

KOLA

岸和田オリエンテーリング協会

[事務局]〒596-0044

岸和田市

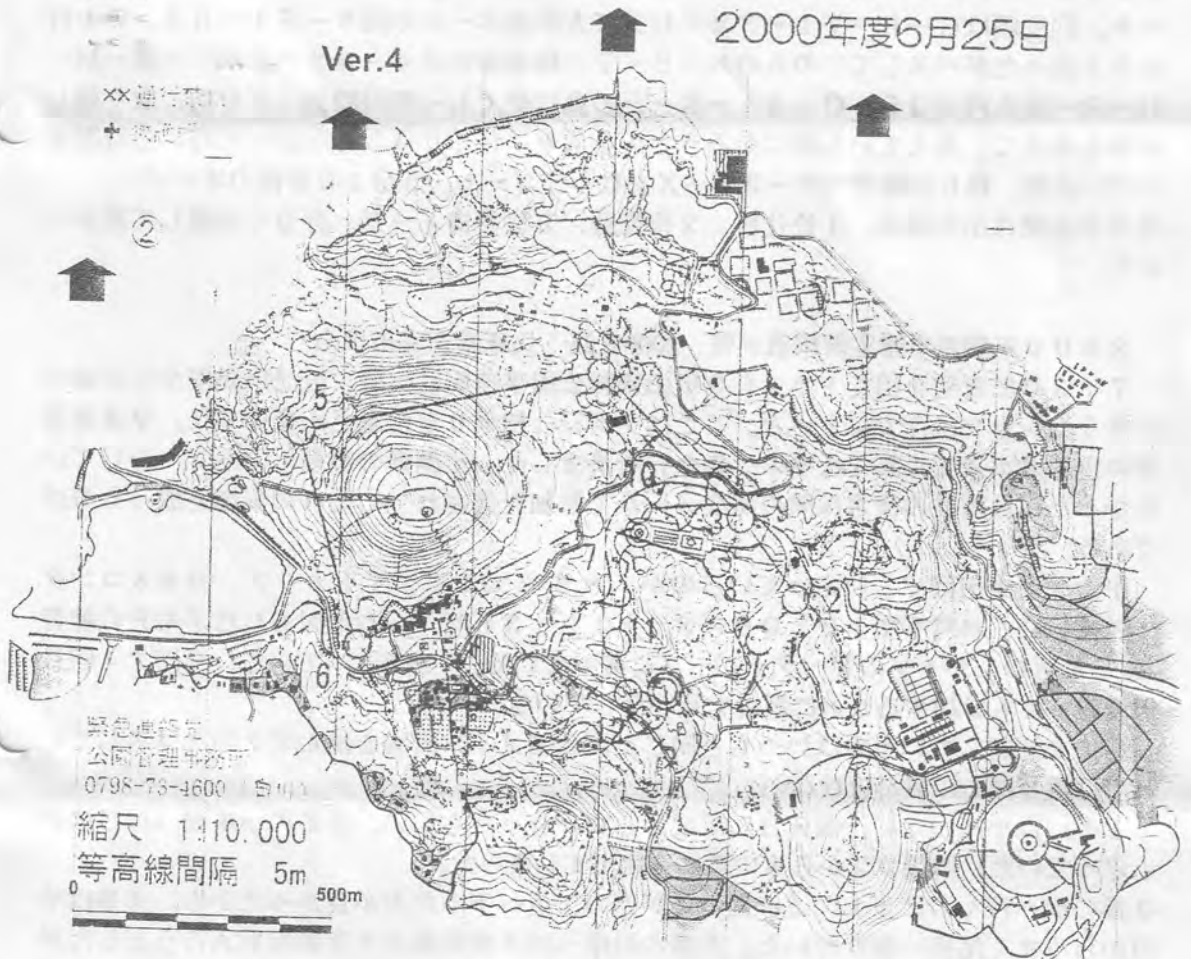
寺田 強 (Tel.072)

