

ウォーキングコース設定マニュアル

『常任幹事会 スキルアップ研修資料 平成25年8月3日』

NPO 法人 福井県ウォーキング協会
指導部

A 計画

1 テーマの設定

大会（例会）の主催者はだれか

- ① 新聞・ラジオ・テレビ局が主催して事業として実施するウォーキング大会
- ② 自治体・商工会・観光協会等が主催して実施するウォーキング大会
- ③ 地域のウォーキング協会（団体）が企画して実施するウォーキング大会が有ります。①・②については通常テーマは主催側で大会の目的で決定しています。③については、協会がテーマを決めます。テーマは会員のニーズ・開催地の情報・参加者の年齢・参加者数等を考慮してテーマを決めます。

- ① 自然とのふれあいウォーク（里山・森林浴・お花見等）
- ② 歴史探訪ウォーク（旧街道・神社仏閣巡り・初詣・遺跡巡り・先達の足跡等）
- ③ 路上観察ウォーク（防災・環境）
- ④ 人とのふれあいウォーク（チャリティ・ファミリー等）



カタクリの里・大野



旧街道・一里塚

2 情報収集

- ① 書籍（雑誌・旅行書・地図等）
 - ② 新聞（地域ページ・レジャーページ等）
 - ③ テレビ・ラジオ・の情報番組
 - ④ 地元のニーズ
 - ⑤ 見所の情報収集（最近ではインターネットで詳しい情報入手出来ます）
 - ⑥ 現地情報（開催時期と同じ時期の情報を得る事）
 - a) 日照時間・気温・湿度・天気
 - b) 展望・花などの開花時期・観光地の人出
 - c) 病院・救急体制・交通機関情報
- ①～③については参考資料として捉える事、（作者の好み・思い・調査時期で違う）

3 ディスクプランの作成

地図上でコースプランを作成

- ① 2～3種類のコースプランを作成
- ② スタート地点とゴール地点の交通手段を考慮
- ③ 安全性（地下道・歩道橋・横断歩道・歩道）
- ④ コース・距離・高低差をチェック
- ⑤ トイレ休憩地・昼食地を選定
- ⑥ 楽しいコースプランとなるように心掛ける
 - a) 景観が良い
 - b) 道に変化が有る

- c) 爽快な気分になれる
- d) 発見・学習の機会がある
- e) くつろぎの対象が多い（田舎・せせらぎ）
- f) 休息地の楽しさ（ほっとするような）

B コース下見・第一段階

1 実地調査

ここでは作成したディスクプラン総てを徒歩で確認するのは大変ですから、実際には自動車・バイク・自転車等を利用して状況を確認します。ディスクプランで作成した地図に実地調査した情報を書き込みます。

- ① ディスクプランで作成したコースを自動車で走行して確認
- ② 自動車で通れない所は、バイク・自転車・徒歩で確認
- ③ トイレ休息地・昼食地の確認
 - a) トイレは約5kmに1ヶ所、トイレの数を確認
 - b) 昼食の場所は雨天の時を考慮して屋根の有る場所が使える事を考慮
- ④ 安全性の検証
 - a) 交通量の多い道の横断（地下道・歩道橋・信号機の有る横断歩道の利用）
 - b) 道路情報の確認（歩道は有るか・自動車の通行量が多いか）
 - c) 道路状況の確認（道路の凹凸・落石・倒木・すべりやすい道等）
 - d) 長い急な坂道や歩行に困難な所は無いか
- ⑤ 一つのプランに絞り込みます

2 タイムスケジュールの作成

絞り込んだコース案に対してタイムスケジュールを作成

- ① 集合場所と集合時間（交通機関の時刻表を確認）
- ② 出発式と準備体操
- ③ 出発時間
- ④ 午前中のトイレ休息地点への到着時間と出発時間（トイレ数・参加人数で時間調整）
- ⑤ 昼食地点への到着時間と出発時間
- ⑥ 午後のトイレ休息地点への到着時間と出発時間（④に準ずる）
- ⑦ ゴール時間
- ⑧ クールダウン・解散式
- ⑨ 解散時間（交通機関の時刻表を確認）

3 地方自治体・交通機関との折衝

- ① 現地の自治体との連携（役所・役場・教育委員会・警察等）
 - a) 観光資料・文化財資料を収集、ガイドボランティアの情報収集
 - b) 広報にお願いして、広報に乗せて貰う（地域住民へのお知らせと参加募集）
 - c) 借用出来る施設の情報収集（トイレ休息地・昼食地等）
 - d) 借用等で許可申請の有・無の確認と届出（公園・体育館・公民館等の利用）
 - e) 救急（救急病院・休日当番医）・警察（交通・道路使用許可申請等）
大会の規模が大きく・参加者が多い時は必要
 - f) 道路状況の悪い箇所は整備を求める事も必要です
- ② 交通機関等
 - a) 駅・バス会社にも必要な時は事前連絡
参加者が多い時の切符の購入・臨時便が必要な時は交渉する。
 - b) 集合場所・解散場所で交通の便が悪い時は、バスのチャーターも考慮

