

オリエンテーリングは危険なスポーツである。たった一人で森の中でハードな運動をする。自然の中には予期せぬハザードもある。何かあった時それを見ている人がいないかもしれない。実際、ここ5年の間に2件の心不全による死亡事例があった。高齢者の崖からの転落死も発生している。若い人でも、ひやっとした体験がある人も多いはずだ。

私自身、2mほどの落差を身体の制御不能な状態で溶岩の上に落下し、その0.5秒ほどの間に「頭、打たないといいな」と願った記憶がある。幸いなことに、きれいに肘が岩の隙間にはまり大きなダメージはなかったが、今でも肘関節の奥が痛むことがある。

練習中ではあるが、倒木のとがった木の根にぶつかって、一瞬、ユッコラ（フィンランドの有名なリレー）で2001年に発生した事故のことが頭をよぎったことがあった。2009年には同様な事故が世界選手権のリレーで発生している。この時も優勝を捨てて助けたフランス、チェコ、ノルウェーの選手がいなければ、失血死していただろうと言われていた。

主催者として予見すべきリスク

大会にはどのようなリスク（危険・トラブル）があるだろう。この先を読む前に、まずは自分が大会主催者になったつもりで考えてみてほしい。下のようなマトリクスにしてみると、考えやすいだろう。また、リスクが書き出せ

たら、それぞれに重大性と起こりやすさを考えてみてほしい。

リスクが明確になったら、重大性や可能性を考えながら、優先順位をつけて対応しておく必要がある。

参加者に何を伝えるか？

リスクの中には、主催者が独自に防止できるものもあるが、参加者の協力がなければ防げないものもある。このようなリスクに関しては、参加者に周知するとともに、防止のための行動を示す必要がある。調査結果はないものの、一般にオリエンテーリング愛好者は、こうしたリスクについて無頓着なように思える。私自身、40歳前後から骨折、7針縫うけが、頭部の打撲等、重大なけがをするまでは、オリエンテーリングを危険なスポーツだとは思わなかった。しかし、オリエンティア全体が高齢化したこともあって、これからもけがのリスクはさらに高まるだろう。

もちろん、若い人にもリスクはある。主催者からの情報提供や教育の過程で十分にリスクについての認識を深めていないように思える。そもそも若いオリエンティアは「オリエンテーリングが（不確定要素の多い）自然の中で行われるスポーツである」という認識を持っているだろうか？かつては雪の中を薄手のウェアだけで走って低体温症で動けなくなって救助される参加者もいた。自然の中で行うスポーツとして、こんなことがある。それに対してこんな注意が必要である。指導者としてはそれを確実に伝える責任がある。

主催者の強制力

上着を忘れた参加者が、上半身裸でスタートに現れ「自分の責任で出走しますから」といった。確かに本大会のプログラムには、「服装は原則として自

由である」とあった。あなたがスタートの役員なら、どう対応するだろう。

昨年の早稲田大会で実際にあったできごとである。よくこうした場面で「自己責任」という言葉が語られ、それが主催者の一種の逃げ道にもなり、また参加者の権利の主張につながることもある。しかし、この場合、本当に自己責任と言えるのだろうか。確かに、万が一これが事故につながり訴訟になったとしたら、法廷では本人の不注意が問題になるだろう。しかし、大会で起こった事故として確実に主催者とオリエンテーリングにはなんらかのダメージがある。また裸で走っている人がいたという事実は、次回以降の大会開催に悪影響を与える可能性もある（少なくとも地域住民が見たらよい感情を持たないだろう）。こうした派生的な影響について、本人は責任の取りようがない。このような参加者に対して、主催者は一定の強制力を発揮すべきであろう。大会主催者には、予見される事故を防ぎ、参加者に一定の安全を提供する義務があるが、その義務は強制力を発揮する権利によって支えられている。

ファーストエイド

リスクがわかれば、主催者が何を備えるべきかがわかる。具体的に考えると、救急用品として何を準備すべきだろうか。また、救急法として何をマスターしておくべきだろうか。一般に救急法というと、心肺蘇生法が思い浮かび、それが教えられることが多い。もちろんそれも必要なことのひとつであるが、オリエンテーリングで発生するけがのほとんどは外傷である。また、野外で行うオリエンテーリングでは、搬送という問題がつきまとう。捻挫や打撲にどう対処するか、そのために何がいるか。そんなことを日頃から考えておきたい。

捻挫や打撲などの外傷への対応：ICEの原則

- I: アイシング：冷やす
 - C: コンプレッション：圧迫（し、内出血を抑える）
 - E: エレベーション：挙上（し、内出血を抑える）
- これにR: 安静にする、を加えてRICEの原則と呼ぶこともある。

	生命に関するリスク			その他のリスク		
	リスク項目	重大性	可能性	リスク項目	重大性	可能性
主催者に起因						
参加者に起因						
第三者に起因						

	生命に関するリスク			その他のリスク		
	リスク項目	重大性	可能性	リスク項目	重大性	可能性
主催者に 起因	危険箇所の見落とし、危険箇所の指示不足・忘れ 危険箇所へのコース設定	◎	○	設置ミス・地図印刷のミスなど 技術的な失敗 スタート時刻の遅れ	◎	◎
		◎	△		△	◎
参加者に 起因	転倒・転落によるけが 道迷い 枝・木への衝突 枝等による目のけが 熱中症 低体温症 動植物の害	◎	○	立ち入り禁止エリアへの進入	□	◎
		○	○			
		□	○			
		□	○			
		□	□			
		□	□			
		○	□			
第三者に 起因	交通事故 犯罪行為 衝突	○	□	地元からの開催へのクレーム 自然保護団体からのクレーム フラッグ等への悪戯 活動者からのクレーム	□	□
		◎	△			
		□	□			

重大性、可能性はおおざっぱに◎○△で記入。テレインによる大きな差があるものは□で示した。

これらは一般的なリスクを例示的に示したもので、具体的なテレインや参加者、大会の性質によって異なることを留意されたい。

おしまいに

31回、約5年間にわたり連載された指導者講座も今回を持って終了いたします。長い間のご愛読ありがとうございました。旧来から言われてきたことの補足ももちろんありますが、スポーツ指導者としてのオリエンテーリング指導者の養成の中で欠けていた視点を数多く提供することができたのではないかと思います。皆様の指導員活動のお役に立てば幸いです。

(村越 真)