

Bo-nen Mountain Orienteering

忘年マウンテンオリエンテーリング (BMO) プログラム
開催日：2022年12月24日(土)

重要なお願い

- ◇ 「[駐車場に関するお願い](#)」をよく読み、必ず守ってください。
- ◇ 15時になったら戻り始めるのではなく、**15時までに帰って来れるよう計画的に行動してください。全部回れる人がすごいのではなく、15時までに帰って来れる人がかっこいい!**
- ◇ 地形図エリアでは**道を外れてはいけません。**
- ◇ ソロで参加する人は事前にスマートフォンに NaviTabi アプリをインストールし、ログインして使えるようにしておいてください。

開催判断

災害発生、警報発令等、参加者の安全を確保できないと担当者が判断した場合、運営者都合で運営ができない場合は開催中止としイベント前日 18 時までに Web ページにてお知らせします。

集合場所

峠駐車場 (426-0131 静岡県藤枝市瀬戸ノ谷 6595 付近)

【地図】 <https://goo.gl/maps/q6499EcatBh2T9WX9>

交通アクセス

国道 1 号藤枝バイパス谷稲葉 IC より約 12km20 分

藤枝駅よりバスあり、藤枝駅ゆらく線「峠」下車

【時刻表・路線図】 <https://www.city.fujieda.shizuoka.jp/material/files/group/151/okuboyuraku.pdf>

駐車場に関するお願い

峠駐車場は占有できません。**先着 12 台まで利用可**とします。入口の係員の誘導に従い、台数を超えた場合は北に約 1.5km のところにある**藤枝市民の森駐車場に停めてください**。出来るだけ相乗り乗車で来場ください。

【藤枝市民の森駐車場】 <https://goo.gl/maps/62sJKBGricyv8N8y8>

なお峠駐車場は住宅のそばにあります。**車中泊や早朝からの利用は控えて**ください。峠駐車場には **8:50 以降に来て**ください。早くに着いた人は**藤枝市民の森駐車場**に停めるか、手前にある**瀬戸谷温泉ゆらく**、**藤の瀬会館・瀬戸谷地区交流センター**、谷稲葉 IC にある**谷稲葉うぐいす PA** 等で時間調整願います。なお近隣にはびく石ふれあい広場の駐車場もありますが当日はイベント開催中とのこと。BMO 参加者の利用は控えてください。

スケジュール

09:00	受付開始
09:20	競技説明
09:30	順次スタート（スタート時間・順番は指定しません）
10:00	スタート終了（以後のスタートはできません）
15:00	フィニッシュ閉鎖（この時間までに必ず戻る）、フィニッシュした人から順次解散

着替え・荷物預かり・食事について

- ・ 屋内会場はありません。着替えは事前に済ませてお越しく下さい。
- ・ 荷物は運営車または自家用車に保管をお願いします。貴重品管理は各自でお願いします。預け荷物の紛失・盗難があった場合の責任は負いかねます。
- ・ トイレは峠駐車場のものを利用できます。またコース上にも公衆トイレが点在しています。
- ・ 峠駐車場には自動販売機があります。
- ・ 終了後は**瀬戸谷温泉ゆらく**でお風呂・お食事が可能です。（L.O 20:30）

参加費・キャンセル規定

当日支払い（現金支払いのみ）、地図代・保険代込み

会員以外：4,000 円

クラブ会員、一般参加（学生または 20 歳未満）：3,000 円

クラブ会員（学生または 20 歳未満）：2,200 円

※ 12/17 以降のキャンセルはキャンセル料として参加費の 50%を頂戴します（銀行振込、振込手数料はご負担ください）

オプション

- SI レンタル費 +300 円/ペア (マイ SI 持参ペアは無料)
NabiTabi 利用料 +160 円 (ソロ参加者のみ。アプリ内課金)

