

コミケビギナーのための 超・速・解 アドバイス

ComiNavi

今回も会場がフルに使えてサークルも企業も大充実！
ただでさえ慌ただしい年末のその最後の最後だけに色々と
調整不足になってしまいがちな冬コミですが、ぶっつけ本
番で挑んでももったいないですよ！

できるだけでも事前の準備を頑張っ、いざ平成最後の
コミケットを楽しみましょう！



■■着た・動いた・暑かった■■

暑さに対する対策と異り、防寒には限りがない。最大限の防寒対策を講じれば人類は零下40度以下の気温の中でも活動可能だ。しかし言うまでもなく冬コミに参加するのならそんな大仰な装備は必要がないどころか、まったく邪魔でしかない。

冬コミの環境では多くの参加者の場合、非常に寒い環境で待機する時間よりも、ほとんど寒さを感じないホール内で同人誌を買いまわる時間の方が長い（屋外の風が吹き込むシャッター前付近配置のサークル参加者を除く）。しかし未明から入場待機列に並び入場後も大手列に並び、といった状況が想定されるなら、屋外で待機する時間の方が長くなるだろう。

これだけでも、必要となる防寒対策はちがってくるのが分かるはずだ。

『的確な防寒対策』とは、本来いくらでもできる防寒から、寒さで体力を消耗しない、かつ着ぶくれ過ぎて邪魔にならない、必要最低限のラインを読み取ることなのだ。

■『健康で活動的な最低限度の防寒』という思想■

人間が長時間寒い場所で過ごす、周囲に奪われていく熱量が身体の熱生産量を上回り、その状況のまま放置すると、やがて低体温症に陥る。

逆に、人間が一定以上の時間活動すると、主に筋肉の活動によって体温が上がり、その状態が続くと真冬でも汗をかく。人体が活発かつ過熱せず活動可能な状態というのは、かなり狭い温度域でしかない。

『寒ければ着ればよい、暑ければ脱げばよい』とは言うが、それを実現するためには、かなりデリケートなコントロールが要求されるのだ。

では、どうやってそれをコミケットの会場で行うのかを考えてみよう。

●寒い暑い気温次第

至極当たり前のことだが、同じ服装をしていても夏では暑く冬では寒い。これは周辺の気温が異なることで起こるので、1日の中でも日中と夜間を比べれば同じことが言える。コミケットの会場においても、時間によって気温は全く違ってくるのだから、当然それぞれの気温で快適な服装は異なってくるという理屈だ。

会場である東京ビッグサイトの周辺は海で、待機場所の多くはコンクリートや砂利敷きの地面だ。東京の年末周辺の過去の気温を少し調べてみると、待機開始時間となる午前5時台の平均気温は3℃前後。対して一般入場がフリーとなった午後の気温は年によってばらつきがあるものの、概ね10℃前後である。しかし、実際には未明にはビッグサイト周辺には風が吹くことが多く、それによって体感気温はさらに下がり、逆に日中は陽射しによって実際の気温以上に暖かく感じられる。衣服の選択という面から見れば早朝と昼間の温度差はかなり大きく、それぞれの環境にふさわしい服装は大きく異なってくるので、見誤ると寒かったり暑かったりと苦労することになる。自分の参加時間を把握しよう。



●過度な厚着はかえって寒い

会期中のホール、午前中の過密な行列も一段落つき、放送は入場フリーを告げているお昼ごろによく見かけられるのが、**ダウンなどの長いベンチコートタイプの上着を着て、汗だくで会場内を闊歩する参加者の姿**だ。おそらく未明からの待機を想定して選択してきたと思われる保温性の高い上着が、完全に逆効果になってしまっている例だ。ごく寒い環境を前提にした衣服を着込んだまま会場内で活発に活動していると（午前中は休む間もなくサークルからサークルを飛び回る参加者が多い）、気がつけば汗びしょり……ということになっているわけだが、意識して対策を講じないとこの状態を回避するのはなかなか難しい。

入場直後はまだ寒く、動き始めたら今度は上着を脱ぐことを忘れるか、脱いでかきさばって邪魔なので脱ぐ暇も惜しいと思ってしまうためだ。

汗の厄介なところは、肌に直接触れるアンダーウェアを湿った状態にしてしまうことで、濡れた肌着は服の内側のためになかなか乾かず、少しでも活動を止めると途端に体温を奪い始める。結果的に、高い防寒性を持ったウェアを着込んできたのにソクソクと冷える、という逆効果になってしまう。

