

・ 基本的な心得

はじめに

トライアスロン(Triathlon)とは、水泳(スイム)・自転車(バイク)・マラソン(ラン)の3つの競技を連続して行うスポーツ競技のことです。通常この順番で行います。語源はギリシャ語で数字の3を意味するtriに「競技」を意味するathlonを合わせたものです。

一般的にトライアスロンと聞くと鉄人レース(超長距離レース)だと連想されますが、実は長短いろいろな距離のレースがあります。

今回開催される大会は、ミドルディスタンスのスイム2km・バイク80km・ラン20km(個人の部・リレーの部)と、スプリントディスタンス(女性の部)スイム600m・バイク20km・ラン6kmです。

みなさまにお願いするボランティア活動は、このレースを直接支える重要な役割を持っており、決して裏方などではなく、レースの補佐という表舞台で必要不可欠な存在です。

みなさまの選手に対する心配りでこの大会とふるさと福山の印象を大いに高めましょう。

気をつけること

- ◆暑い時期です。熱中症や日射病に気をつけ、日傘・帽子と水筒を持参しましょう。
- ◆支給された昼食(弁当)は必ず早めに食べ終わってください。決してお家に持って帰らないでください。食中毒防止の為、回収いたします。
- ◆選手の中には競技に熱中し過ぎたり疲れが原因で理性を失って、みなさんにひどい言動をする人がいるかもしれませんが、腹を立てず、広い心でやり過ごしてください。選手の悪質な言動は、ペナルティの対象となり、成績に反映させますので、レースナンバー(ゼッケン番号)と言動の具体的な内容を責任者に報告してください。

・ ボランティアスタッフの基本的な心得

◎業務中の服装と準備物

①スタッフTシャツ

観客や一般の人と識別するために、業務中は必ず着用してください。
着替えの必要がある方は、男女別のテントで行ってください。

②服装と持ち物

業務に支障なく動けるズボン・靴・帽子・日傘など、当日の天候に合わせて着用してください。
季節柄、帽子・日傘・タオル・日焼け止め・防虫スプレー・水筒など。屋外での活動ですから、水分補給を欠かさないでください。
荷物は着替えテントに置かれても良いですが、貴重品は必ずご自身でお持ちください。

③雨具

降雨が予想される場合は着慣れた雨具をご用意ください。

◎ご注意とお願い

①駐車について

集合場所まで乗ってきた車やバイクは必ず指定された駐車場所に駐めてください。路肩や空地や私有地への無断駐車をしないでください。
ご友人やご近所さんと参加される場合は、できるだけ乗り合わせてください。

②体調

炎天下での立ち仕事です。熱中症や日射病にお互いに注意し合い、体調不良になった場合は、近くの人やリーダーに連絡して、早めの対処をしてください。

③昼食

配置位置へお持ちいたします。暑い時期ですから支給された昼食(弁当)は、レース中でもかまいませんので早めに食べ終わってください。
決して持ち帰らないでください。回収いたします。

④喫煙

本大会がスポーツイベントである性格上、会場全域が原則として禁煙です。レースコース上では携帯灰皿を用いて、選手や報道の目がない場所で喫煙くださるよう、配慮をお願いします。

⑤競技用自転車への注意

競技用自転車は思いの外高速で音もなく疾走します。また競技で選手の視野も狭くなっています。選手の走行を妨げないよう、またなによりあなたと選手が危険に巻き込まれないよう、自転車コースでは常に自転車に注意してください。

リタイヤ(棄権)選手への対応

- ◎選手から競技を棄権するとの申し出を受けたスタッフは、すぐに リーダー に取り次いでください。
- ◎選手にその場に留まってもらい、リーダーに連絡を入れ、選手のナンバーカード(ゼッケン)を伝え、その指示に従います。
- ◎折よくマーシャル(審判)がいる時は、リーダーがその旨伝えてください。その後はマーシャルが対応します。
- ◎一見してあきらかに危険と感じられる選手が来た場合は、競技を継続するか選手の意向を進んで問うてください。

その際伝える事項は次のとおりです。

- ①**選手の状態**(疲労度、ケガ、バイクの損傷など)
- ②**場所**(バイクコース上の場合は配置番号)
- ③**選手のレースナンバー(ゼッケン番号)**

荒天等で開催が危ぶまれる時

<方針決定のしかた>

- ◎大会前々日(10/6)13:00、大会前日(10/7)の12:00、大会当日(10/8)00:00に、実行委員会代表、副代表、技術代表、審判長の4者で協議し、「実施」「部分実施」「中止」のいずれかを決定します。

- ◎1週間前から広島地方気象台観測予報課(☎082-223-3951)から気象状況に関する情報を得ます。
- ◎当日は00:00までに同課から気象情報を得て判断します。
- ◎大会当日04:00までに自転車コースが走行可能か、現場に行き道路状況の情報を得ます。
- ◎原則として「注意報」では実施し、「警報」であれば中止としますが、天候推移の状況を広島地方気象台の予報を重視して判断します。