練習会ルール

以下のルールを含め、プログラムに記載した内容を十分に理解したうえで参加してください。

1. コースを全部回れなくても**フィニッシュ閉鎖時間 (15:00) までにフィニッシュへ戻る**ようにしてください。
2. 地図に示されたコントロールを指定された順に回り、スタートからフィニッシュまでにかかったタイムを計測します。
3. **地図に描かれた道以外は通行禁止**です。道を外れてのショートカットは禁止です。不明瞭な道でふいに道から外れてしまうことは許容しますが、すぐに道に復帰するように行動してください。ただし**オリエンテーリングマップ内では通行禁止になっていない森の中で道を外れても構いません**。
4. コントロールの通過証明は SPORTident (以下 SI) を利用します。ペアの場合はどちらか 1 名が持っていればよいです。マイ SI 申請者は忘れずに持ってきてください。忘れた場合は別途レンタル料を頂きます。なお SI を紛失した場合は弁償金として 6,600 円 (税込) を頂戴します。紛失しないよう、付属のゴムバンドで指に装着し、ゴムひもなどを利用して脱落防止を行ってください。
5. **ソロ参加者は安全管理 (位置把握) のため NabiTabi アプリ**を利用してください。NabiTabi では計測は行いませんが (※)、位置確認をするためスタート、コントロールでのパンチ (通過証明)、フィニッシュの操作を行ってください。機内モードにしている場合でもコントロールに到達したら通信できる状態にし、パンチ操作を行ってください。(※: 途中でのコース変更に対応するため NabiTabi は Score (ロゲイニング) コースとして設定しています)
6. ペアで参加する場合はスタートからフィニッシュまで必ず一緒に行動してください。
7. ソロで参加する場合はバッテリー不足に備えてモバイルバッテリーを必ず持ってください。
8. 怪我や体調不良等で閉鎖時間までに戻れない場合はできるだけ早めに地図裏に記載してある緊急連絡先へ連絡をお願いします。競技エリア内は深い谷の中以外は全キャリアとも通話可能エリアです。
9. コントロールは地図に記載した撤収時間以降に順次撤収します。撤収時間を過ぎたコントロールは目指さないでください。
10. 途中で**リタイアする場合も必ずフィニッシュへ戻って**きてください。フィニッシュを通らず帰宅した場合は未帰還者として検索対象となる場合があります。
11. コース途中には公衆トイレが点在しており利用可能です。数は限られますが自販機があります。
12. 民家の敷地や畑の中には入らないでください。通行可能な場所でも**地元の方から立ち入らないように言われた場合は従ってください**。またその旨を緊急連絡先へ一報をお願いします。
13. 農林作業や工事をしている場合があります。作業の邪魔にならない場所を通行してください。
14. ゴミは捨てないでください。落し物にも注意し、他者の物が落ちていた場合は拾うよう心掛けてください。
15. コース上および周辺エリアで動植物の採取や損傷を与えないでください。
16. コース上で負傷や体調不良の参加者を見かけた場合はその救助を優先してください。
17. 仮装や裸での出走やその他公序良俗に反する行為はしないでください。
18. 本プログラムに記載の情報から変更になった事項がある場合は当日受付にてお知らせします。

練習会の流れ

1. 受付を済ませ、参加費を支払ってください。欠席の場合は電話で連絡ください。
2. 9:20 ごろより競技説明を行います。**ソロ参加者の NaviTabi 起動ならびにモバイルバッテリー所持の確認**もします。
3. 9:30 より地図を配布します。自信がない人は事前に地図を見ても構いません。練習効果をより高めたい人はスタートするまで地図を見ないでください。
4. 峠駐車場がスタート地点です。スタート時刻は指定しません。**SI のスタートパンチしてからスタート**してください。**ソロ参加者は NaviTabi 上でスタート操作**も行ってください。
5. コントロールにはフラッグと SI ステーションを設置しています。**SI を使ってパンチ**してください。ステーションが作動しない（音と光が出ない）場合は、スマホ等で写真撮影してください。フィニッシュ後に確認します。**ソロ参加者は NaviTabi 上でもパンチ操作**を行ってください。
6. 撤収時間を過ぎたコントロールは目指さず、その先へ進むかフィニッシュへ戻ってください。
7. フィニッシュも峠駐車場です。**SI のフィニッシュパンチ**をして計測データを読み取ってください。**ソロ参加者は NaviTabi 上でもフィニッシュ操作**を行ってください。表彰式はありません。
8. フィニッシュしたら流れ解散です。