第201号 2000年7月7日発行

2000年度関西学連定例戦第3戦

2000年度6月25日

Ver.4



緊急連絡先
公園管理事務所
0798-73-4600

縮尺 1:10,000
等高線間隔 5m

全国一斉OLエンターテインメント大会 H12.6.11 (日) 大阪大会 (大阪城公園) 寺田 保

当日参加で公園噴水前へ行くと、受付はテープに沿ってと雨で変更だとか。急いでテープに沿って行くと、結局は青少年会館。今回は各クラブ有志の集合体ではなく豊中OLクラブ単独で開催したとのこと。これも意志の疎通が利いていいかも。

着替えをユースセンター事務所で済まして再び元の噴水横のスタート地点へ。曇り空は残っているが雨は上がっている。競技方法はスコアーOLで60分制限、オーバーは10秒1点減点方式。パーマネントコントロールと吊りコントロール併用の24個のコントロール、クラス分けは有るがコントロールは同じ、シニアにエントリーしてスタート。回り順はG-E-71-32-Hまで大阪城ホールの回り-51-33、Wを行こうと迷ったがパスして二の丸のN-S-T-梅林端の34-43へリポート横-M-U-R-本丸内の35-O-41-K-三の丸に出てL-制限時刻13分前、取り残しのWを考えて、考えている間に走ろうとWを取りに行く片道3分かかって得ている時間オーバー必然。帰りの駄賃でP-36-Xを取ってゴール。5分10秒位のオーバー。300点満点から減点。1位辻村、2位佐藤、3位寺田どーだ。自分で自慢して置かないと。

2000年関西学連定例戦第3戦 2000.6.25 兵庫県三宮市甲山

7:30に自宅を出て10:00甲山森林公園事務所前到着、阪急甲陽園から永遠の登り坂シャツは汗でべとべと。ここはタクシー相乗りが常識とか豊中某氏。早速運営者の白川君が来てくれて仕事の「集金」を済ました。定例戦の事前エントリーをしていなかったが白川君の傷害保険の照会メールで参加を促され、この日の集金と成った分けである。

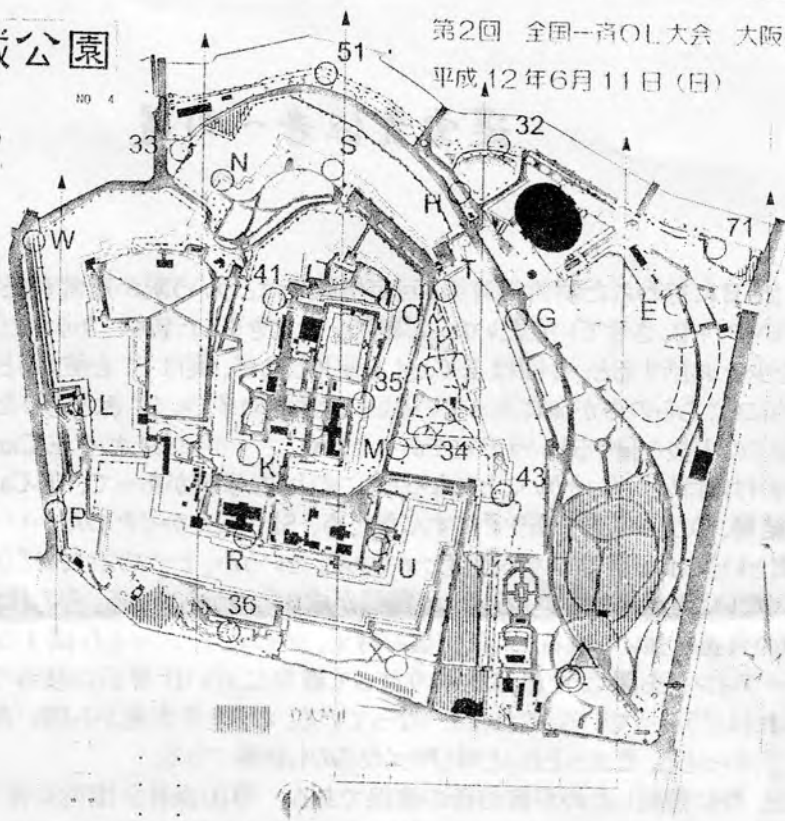
甲山は過去何回ぐらい走っているのか、'89.8.OLPナイトカップ、'96.8.コンターズ練習会、日時不明10:06スタート12:38ゴールの地図ありたぶんPの練習会。「最近OLマップのデータベースに凝っている。」3回走っていた。今回で4回目何度走っても参加することに意義を見いだしている。

