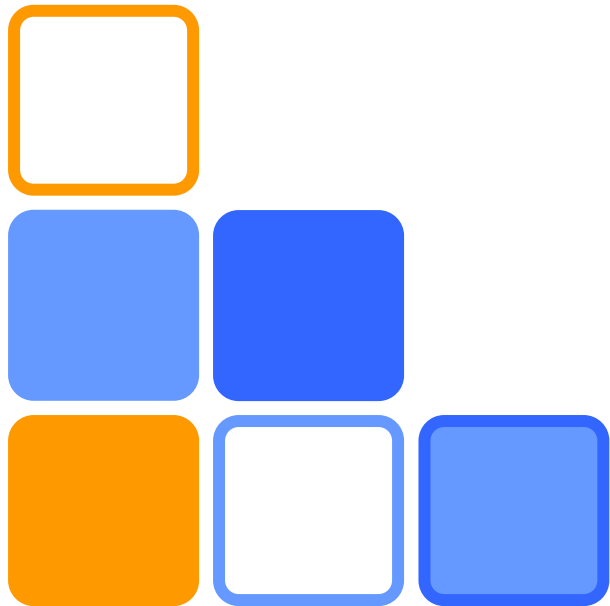


ひょうごふれあいランニングパトロール

《 2020年 》

## 従来調整型の実施方法

2020年7月15日 第2版



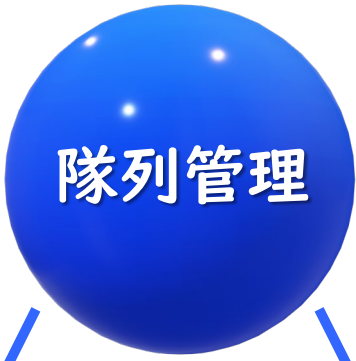
ふれパトアドバイザー

中沼 丈晃 (摂南大学法学部教授)



# 5人ずつ走る従来調整型の三条件

队列管理のできるリーダーが  
先頭と最後尾に計2人必要



経験者のみなさんのご協力が必要  
です。リーダー未経験でも  
最後尾をぜひ



コース管理\*のできる  
リーダーが先頭に必要

\*走るコースを決めて、導くこと

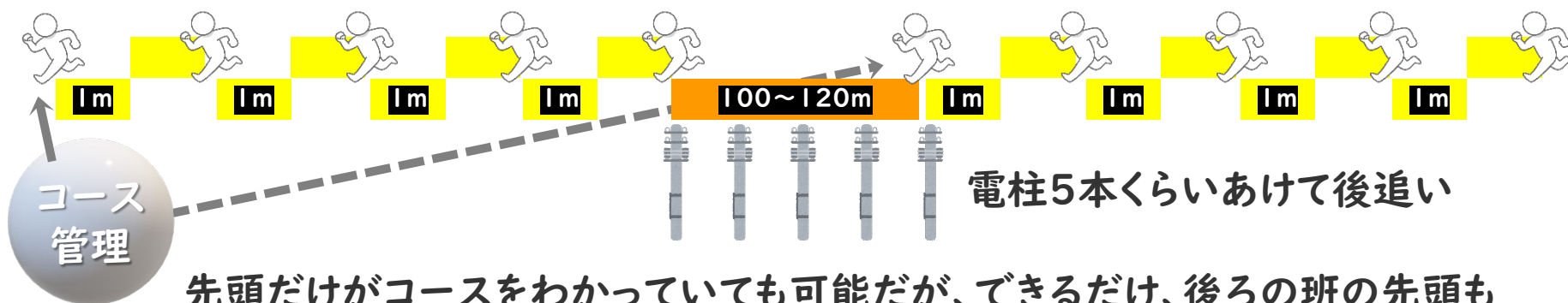
全員が感染症対策

# コース設定の方法

## ① 1コース設定でよい場合 (2班計10人まで想定)

A 参加人数が5人以下

B 参加人数が10人以下



## ② 2コース以上設定の場合

(a) 逆回りを設定 (順逆各2班計20人まで想定)

