

山形オリエンテーリング大会 2023（スプリント競技・ナイト競技・蔵王温泉）で起こりうるリスクと対策

地図調査や試走で長い期間滞在して感じたことをまとめました。

大会参加者の方は必ずご一読をお願いします。（特に赤字の部分が今回のテレインの特記事項です。）

① 他者との接触・衝突

競技走行中は他の競技者や競技者以外の歩行者等との接触・衝突のリスクがあります。建物等により見通しの悪い場合があり、出合がしらの衝突なども起こりえます。万一、接触・衝突してしまった場合は、必ず大会運営者へ申し出てください。

→蔵王温泉街は坂が多く、勢い余って交差点に飛び出さないように十分ご注意ください。また見通しの悪い箇所が多数あります。スタッフを配置していますので、必ずスタッフの指示に従ってください。

→ルートチョイスに関係上、どうしても細い道で入れ違いになるパターンが多いです。選手同士の接触にもご注意ください。

② 自動車・自転車との接触・衝突

道路等を走行する場合は、自動車や自転車との接触・衝突のリスクがあります。大会主催者は、コース設定において配慮を行い、危険個所の明示や事前広報の実施等によるリスク低減に努めますが、ご自身でも周辺状況に注意してください。

→観光地ですが、住民の方も生活していますので車一台分ほどの細い道でも車や原付が通行します。細い道でも油断せずに競技してください。

→道路は常に端を通行するように心がけてください。

③ 高速走行と高い身体負荷によるケガ・疾病

スプリント種目は高速で走行することが要求されるため、急激に身体負荷が高まります。路面が固かったり雨で滑りやすくなっていたりすると、転倒の際に強度の打撲傷・骨折等を負うリスクがあります。ケガや心臓血管系の疾患を避けるためにも、競技前後には十分なウォームアップおよびクールダウンを行ってください。体調に異変を感じた場合はすみやかに競技を中断してください。

→坂と階段が非常に多いです。コースもアップダウンが激しいものとなっています。

→下り階段で地図読みに集中しすぎないようにご注意ください。

→ナビゲーションの妨げにならない範囲で地図上には施設名とAED設置場所が記載されています

④ 脱水症状・熱中症

暑い時期、直射日光にあたる場合、湿度が高い場合に激しい運動を行う場合、十分な水分の摂取を怠ると、脱水症状になり熱中症を発症するリスクが存在します。競技前後にはこまめに十分な水分摂取を行ってください。

→競技中の給水所は設けない予定です。競技前に十分な水分補給を行ってください。

⑤ 器物損壊

走行中の接触・衝突等により、生垣、柵等の人工物等を損壊しないよう注意してください。万一、損壊してしまった場合は、必ず大会運営者へ申し出てください。

→トレイン内は人工物だらけです。大変なことになるので絶対に破壊しないでください。

⑥ 動植物によるリスク

昆虫類（蜂など）に刺されたり噛まれたりする可能性、植物にかぶれる可能性などがあります。動物類については、主催者の提供する情報を参考に対応してください。また、肌の露出を少なくすることを推奨します。

<動物に関して>

→クマ、イノシシの生息が確認されています。ナイト競技の際はクマ鈴を携行してください。

→設置や試走時、トップスタート前に爆竹を使用し、できるだけ追い払います。

<虫に関して>

→ハチの生息が確認されています。（生垣や植え込み付近でよく見る気がします。）

大会までにハチの巣を見つけた場合はコース変更などの対処を実施しますが、トレイン全体を網羅することは厳しいことをご承知おきください。

→ハチの音が聞こえた場合はすぐさま姿勢を低くしてその場から離れてください。その後しばらくじっとして様子を見て、それでもハチが追いかけてきたら完全にロックオンされているので全速力で逃げてください。（経験談）

→ハチに刺された場合はすぐさま競技を中止し、最寄りの救護所か会場までお戻りください。状態によってはすぐに救急車を呼びます。エピペンをお持ちの方やエピペン処方を受けることができる方は持参を推奨します。

→ハチ刺されが発生した場合はコースの短縮、以降の出走の停止をする可能性があります。

⑦ ナイト競技に関して

ヘッドライトを必ず装着してください。(携帯電話、懐中電灯など片手が塞がるようなものは不可)

⑧ 道迷い

現在地を見失った場合は、周囲の大きな道路や林道に出ることなどで比較的容易に現在地を把握できる可能性があります。必ずフィニッシュ閉鎖時刻までにフィニッシュへ戻ることを意識してください。

→ナイト競技では主にスキー場を使用します。基本的には開けたところのみ走行しますが、一部森林内も通行します。万が一の際に現在地が把握できるストッパーがない箇所に関しては、スタッフを配置しています。

⑨ 救護について

大きなけがや捻挫、体調不良などによって自力での移動が困難になる可能性があります。連絡手段が乏しいことなどから、救助を行うために現場に到達するのに時間がかかる場合があります。万が一動けなくなった場合は、大声を出すなどして、他の競技者に救助を求めてください。笛の携帯を推奨します。携帯電話・スマートフォンは、競技においては他人との情報交換や位置情報を取得する目的での使用は禁止されていますが、安全管理上主催者が携行を許可・推奨する場合があります。携帯電話を携行している場合は、ただちに地図に記載されている緊急連絡先に連絡してください。

救助対象者を発見した場合は、ただちに競技を中止し救助対象者の救護を開始してください。

→今大会では安全管理目的に限っては、携帯電話の携行を禁止しません。

→テレイン内の電波状況は良好です。

【参考】ナビゲーションスポーツのための安全ガイド (日本オリエンテーリング協会)

https://www.orienteering.or.jp/archive/JOA_safety_manual2022ver.5.pdf