甲山を迂回しているのはいつもと同じだが公園メイン広場を挟んで2回クロスしているのは番号探しに気が抜けない。

1番へは小川づたい、前田さんはためらいが有ったらしい。2番の小尾根（はじめ沢と思っていた）隣接コンから東の道に一度出てしまった。3番の沢へ行くのに東上の道に登ったが西の下道へ下った方が良かったかも。4番は小川からうまく尾根へ取り付いた。5番の岩崖へは小径の曲がり手前沢を入ろうとしたが自信が無く、小径を曲がりきって直角に岩崖に向かった。6番は手前岩崖の間道を抜け尾根へ行けた。7番の沢へは柵の終わりで沢へ入ったが手前の沢だった。8番は一度尾根へ登ってしまった位置説明をよく見てなく湧水点だった、眼鏡の焦点が合わずにボーと地図を見ていたのだ。11番も広い沢と思っていたが尾根だった、川が横を走っているのに沢ってことは無いよな。ゴールをすると小雨が来たので着替えを早々に済まして帰路に着き電車の中でおにぎりを食べ寄り道も無く帰る。同行者前田、永瀬、岩井、四宮、早帰り御勢、運営者白川、平山。

大阪城公園

第2回 全国一斉OL大会 大阪会場
平成12年6月11日(日)



賞状

シニアの部

三位

寺田保殿

あなたは第2回全国一斉オリエンテーリング大会において良く健闘され頭書の成績を収められました。その栄誉をたたえここに賞します。

平成十二年六月十一日

大阪府オリエンテーリング委員会

委員長 片岡弘尚



運営責任者への道

白川 努

5月26日に行われた関西学連第3回定例戦ではどういふ訳か運営責任者なるものをやらされた。いやいや、させていただいた。ご参加いただきました皆様、ありがとうございました。裏事情を少々お話すると、今回は E-Card を使用したが、実は SI を使おうという意見もあった。個人的にもこちらの方が気に入っているし、運営者の多くも SI 派であった。しかし、京大から試走などの人員を借りるという予定であったため、さすがに「京大の E-Card をさしおいて SI を使うわけにはいかん」ということになった。このような事情があって、E-Card になったわけである。結局、京大から人を借りずにすんだため、SI でも良かったのだから……。

運営というものは、当日はある程度ヒマである。というか、ヒマでなければならない。「忙しい＝よろしくないことが起こっている」という関係が成り立つからである。その代わりに、当日まではかなりの負担を強いられる。人員配置を考え、タイムテーブルを作成する。宿泊所を手配する。ミーティングを開く。など、はっきり言って雑用に近い仕事が山積みである。それに加えて、あれはどうなっている、これはどうなっている、などと各方面から問い合わせがくる。「そんなもん分かっとる、だまっとれ」と叫びたくなるのも納得できる。

今回、特に難航したのが宿泊所の確保である。甲山森林公園内に青少年の家があり、かなの好条件に思えた。ところが、この青少年の家がくせ者で、「昼の 3:00 に全員集合で朝は 10:00 からしか出れない、飯は持ち込み禁止」という全く使えない代物であった。前日からの運営者は約25人で、これをすべて会場に近いところに宿泊させるというのはかなり難易度が高い。一時は、カラオケボックスで朝まで過ごすという案も真剣に検討されたほどであった。どうすんねんと思っていたところに、近くにユースホステルがあるという情報が得られた。しかし、各種業務及び実習、その他の事情に追われている間に月日は流れ、予約できるようになったのは2日前であった。実際に予約の電話を入れたのは、通学途中の「はるか」の列車電話からであった。このために、特急料金 940 円を払うのは納得がいかなかったが、各大学の代表者への連絡などで電話室に長居していたため、その間に検札がおわりなんと無料で乗車することができた(読者の中に JR 関係者の方はいらっしやいませんよね)。長期休暇中でもないただの土曜日に、しかもマイナーユースホステルが満室であるはずかないので、予約自体はとれると確信していたが、もし満室であったならば本当にカラオケボックスになっていたところである。ここに、女性運営者をすべて収容し、残りは西宮周辺の下宿生の家に宿泊することになった。一部では 10 畳ほどの部屋に 11 人が詰め込まれていた。ひとり 1 畳ないやんけ……。競技責任者は朝まで麻雀をやっていたとの情報もある。