C コースの下見 第二段階

第一段階で決定したコースを、出来るだけ本番に近い条件でタイムスケジュールに沿って下見します。第二段階は最終チェックになりますので、全コースを歩行で確認します。

1. 歩行者自身の目で、安全性を確認する。
 - ① 少しでも安全性に不安の有るときは、コース変更も考慮する
 - ② 信号機の有る交差点の渡り方を工夫する
2. トイレ休息所・昼食地の確認
 - ① トイレの数を必ず確認、近くにトイレが2か所以上有るかも確認
 - ② 大会（例会）当日のコース説明時にトイレ休憩地の情報を伝える
3. 大会当日、自由歩行となる場合
 - ① 進行方向指示板の設置場所の確認
 - ② 地図に拡大図を入れて明示する
 - ③ 目印となる建物・施設名を地図に書き入れる
4. 携帯電話の通話確認
山中では、携帯電話が使えない所も有ります。

D 大会（例会）での実施組織

実施組織は大会（例会）開催に直接携わる実務的な組織の事です。役務担当者を明確にして分担を決めておく事が大事です。（大会組織では有りません。）

1. 誰が指示を出すのか
全体を常に把握するのは実行委員長です。主催者側（大会組織側）との窓口となる人です。例会の場合は実施責任者になります。
2. アクシデント発生時の連絡システムを明確にしておく
 - ① だれに連絡を入れるのか（実行委員長・実施責任者）
 - ② 連絡先の電話番号を周知徹底させる
3. 役割分担（実務実行部隊）
 - ① 実施責任者
 - ② 駅からスタート地点までの案内
 - ③ 大会受付
 - ④ 出発式進行（挨拶・コース説明・注意事項説明・準備体操・激）
 - ⑤ コースリーダー・サブリーダー・アンカー・伴走車・救護車
 - ⑥ チェックポイント（例会等で団体歩行時は不要）
 - ⑦ 交通誘導員
大会の時は、主催者側で準備
例会の時は、サブリーダーにて担当
 - ⑧ トイレ休息地点・昼食地点での清掃
大会の時は、主催者側にて担当
例会の時は、アンカーが最終確認を担当、但し、ゴミの元を持ち込んだ人が持ち帰る、汚した人が清掃するが基本です。（アンカーに迷惑をかけない）
 - ⑨ ゴール後
大会の時は、完歩賞・I V V認定等の後自由解散
例会の時は、クールダウン・完歩表彰・挨拶・解散
 - ⑩ ゴール地点から最寄りの駅までの案内

E 役割

団体歩行時（例会等）

- 1 コースリーダー
 - ① 歩行の先頭を歩き、全体を把握、安全に全員がゴールするまでの責務が有る

- ② 列が長くなりすぎないように歩行スピードを調整、列詰め等を適当に実施
 - ③ 交通誘導が必要な箇所は、サブリーダーに指示する
 - ④ 道路状況に応じて一列歩行・2列歩行の指示
- 2 サブリーダー
- ① コースリーダーのすぐ後ろを歩行
 - ② コースリーダーの指示を受けて交通誘導を行う
- 3 アンカー
- ① 歩行の最後尾を歩行し、後方からの情報をコースリーダーに伝える
 - ② トイレ休憩・昼食休憩後は全員の出発を確認して出発する
(自分の持ち込んだゴミは自分が持ち帰るのが基本です)
 - ③ 遅れが目立つウォーカーについては、伴走車・救護車と連携
 - ④ 全員が無事ゴールする責務がアンカーにも有る

自由歩行時（大会等）

自由歩行は列が長くなります。40 kmコースでは先頭と最後尾で4時間近くの差が出ます。

- 1 コースリーダー
- ① スタートから自由歩行宣言をするまでは全体の先頭を歩行
 - ② 自由歩行宣言後も出来るだけ前の方を歩行して、道路状況・方向案内板等に問題が無いか確認、問題を発見した時は大会本部（実務責任者）に報告し対応に当たる
- 2 サブリーダー
- ① 列の中間あたりを歩行する
 - ② ウォーカーの状態を把握し、問題を発見した時は大会本部（実務責任者）に報告し対応に当たる
- 3 アンカー
- ① 歩行の最後尾を歩行、CP通過時に、大会本部（実務責任者）に逐次連絡
例：〇〇時〇〇分 〇〇CPをアンカー通過します。
 - ② 問題を発見した時は、大会本部（実務責任者）に報告し対応に当たる
 - ③ トイレ休息地・昼食地を出発する時は、参加者全員の出発を確認
 - ④ ウォーカー全員がゴールするようアシスト
 - ⑤ ゴール設定時間をオーバーするウォーカーや遅れが目立つウォーカーについて、ウォーカーの意志を確認の上、大会本部に搬送車の要請をする。