スタート

①の応用。コース管理は2~4人必要

(b) 各班で設定

すべての班の先頭がコース管理できる前提

# 全体リーダー\*と参加者の事前の準備

\*当日全体を見るリーダー。班のリーダーと区別するための表現

参加見込み	全体リーダー	リーダー経験者
5人		▲最後尾を担う心づもり
		+
10人	○班リーダーの依頼 □コースの共有	●班リーダーを担う心づもり ■コースの予習
15人	15人以上の場合 班の数だけ班リーダー を依頼**	10人以上の場合 ▲●■の心づもりを
20人		

\*\*順次出発を管理するため、全体リーダーは班リーダーを兼ねない方がよい



## 参加人数が20人を超える見込みの場合

前々日までに、Facebookでの参加表明が20人を超える場合  
次のようにしますので、ご理解とご協力をお願いします

① 全体リーダーと委員会が相談して、いずれかの対応をとります

A 集合時間を30分間隔で複数設定する

B 集合場所を2つ以上設定する

対応策は極力、前日までにFacebookでお知らせします

② ふだん参加している地区と異なる方は、参加を取り止めて  
いただければ幸いです

ただし、全体リーダーから依頼のあったリーダー経験者の方にはその  
まま参加をお願いすることがあります

- 他地区への参加見送り判断の目安は15人としてください
- 感染症拡大状況によっては、他地区への参加を見合わせるよう委員会  
をお願いすることがあります

# パトロールコースの例 コースを共有する場合

中沼が普段のパトロールでよく知っている寝屋川市駅周辺



- ① 駅から600mほどの中規模公園に集合
- ② 国道に出て南下。第二京阪に当たったら、左折して側道へ
- ③ 国道に当たったら、左折
- ④ 歩行者があまり多くない国道沿いを5km

右左折が少なく、右左折地点がわかりやすいコースを

▲「Mapionキョリ測」で作成



# 実施前と集合時

## 実施前 全体リーダー

- ① 予定は従来どおり委員会に連絡してください
- ② Facebookの参加人数に注視してください\*
- ③ 班リーダーを依頼してください
- ④ 班リーダーにコースを共有してください

\* 20人を超える場合、委員会にご相談ください。委員会からもお声かけします

## 集合時 全体リーダーと班リーダー

- ⑤ 初参加、一般参加の方を確認してください
- ⑥ 班(上限5人(例外6人\*\*), 下限3人)をつくってください

(a)簡単な自己紹介、(b)Googleフォームでの参加報告の確認、  
(c)手信号と声出し指示の確認をしてください

\*\*リーダーの人数などの事情で班数を抑えたいとき



- ⑦ 班での打ち合わせが終わったら、順次出発してください



## 実施中 全員

- ① 前のランナーと**1.5~2m間隔を維持**してください
- ② 手信号や声での指示を確実に先頭から最後尾へ、最後尾から先頭に伝えてください。**安全確保のための声出しは躊躇なく**してください
- ③ **マスクやネックチューブを口元**につけてください。ただし、人と2mの間隔を保てる場合は外しても構いません
- ④ 原則、声に出してのあいさつはせず、声を出さない会釈や「手を挙げる」あいさつなどに代えてください  
ただし、**マスクなどを確実にしている前提で**、(a)市民の方から声をかけられた場合、(b)子どもたちに対して、(c)夜間などで接近の合図にもなる場合には、控えめに\*声かけをしても構いません  
\* 音量や人数を調整してください
- ⑤ 少なくとも中間で1回、マスクを外し水分補給をする休憩をとってください



 終了後

- ① 各班で簡単な振り返り後、**できるだけ早く解散**してください
- ② 班リーダーは振り返り内容を全体リーダーに伝えてください
- ③ 全体リーダーは従来どおり委員会に報告をしてください\*

\* Googleフォームを用意していますので、そちらからでも構いません

**【改定記録】**

7/15 7ページ ⑥ 「(例外6人\*\*)」を追加。 8ページ ① 「1.5～」を追加。