2、3のクレームもあったが大したものではなく、無事定例戦を終えることができた。コースに文句があったらそれは競技責任者のせいです。僕の責任ではありません。あしからず。

学連定例戦参加報告

by 永瀬

遅くなりましたが、関西学連定例戦第3戦at甲山の参加報告です。

▽運営:

運営責任者:白川、競技責任者:平山という(自称)豪華メンバーでした。

▽天候

競技中は曇りでした。ほとんどの参加者がゴールしたころに、雨が降り出しました。運営者の皆様には、お気の毒でした。

▽生まれて初めて:

いまさらながら、E-card、初体験でした。

・感想(SPORTident~ウエスタンカップのときの~との比較)

・少し大きい。(指へのゴム止めでは、ぶらぶらして落とさないか不安)

・パンチ時に音がしないので、不安

(数秒間、パンチ台にセットしていました。)

・実際には、上を通過でもなんとかなるぐらいで、ここまで神経質になる必要はないらしい。

(さらに、紙へのバックアップもあり)

・ゴール時にラップをもらえてよかった。

(E-cardでのパンチングの後、ラップ30を押すのがやりにくいと思いながら走ったのですが、ラップ30で、ラップをとる必要はなかった。

▽コース(MAS...WAも同一コース)

S→1で、最初から小川をたどらせるのは、意外性があったよかったです。(でも、スタート地区が、不整地の下り勾配なのは、まずかったようです。1分前の走者が、スタート直後、道にでるところで、転倒)

4→5は、このコースの中ではロングレッグ(コンタ道をたどり途中から尾根道)でしたが、中間点あたりで、コントロールを探し回る人多数続出。5は、あきらめたとの声もちらほら。(5自体のコントロールは容易な位置。)コントロールは優しくて、コントロール間が、そこそこ難しいのは、私好みです。

コース距離を稼ぐため、7~10で、ループし、さらに8~9の間に3があるのは、致し方がないところか。

▽速報

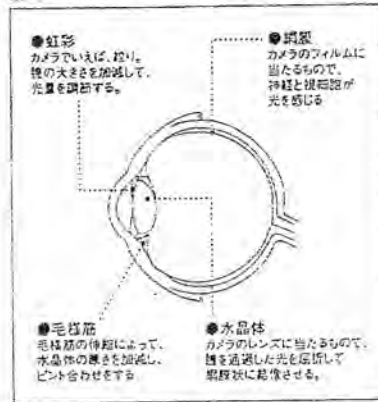
MAS

- 1 伊藤夏生 40'20"
- 永瀬真一 45'20"
- 前田春正 55'08"
- 御勢健二 1:00'07"
- 岩井健二 1:16'59"
- 寺田保 ?

高齢者と照明

寺田 強

二世議員の多い衆議院選挙でしたが皆さんは自己主張されましたか。オリエンティアンにも二世が誕生すれば嬉しいのですがなかなか子供は親と同じことをしません。さて我々も年を重ねると身体のさまざまな変化がおこります。感覚機能的な特性、視覚においては40代半ばでも本人がハッキリ自覚できるほど老化が進んでいます。一説には10歳ぐらいがピークで、どんどん下がり40代後半からは急速に低下していきます。もちろん個人差は大きいですが、衰えの原因や特性・度合いにはさまざまな角度からの配慮が必要です。目は角膜、水晶体、硝子体など透明な組織で出来ています。近くを見る時は弾力性のある水晶体が膨らみを増し、その周囲を取り巻いている筋肉が収縮するのです。しかし、加齢に伴い水晶体の弾力がなくなり、筋肉も弱まり、近くを見る時でも膨らみきれなくなります。これがいわゆる「老眼」です。これらの対応として高齢者ほど明るさが必要なのです。