F 安全に大会を終わらせる為に

大会（例会）を安全に終わらせる前提は、参加者全員が交通ルールを遵守する事が大事です。ウォーカーの交通事故、状況によってはウォーカーに過失が認められます。過失割合を知って貰う為に、4件の具体例を挙げて説明します。

注意：ここで表す過失割合は、絶対的な物ではありません。実際の事故状況によってプラスされる場合・マイナスされる場合があります。



1 横断歩道を利用して横断した時

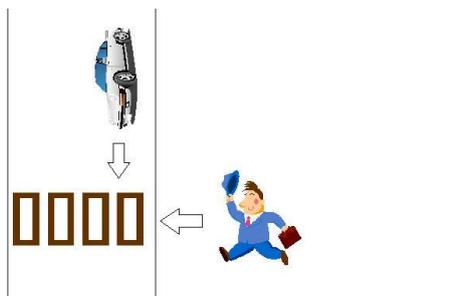
歩行者用信号	交差点信号	歩行者過失割合
青	赤	0%
青点滅	赤	10%
赤	青	70%
	黄	50%
	赤	20%



2 横断歩道の直近を横断した時

歩行者用信号	交差点信号	歩行者過失割合
青	赤	5%
青点滅	赤	15%
赤	青	70%
	黄	50%
	赤	25%

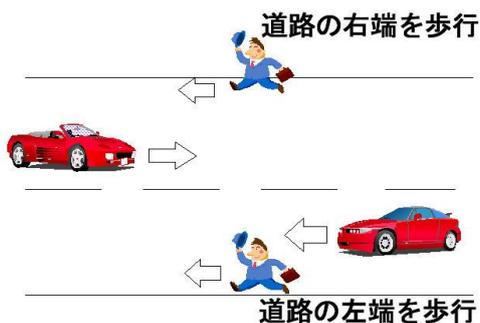
直近とは：路幅 14m以上の時は横断歩道から 10m以内
路幅 14m以下の時は横断歩道から 5m以内



3 信号機の無い横断歩道では

歩行者の過失は0%です。

但し、歩行者が停車中の車両の間の陰から横断した時は車からの発見が難しく、歩行者が左右の確認をすれば容易に事故を防げた場合は、歩行者に5～15%の過失
横断歩道の無い場所での横断の場合は、歩行者の過失は20%



4 歩道の無い道路では

道路の右端を歩行していた場合、歩行者の過失0%
道路の左側を歩行していた場合、歩行者の過失5%
道路の中央を歩行していた場合、歩行者の過失

10～20%

過失割合その効果は????

事故での総ての損害が過失割合で案分されます。

例えば

過失割合 ウォーカーと自動車の運転者共に50%

損害額 ウォーカーの損害（治療費・休業補償・慰謝料等） 500万円

自動車の損害（修理費用） 50万円

負担額 ウォーカー・自動車の運転者は共に $(500 + 50) / 2 = 275$ 万円

☆ 運転者側

① 自賠責保険＋任意保険（対人保険）にてウォーカーの損害250万円が支払われる。

② 任意保険（車両保険）にて自分の車両の損害 25万円が支払われる。
但し 車両保険に未加入だと25万円は運転者の負担となります。

☆ ウォーカー側

① 自分の持つ車両の任意保険（人身傷害保険）にて

ウォーカーの損害250万円が支払われる。

但し 人身傷害保険に未加入、又は“人身傷害保険が契約のお車に乗車中のみ”特約の場合は保険金の支払いは無い

② 運転者の任意保険（対歩行者等障害特約）が加入されている場合は

ウォーカーの損害250万円が支払われる。

③ 個人賠償責任保険に加入していると相手車両の損害 25万円が支払われる。

ウォーカーは①～③に該当しない場合は全額自己負担となる。

☆ ウォーキング協会の責任

安全に対する配慮に欠けている場合、賠償責任を求められる可能性も有ります。このような事態をさける為にも、大会（例会）の実施にあたっては

① 出発式でのコース説明の時（或いは注意事項説明時）に、交通ルールの遵守（法令遵守）を全員に認識してもらう

② 交通量の多い交差点では、交通誘導員を配置して誘導に当たらせる。
等を実施して、安全に配慮した大会（例会）運営を進める事です。

G 次回の為に

P D C A サイクルをぜひ実行して下さい。

P l a n （ウォーキングコースの計画）

D o （計画の実行）

C h e c k （実施後の反省会・参加者からの意見）

A c t i o n （計画の改善・次回に生かす）

参考文献

1. 実施ウォーキングコース設定マニュアル 社団法人 日本ウォーキング協会
2. 健康ウォーキング指導士テキスト Part2 社団法人 日本ウォーキング協会
3. 公認ウォーキング指導員養成講座テキスト 社団法人 日本ウォーキング協会
4. 別冊判例タイムズ No.5 平成9年 全訂3版
民事交通訴訟における過失相殺率の認定基準 東京地裁民事第27部（交通部）編
5. インダネットより関連情報をチェック