NaviTabi 利用方法

下記より NaviTabi のプレイマニュアルにリンクできます。

- [かんたんプレイマニュアル](#)
- [iOS 番プレイマニュアル](#)
- [android 版プレイマニュアル](#)

地図とコースについて

基本は地形図マップで、部分的にオリエンテーリングマップを利用します。いずれの地図も磁北線記載済みで、防水用チェック付きポリ袋を主催者で用意します。

地形図マップ： 縮尺 1/25,000 等高線間隔 10m
オリエンテーリングマップ： 縮尺 1/10,000 等高線間隔 5m

地形図マップの図式は国土地理院の地形図に準じます。オリエンテーリングマップの図式は ISOM2017-2 ですが簡易的な調査しか行っていません。初めてオリエンテーリングマップを利用する人はスタート前に説明を受けることができます。両マップとも主な記号は地図に凡例表示してあります。

ロング、ミドル、ショートのコースが 1 枚の地図にすべて記載されています。ロングのコースを原型とし紫色で記載しています。ミドルは緑、ショートは青の線でショートカット部分を示しています。次ページの例に従うと、**ロングはスタート△→1→2→…→12→フィニッシュ◎まで紫線**に従って進みます。**ミドルはスタート△→1→2→…→7まで紫線、7→12まで青線、12→フィニッシュ◎まで紫線**に従って進みます。**ショートはスタート△→1→…**

→7まで紫線、4→10まで緑線、10→11→12→フィニッシュ◎まで紫線に従って進みます。途中で短いコースに変更することも可能です。状況を見ながら柔軟にコースを変更してください。

コース情報は次表の通り。距離は直線距離、登距離は想定ベストルートを進んだ場合の累積標高（地図上でカウント）、目標タイムはエリートランナーが走った場合の想定タイムです。ロードや林道、トレイルが中心のコースですが、オリエンテーリングマップ内では森の中に入ります。オリエンテーリングマップは整備された森林公園や巨石がころがるエリアで構成されます。足元には十分注意し、がけから転落しないよう慎重に行動してください。

コース名	距離	登距離	目標タイム
ロング	13.6 km	1300m	3 時間半～4 時間
ミドル	10.0 km	930m	2 時間半～3 時間
ショート	5.6km	420m	2 時間～2 時間半