加齢により透明な組織の中に蛋白質の大粒子が沈殿し、濁りが生じます。まぶしさを感じたり、文字の輪郭がぼやけたりする

原因は、光を拡散するこの濁りが原因なのです。このまぶしさ（グレア）感の増大には視界全体からまぶしい光源を除くことが必要です。つまり、まぶしくなくて十分に明るい照明手法を考えなくてはならないのです。

明るいところに慣れた目を急に暗いところに向けると、物がよく見えなくなり、完全に暗さに対応するには30分以上かかります。特に高齢者は若齢者のように瞳孔が広がらない上、視細胞の感度変化が若齢者の数分の1程度しかなく、明るさの差を識別する能力も低下し、真っ暗な状態に目が慣れるのに時間がかかります。また、対象物のコントラストが小さければ知覚出来ないことがあり、暗い廊下や、屋外はよく見えなくて不安だと言う声が高齢者から聞かれます。

そこで、照明環境として夜の動線を考えて、急な照度変化のないやさしいあかりが求められます。ただ、明るいだけでなく必要な所が十分に明るいメリハリのある明るさが必要なのです。そして水晶体の濁りから、青い光は暗く見えたりするので薄暗いところでは、白と黄色、黒と紺、赤紫系などが識別出来にくくなります。そのため、電球や電球色蛍光灯より昼白色蛍光灯が適していますが、電球色蛍光灯はまぶしくなくやさしいので、適材適所で使うべきでしょう。

一部屋1照明とせず、部屋に応じた照明を選ぶのがポイントです。そして廊下や階段トイレ、浴室など事故のおきやすい場所は十二分に配慮し、部分的な暗がりを作らないことです。特に階段の上下一段目は足下灯などでカバーし、非常時の転倒などにも気をつけることです。最近は人体感知センサー付き、タイマー付きなどいろいろなものが販売されていますので各家庭にあったものを選んで快適な高齢者生活を楽しみましょう。もうすぐ、われわれも、高齢者です。！！

6月運営会議報告

[参加者]

寺田強、保、横田、前田、白川

[議題]

【1】ナイトーOの内容

- ・コースは、前田さん検討中。
- ・200号記念大会として、記念品争奪決勝をする。
- ・ビール会を開催する。
- ・7月20日(木・祝) 9:30 浜寺公園噴水前集合…試走
- ・現在申し込みは数名。もっとPRを!

【2】APOC壮行会

- ・前田さんが、オーストラリアのAPOCに出発(29日21時)。
- ・結果報告に、乞うご期待!
- ・KOLA旗ついにオーストラリアへ。

【3】KOLA-豊中合宿

- ・かんぼの宿、閉鎖の件検討中。
- ・合宿自体は実施。
- ・他の地図は…?

【4】とんぼ池調査について

- ・6月17日の調査は、中止。
- ・随時、保氏などで調査。

【5】クラブカップ 7人リレー

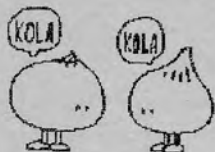
- ・26日に申し込み完了
- ・7月25日に出発組と、遅い組と?。

【6】7月の運営会議は?

