

■■風邪はコミケの天敵です■■

せっかく年に数日しかない、待ちに待ったコミケときでは、風邪をひいたくらいでおとなしく寝てなど居られない、という気持ちはよく分かる。

しかし、文字通り冬コミは風邪の温床だ。ただでさえ寒くて疲れがたまりやすい時期に、数十万人の人間が一箇所に集中し、吹きさらしの屋外に長時間滞在したり、暑い人ごみで押し合いへし合いしたりするのだから、風邪が万延する条件はすべて整っているといっても過言ではない。それだけに、元から風邪気味だったり、風邪をひいてしまっている状態で参加すると、自分以外の非常に多くの参加者を感染の危険にさらすことになる。

特に毎年流行するインフルエンザはウイルス性の感染症なので、感染の条件が整ってしまうと、爆発的に広まる危険性があるし、会場の環境もとても身体にやさしいものではないから、大丈夫かもと思っていても急激に体調が悪化してしまうことも十分に考えられる。そして会場内で倒ればスタッフをはじめ多くの人に迷惑をかけてしまう…と、とにかくあらゆる面でコミケ全体によからぬ影響を与えてしまうのだ。

風邪をひいたり体調が悪くないときは参加そのものを見合わせる（※）のが基本だが、それでもどうしても参加するという場合には必ず以下のポイントに注意してほしい。

自分だけの問題ではないという自覚を持つことが、まず大切なのだ。

- 食欲がなくても、朝食は必ず食べる。朝食が食べられないほど体調が悪いなら、その時点で参加をあきらめる決断も必要。
- 友人などの同行者を必ずつけること。同行者やコミケスタッフの『帰った方が良い』というような判断には従うこと。
- 必ずマスクを着用し、会場内でも折を見てこまめにうがいをする事。
- 薬、飲物、ティッシュなどは必ず用意しておくこと。
- 朝の入場待機列には基本的に並ばないつもりで来場し、閉会時間前にいち早く会場を出ること。
- 持物はできる限り軽量コンパクト化し、荷物による体力消耗を避けること。
- マフラー、カイロなどで身体を冷やさないようにし、下着、肌着の着替えを持参し、汗をかいたらすぐに着替えること。
- 動けなくなってからでは遅い、動けるうちに帰宅する判断力を持つこと。



※サークル参加者の場合でも、欠席の際はコミケ終了後に、欠席理由と共に未使用の出展サークル専用通行証（通称『サークル通行証』）をコミケ準備会へ返納すれば、次回抽選でのペナルティは無い。特に個人サークルの参加者は焦って無理をせず、体調とよく相談しよう。

●喉を守って身体を守る●

冬コミの会場は非常に乾燥している。もともと関東地方の冬というのは空気が乾燥するものなのだが、それに輪をかけて乾燥しているし、会場の内外共にホコリが多い。これは特に他の地域からやってくる参加者には思いの外ハードな環境だったりもする。

もともと環境的にハードで、さらにそこに至る状況的にもハードなのが冬コミなので、風邪気味や風邪予備軍はわんさと存在している。というわけで冬コミで喉を痛め、そこから風邪へというコンボが決まって、1年の最後でバッドエンド、泣く泣く寝込正月……。に陥らないためにも、喉をしっかり護りたい。

そのためには、喉の粘膜を乾燥させないために、水分を補給したりのだしでガードしたり、マスクやうがい薬でホコリをシャットアウトするといったことが大事になってくる。特にうがいは、意識してこまめに行うようにし、コミケから帰宅してからも、まずはよくうがいをしよう（できればうがい薬などを使用ししっかり喉を護りたい）。

すでに風邪気味の人は喉に直接噴射するタイプの喉荒治療剤や医薬品のトローチなどを用意していくと良いだろう。また疲労回復効果も高いホットの蜂蜜レモンなどを小型魔法瓶で持っていくのもオススメだ。

さらに、喉や首周りを冷やすと風邪をひきやすくなったり喉を痛めやすくなるので、服の襟やマフラー、バンダナ、ネクタイなどでしっかり外からもガードしておくこと。

どうしても寒い時には首の後ろにカイロを当てると効果的なので覚えておこう。