BM02022

忘年マウンテンオリエンテーリング2022
by 静岡オリエンテーリングクラブ

2022年12月24日（土）

縮尺 1/25,000
等高線間隔 10m

本地区を無断で複製、転載すること、および一般通行可能な道以外への再入山を禁じます。

この地図の作成に当たっては、国土地理院発行の数値地図（国土基本情報）、電子国土基本図（地図情報）を使用した。

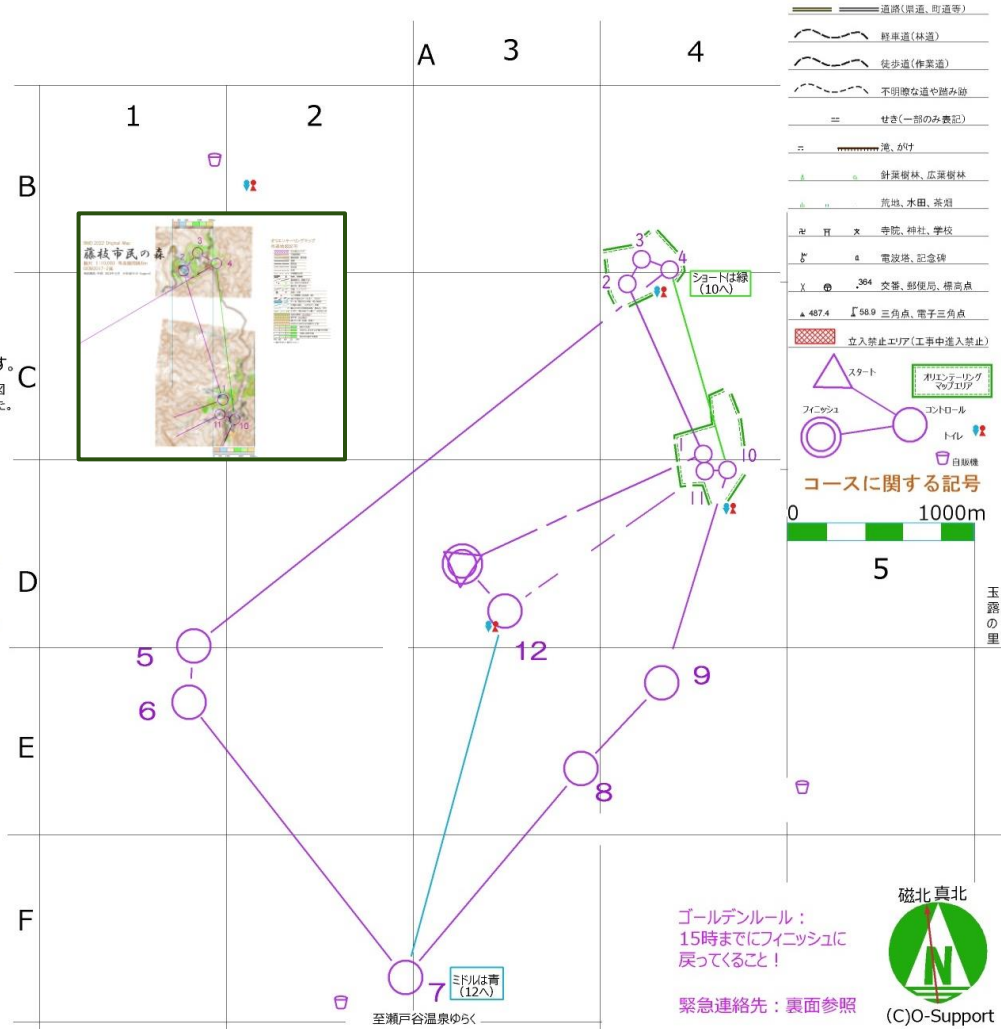
調査、作図、調整：小泉 成行（O-Support）
調査期間：2021年11～12月+2022年11～12月

緊急連絡先：裏面参照

ロング	13.6km	1300m
△→1→2→3→4→5→6→7→8→9→10→11→12→◎		
ミドル	10.5km	930m
△→1→2→3→4→5→6→7→12→◎		
ショート	5.6km	420m
△→1→2→3→4→10→11→12→◎		

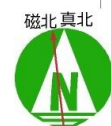
番号、位置説明、	撤収時間
1 こぶの南	12:00
2 尾根	12:20
3 岩の東	12:20
4 ピーク	12:20
5 尾根	12:55
6 尾根	13:00
7 道の分岐	13:30
8 道の分岐	14:10
9 三角点	14:20
10 大名石の東	14:40
11 岩と岩の間	14:45
12 道の分岐	15:00

地主、林業、工事関係者に立ち入らないよう言われた指示に従ってください。私有地、耕作地に入らないこと。



ゴールデンルール：
15時までにフィニッシュに
戻ってくること！

緊急連絡先：裏面参照



(C)O-Support

持ち物

下記の装備を1人1つ携行してください。ソロ参加者はスタート前に **NaviTabi が利用可能な状態でモバイルバッテリーを持っているか確認**します。これらを確認できない場合はソロ出走できません。それ以外の持ち物の事前