- ・ナイト&合宿の準備もあるので25日の午後6時頃からはどうですか?。
(27, 28日は横田が宿泊訓練でいません)
- みなさんの予定をお聞かせ下さい。

第4回 KOLAナイトオリエンティング大会

KOLA200号記念大会



実費にて、BEERパーティー計画中！。そのまま寝てもしらないよ！

200号記念品作成！

【日時】2000年8月5日（土）のナイト

【集合場所】浜寺公園 噴水広場（浜寺公園駅下車10分・中央噴水前）

【受付時間】午後6時30分～7時 7時30分スタート

【競技形式】スコア OL+α

（別途 上位入賞者による200号記念品争奪決勝戦を開催）

【使用地図】大阪OLC作成 浜寺公園O-マップ

【クラス】M&W とともに年齢無制限です

※KOLA杯ハンディ戦もあります

【参加費】500円（事前） 当日は700円

【申込方法】参加費は、郵便振替にてお支払い下さい。

払込手数料は払込者の負担とします。

口座番号：00970-7-14158

加入者名：岸和田オリエンティング協会

他記人欄：払込の住所・氏名・送金額

通信欄：参加者の氏名・電話番号・参加クラス・生年月日・E-mail

BEERパーティーの参加の有無

【問合せ先】前田 春正 電話&FAX 07-7221-7221

E-mail mail@kola.club.ne.jp

【申込締切】7月20日（木）

【注意】コンパス&ナイトOL用品の貸し出しはありません。

※懐中電灯などを忘れないようにしてください。

翌日8月6日（日）は第20回コンターズ練習会です。ばっちり2日間楽しみましょう。

【場所】千里南公園

【問合せ先】辻村 修 電話06-7599-7599

OLカレンダー

	大会名	主催	場所	締切	問い合わせ
7/9	第53回福島県総合OL大会				
7/29	北海道OL大会パ-ク	北海道協会			
7/29-30	豊中KOLA合同合宿	豊中KOLA	峰山高原		寺田0724-3-1260
7/29	京大杯	北大OLC	長野県		我孫子090-1-1260
7/30	第23回北大大会	京大			1
8/2-7	阪大大阪外大奈良女合宿	大阪大OLC			
8/5	第14回KOLA対決OL大会	KOLA	浜寺公園		寺田0724-3-1260
8/6	第20回インター練習会	インター			
8/9-12	京都橋女子大合宿	京都橋女子大	菅平高原		
8/27	クラブカップ7人制大会		岐阜県坂下町		塩田075-4-3260
9/2-3	対決OL大会	吉備路			福田090-1-1260 3
9/10	全日本ル-埼玉選手権大会	埼玉県OL協			OL委076-1-1260 1
9/15	ファミ-初心者大会	北九州OLC	北九州市若松		
9/17	ビギナー	大阪OLC	服部緑地公園		吉田093-8-1260 3
9/17	第18回千葉県OL大会	千葉県協会	千葉市昭和の森		
9/23	横浜OLCパークOL	横浜OLC	横浜市		飯野043-4-1260 5
10/1	あがたの森OL大会	石川県OL協	石川県津幡町		
10/1	ウ-OL大会	東京都協会	小金井市		
10/8-9	榛原2日間大会	榛原実委	奈良県榛原町		
10/9	ニ(パ-ク)OL大会	宇治市OL協			前田075-4-1260 2
10/14-15	OLテレビ移行講習会	JOA	奈良		
10/15	宝塚市民OL大会	宝塚市OL協			
10/15	第53回岡崎市OL大会	岡崎市協会	岡崎市		
10/15	高遠フェスティバル	長野県協会	長野県		加藤03-4-1260 3
10/15	パークOLin神奈川	サンスーン			元木026-1-1260
10/15	第23回東北大OL大会	東北大OLC	仙台市		
10/21-22	リインターンシップ-研修講習	JOA	神戸		市川022-4-1260
10/29	第23回筑波大OL大会	筑波大OLC	水戸市		久保03-5-1260
11/4	碓氷峠杯OL大会	群馬県協会	群馬県松井田町		船田0298-1-1260
11/5	平成12年度東日本大会	JOA	群馬県松井田町		吉田027-4-1260
11/12	インカレ対決	日本学連	滋賀県高島町		久保03-5-1260
11/19	第9回全日本ル-OL大会	JOA	富山県		一瀬075-7-1260
12/24	大阪OLC25周年大会	大阪OLC	箕面市		久保03-5-1260 野沢06-69-1260 2

7月の予定

11日(日) 前田氏、AOPC帰国

20日(木) ナイト試走 浜寺公園 9:00

25日(火) 会議&準備 17:00 KOLAハウス

7/29~30 合宿な~

Aiming

暑い!。夏ですね。こんな時にプールに入ったら気持ちいいやろうなあ。先日、中学校のプールに夜中の侵入者があってビールとかが散乱。ここまではよくある話なんです。水中を見てみると、なんと「う〇こ」が…。教育委員会に連絡を取って、水を全部入れ替え。約30万円の水道代が!。警察に被害届も出しましたが、非常識なやつちやなあ。