

フィニッシュ後に被害がないかチェックをしてください。ヒルと比較してマダニに噛まれたことに気づくことは難しいです。肌が露出している部位を確認し、マダニが肌の上に乗っているだけの場合は速やかに落としてください。ただし、マダニが既に皮膚を噛んでいる場合は、払ったり引っ張ったりしても落ちないことがあります。このとき無理に除去しようとする、マダニの頭だけが皮膚の中に残り、マダニが媒介するウイルスによって感染症にかかる場合があります。この場合は、**皮膚科を受診して周りの皮膚ごと切除してもらってください**。マダニは膝の裏や股間などの柔らかく湿った場所を狙って噛んでいる場合があります。帰宅後シャワーを浴びる際に全身をチェックしてください。よくホクロやかさぶたと見間違えられます。

参考：[https://www.earth.jp/gaichu/wisdom/madani/article\\_001.html](https://www.earth.jp/gaichu/wisdom/madani/article_001.html)

ご一読ください。

## ハチ

湿地や池の周辺などの水辺にハチがいる場合があります。十分に注意してください。ハチの集団や巣を見つけた場合には、ハチを刺激しないよう速やかにその場を離れてください。フィニッシュ後、運営者に報告をお願いします。コントロール円の近くやルート上の重要な箇所において大量のハチを目撃した場合は、競技を中断して運営者に報告願います。また、ハチに刺されて重体となっている人がいれば、競技を中断して救護を優先してください。

## 練習会参加者へ

拠点の舗装区域に荷物置き場としてブルーシートを用意します。**青空会場で、トイレはありません**。会場で**事前に着替えておくことをオススメ**します。また、ヒルやマダニが荷物の中に入り込む可能性もあるため、**荷物を入れる大きな袋（ゴミ袋等）を用意することをオススメ**します。雨除けにもなります。