チェックは行いませんが、これらの装備がないと救助を待つ状況になってしまった場合に著しくリスクが高まることを理解し、携行して出走してください。

- 山でオリエンテーリングするためのウェア（長袖長ズボンなど肌を覆うものをおすすめします）
- 山を走れる靴（踏み抜きしづらいもの）
- 雨具・防寒具
- コンパス（方位磁針）
- ホイッスル（緊急連絡用）
- 各自の行動食や飲料
- ライト（ヘッドライト、ハンドライトなど。スマホのライトは不可）
- サバイバルシート
- ファーストエイドキット（絆創膏、テーピングなど）
- 保険証や免許証など個人を特定できるもの
- スマートフォン（緊急連絡が出来るよう十分充電しておいてください。ソロ参加者は NaviTabi をインストールし利用できるようにしておいてください）
- モバイルバッテリー（ソロ参加者のみ）
- SI チップ（マイ SI を持っていない方はレンタル）

本イベントで起こりうるリスク

ルールに則り行動すれば参加者が自分自身でリスクをコントロールできるようにコースを用意しています。参加する方は天候の急変や体調の変化に対応できるよう装備を整えてください。また以下をよく読み、安全を確保できるよう慎重に行動してください。（赤字は募集要項からの変更点）

道迷い：ナビゲーション技術があれば対応可能ですが現在地を見失った場合は林道に出ることで比較的容易に現在地を把握できます。森から道路に出る場合は安全に下りられる場所を選んで通行してください。また日没が大変早い時期です。必ず時間内にフィニッシュへ戻ることを意識してください。時間までにフィニッシュ（会場）に到達できない場合は、暗くなる前に道路や林道に戻り、フィニッシュに向かうようにしてください。

低体温：寒い時期の開催です。天候の良し悪しに関わらず低体温になる可能性があります。防寒具、雨具を身に付けてください。

脱水症状：山での行動は長時間に及びます。必要な飲料水を必ず携行してください。コース途中で自動販売機はほとんどありません。

転落・滑落：急な斜面や法面、がけなどがあります。やみくもに進まず周囲の安全を確保しながら進んでください。また時間までにフィニッシュ（会場）に到達できない場合は暗くなる前に林道に戻り、林道を使って山を下りてください。**巨石が密集したエリアがあり、崖のようにになっている場所もあります。周囲を見て行動すれば転落するような場所は回避できます。地図読みに夢中にならず、周囲に注意を払って行動してください、**

落石：急な斜面や法面の下側などで落石の可能性があります。小石が転がる場所などでは上方の安全も確認しながら進んでください。ヘルメットの着用でダメージを低減することができます。

踏み抜き：整備されていない道を利用するため踏み抜きの可能性があります。なるべく底の丈夫な靴の利用をおすすめします。

その他：転倒による骨折・捻挫、急病・体調不良による停滞と救助の遅れなど、一般的なアウトドア活動と同等のリスクがあります。

※救助を待つ場合：万一の遭難に備え「持ち物」に記した装備を必ず携行してください。怪我や体調不良で動けなくなった場合は防寒具やサバイバルシートを着用し低体温にならないようにしたうえで、携帯電話を使って地図に記載している緊急連絡先に連絡してください。電話が通じない場合はホイッスルやヘッドライトを使って周囲に居場所を知らせるようにしてください。

新型コロナウイルス対策

以下のご協力をお願いします。（下線は募集要項からの変更点）

- ・ 陽性者療養期間中または濃厚接触者待機期間中の参加はお控えください。
- ・ 開催 5 日前以降に 37.5℃以上の発熱や喉の痛み、激しいせき、倦怠感、味覚障害などの症状があった場合は参加をお控えください。（PCR 検査で陰性が確認されている場合はその限りではありません）
- ・ ソーシャルディスタンスの確保、飛沫の予防をお願いします。
- ・ 屋内や密接した状態での会話時にはマスクを着用してください。
- ・ 食事中の会話や大声を出しての会話はお控えください。
- ・ 手洗い消毒にご協力ください。