<ボランティアのみなさんへの中止などの通知方法>

- ◎総務部会から連絡網を通じて電話連絡します。

交通誘導スタッフの基本的な心得

◎交通誘導スタッフの役目とは

交通誘導スタッフはレースに不可欠の存在です

交通誘導スタッフは、選手がレースコースの交通安全に注意をそらすことなく全力を発揮して、なおかつ事故なく安全に競技することを支えています。

レースコース沿道にお住まいの方への気配り

レース当日はコースに大規模な交通規制が敷かれます。これは普段このコースを生活道路としている方々のご理解とご協力で成り立っています。これらの方々はレース当日は応援で道路に出ていらっしゃると思われれます。選手の誘導だけでなく、歩道で応援をされる方への気配りを忘れずお願いします。

緊急事態が起きたら

誘導業務中に、万一選手や観客に事故があった場合や、コース沿いでの火事の発生、また急病などでの救急車の出動を認めたら、ただちに **警備責任者（宮口）** にご連絡ください。

その他

「ボランティアスタッフの基本的な心得」をご参照ください。

交通誘導スタッフの業務の流れ

◎レース日の業務の流れ

▼集合

指定された集合時刻に遅れないよう集合してください。

▼出欠確認・説明会

各エリアのメンバーの出欠を確認して、欠席があれば配置変更を行います。
スタッフにそれぞれの配置場所と役割内容の説明を行います。

▼食事の配布

11時から13時頃に配置場所に昼食(弁当)と飲み物が配達されます。
手元に届きましたら、暑い時期でもありはやく食べてください。

▼警備会社車両がやってきます

警備会社車両がレースコースに所定数のカラーコーン・バリケードを降ろしてあります。
ボランティアマニュアルを参照して設置してください。
警備会社車両の約15分後に先導オートバイと先頭の選手がやって来てレース本番となります。

▼競技中の役割

競技中の活動内容はそれぞれの区域のページをご参照ください。
(受付、トランジション、エイド、バイクコース交通誘導スタッフ)

▼交通規制解除の警備会社車両がやってきます

警備会社のスタッフがカラーコーン・バリケードを撤去します。

▼解散方法

交通規制が解除され、そのまま解散されたい方は、リーダーへ連絡して、
点呼をすませて自主解散してください。

たいへんお疲れ様でした。

交通誘導スタッフの活動内容

◎競技中の業務

1. 競技中の選手を安全に誘導

選手が平日の公道のように車や曲がり角を気にすることなくレース走行が行えるように道路の安全を確保し、道路情報をサポートします。

例) 向こう側が見えない曲がり角の安全確保

急なカーブや下り坂で速度を落とすようジェスチャーで訴求

滑りやすいマンホールやグリーチングをジェスチャーで訴求

2. レースコースへの飛び出しの予防

沿道の住人や観客が急にレースコースに飛び出さないよう、安全への気配りをします。

3. 進入車両の規制と安全誘導

地域の車がレースコース沿線の路地や横道から大会実施を知らないで、また、なんとかしてもらえらるだろうと思って出てくる可能性があります。通してしまうと大変危険です。車を制止して事情説明を行ない、レースに支障のない方向に誘導してください。

※信号がある交差点は警察官や制服警備員が担当します。

活動中のトラブルについて

★交通規制道をどうしても通ると言いほる方や、交通規制そのものへの苦情といった、現場スタッフでは解決できないクレームやトラブルは、ただちに警備責任者（宮口）にご連絡ください。

★トラブルを自分で解決してやろう、顔見知りだから話をつけてやろうと、ご自分の判断で対応しないで、必ず リーダー の指示に従いましょう。

エイドスタッフの活動内容

《 活動場所のあらまし 》

- 事前にレースコースに沿ってテーブルが並べてあります。
- テーブルの配置にとくに決まりはありませんので、スタッフのみなさんが使いやすいように、適切に配置しなおしてください。

《 備品の使い方 》

飲みもの用どぶ付け

原則的に1か所のASに配布された備品類に 1つのポリバケツ が含まれています。飲みものをどぶ付けにします。ポリバケツの中に氷と ミネラルウォーター をボトルのまま、スポーツドリンク をボトルのまま入れて冷やしてください。入れるのは氷だけ、水を入れなくても大丈夫です。

投棄用段ボール箱

テーブル両サイド5m先にゴミ箱を置き、使ったコップを選手が自分で捨てる場所を設けます。設置場所が遠すぎたり、近すぎると選手がポイ捨てをする原因になりますので、選手の動きを見て適切な位置を見つけてください。

※一度使ったコップは決して再利用しないでください。

※選手が捨てた紙コップが投棄用段ボール箱に入っていない場合、選手が離れている事を確認して投棄用段ボール箱に入れてください。

《 清掃活動 》

レース終了後、ゴミ袋に選手の捨てた紙コップや周辺のゴミを入れながら、ボランティアテントにまでお戻りください。