その他注意事項

- ・ 13 歳未満の方の参加はお断りします。18 歳未満の場合は 20 歳以上の方と同伴で参加してください。
- ・ 傷害保険は主催者が加入しますが、補償額には限度がありますので、参加者も各自で加入するか健康保険証を持参することをお薦めします。
- ・ イベント中に写真や動画を撮影しクラブや委託先の広報に利用する場合があります。問題がある場合は事前にご相談ください。

エントリーリスト

次ページ掲載

No	氏名	希望コース	ペアまたはソロ	属性	参加費	SI	金額
1	山本恵美		岩本昌子	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
2	岩本昌子		山本恵美	会員	3000円 会員・学生		3000
3	末久哲也		中村直喜	一般	4000円 一般	レンタル	4300
4	中村直喜		末久哲也	一般	4000円 一般		4000
5	中村素子	ミドル	遠藤希巳江	初参加	4000円 一般	レンタル	4300
6	遠藤希巳江	ミドル	中村素子	一般	4000円 一般		4000
7	成岡輝行	ミドル	天野悠子	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
8	天野悠子	ミドル	成岡輝行	会員	3000円 会員・学生		3000
9	内山達矢	ミドル	栗田英里	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
10	栗田英里	ミドル	内山達矢	一般	4000円 一般		4000
11	滝正晴	ミドル	滝志保	会員	3000円 会員・学生	1420302	3000
12	滝志保	ミドル	滝正晴	会員	3000円 会員・学生		3000
13	村越真	ロング	中神智香	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
14	中神智香	ロング	村越真	初参加	4000円 一般		4000
15	戸塚祐介	ロング	戸塚多恵	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
16	戸塚多恵	ロング	戸塚祐介	会員	3000円 会員・学生		3000
17	小松元弘	ロング	佐々木雅人	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
18	佐々木雅人	ロング	小松元弘	会員	3000円 会員・学生		3000
19	横田圭一郎	ロング	小林弘和	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
20	小林弘和	ロング	横田圭一郎	一般	4000円 一般		4000
21	赤井秀和	ショート	ソロ	会員	3000円 会員・学生	1087289	3000
22	山本玄峰	ショート	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
23	出野由夏	ショート	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
24	川島実紗	ショート	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
25	藤岡克利	ミドル	ソロ	一般	4000円 一般	8011606	4000
26	高野純一	ミドル	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
27	高津寿三鈴	ミドル	ソロ	一般	4000円 一般	8008093	4000
28	松本繰代	ミドル	ソロ	初参加	4000円 一般	レンタル	4300
29	田畑清土	ミドル	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
30	鈴木夕紀子	ミドル	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
31	足立辰彦	ロング	ソロ	初参加	4000円 一般	8640515	4000
32	鈴木紀夫	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	8310600	3000
33	古畑和真	ロング	ソロ	初参加	4000円 一般	レンタル	4300
34	湯浅綾子	ロング	ソロ	一般	4000円 一般	レンタル	4300
35	中島克行	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
36	横井里乃	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
37	出野幹夫	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
38	渡辺達也	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	7344018	3000
39	竹内誉剛	ロング	ソロ	初参加	4000円 一般	レンタル	4300
40	岡田泰三	ロング	ソロ	初参加	4000円 一般	8631039	4000
41	中野佳揮	ロング	ソロ	初参加	4000円 一般	レンタル	4300
42	本間晃	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
43	田中創	ロング	ソロ	初参加	4000円 一般	レンタル	4300
44	大澤貴子	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	7344053	3000
45	海野裕介	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	レンタル	3300
46	和田佳丈	ロング	ソロ	会員	2200円 学生会員	レンタル	2500
47	石井亜樹子	ロング	ソロ	初参加	4000円 一般	レンタル	4300
48	森下晃成	ロング	ソロ	会員	2200円 学生会員	レンタル	2500
49	大橋晴彦	ロング	ソロ	初参加	4000円 一般	レンタル	4300
50	田濃邦彦	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	8008092	3000
51	長縄知晃	ロング	ソロ	会員	3000円 会員・学生	2045576	3000