替えのアンダーウェアを用意しておくか、化繊の汗の吸収と拡散に優れたアンダーを着ておくことである程度リカバリーできるが、そもそも保温性だけに特化したタイプのウェアはコミケットにはあまり向かないことを知った上で、活動状態のことも考えて着るものを考えよう。



●守るべき所を的確に守るのが防寒術の要

いくら厚い上着を着ても、それだけでは寒さに勝つことはできない。顔・頭部・首周り・腰・手首・足首・足裏といった部分は、体温が奪われていく要注意スポットだ。これらの部分を帽子、マフラー、手袋、靴下、カイロといった**補助防寒具で部位別にカバー**することが、保温性と活動性を両立する防寒術の基礎だ。

保温性・速乾性の高いハイネックタイプのロングアンダーウェア上下で内側からカバーする方法もあるが、その上でもこれら補助防寒具は絶対にあつた方がよい。防寒のためだけでなく、帽子は紫外線対策、手袋はケガ防止、マスクはインフルエンザ予防など他の効用も期待できるからだ。

●こだわるべきは、下半身

人体のほぼ半分を占める脚の防寒を疎かにしてよい理由はない。特に体を支え、1日働く足腰をきちんと保護することは防寒のみならず疲労予防の観点からも非常に有効なので無策で臨むのはもったいない。

普段ズボン1枚だけ、あるいはスカートで参加しようという人にこそ試して欲しいが、腰にカイロを貼る、防寒用やスポーツ用のアンダータイツやストッキングを履いた上で化繊やウールの厚手のソックスを履く、靴に防寒中敷きを入れるなどの対策はいずれも効果が高くオススメだ。

靴も夏以上に差が出るので、靴底が厚めで、内部に湿気を溜め込みにくいしっかりしたものを選ぼう。

●『低体温症』の基礎知識

低体温症は夏の熱中症同様、体温調節障害の一種だ。こちらは身体が生産・保温できる以上に外部に熱が奪われ、体幹部の体温が正常な身体機能を維持できなくなるほどに低下してしまう状態を言う。

コミケットの待機環境下では、よほどの薄着でもなければ命に関わるような状態に陥ることはほぼ無いと考えてよいが、軽度のもなら十分危険性がある。また、雨や雪に濡れる、風があると急激に体温を奪われるので、長時間待機の際は必ず防水／防風機能を持った上着を用意しておこう。

コスプレイヤーは屋外で薄着になる際には、一定時間ごとに休憩し、上着を羽織って熱い飲物やカイロなどで体を温めよう。軽度の低体温症でもお腹を下したりすることがあるので自衛が肝心だ。

行列などで、震えている、ぐったりして唇の血色が悪い、起きているのに声をかけても反応が鈍いといった参加者は低体温症の可能性があるので、スタッフに一声かけておこう。

低体温症の諸症状

- ・身体が震え、歯が鳴る
- ・強い疲労倦怠感
- ・記憶の低迷／混濁
- ・周囲への関心の低下
- ・消化能力の低下

低体温症の対策

- ・カイロで熱を補う
- ・温かい飲食物を摂る
- ・体をゆっくり動かす

■■持ち物と体力の微妙な関係■■

現在のところ、コミケットの参加者は早朝からの待機組と午前中に逐次会場に到着する組と、一般入場フリーのタイミングでゆっくり来場する組に概ねバランスよく別れているようだ。自分のコミケット練度や目的に合わせて来場時間を調整するという考え方が浸透してきたのは大変良い傾向と言えるだろう。そこで今回はそれを『荷物』という側面から考えてみよう。

大荷物はコミケット参加者の宿命とも言えるが、それを持ち歩く体力だって決して無限ではない。なるべく荷物を軽量コンパクトにすれば、会場内の混雑緩和にも多少貢献する……かもしれない。

——■重量より、バランスが重要■——

なにしろコミケットの1日を快適に過ごすためには、多くの参加者は普段の日とは比べ物にならないくらい多くの荷物を持参する必要がある。その上、会場では長時間立ちっぱなし、歩きっぱなしの上、当然購入した同人誌やグッズが増えていく（その量は未知数だ）わけで、当然足腰にかかる負担もまた、普段の生活とは比べ物にならない。普段の生活で重い荷物を持ち慣れなかったり、長時間歩くことをしていない人であれば尚更だ。

コミケットというお祭りの高揚感は一時疲れを忘れさせてはくれるが、だからといって疲労そのものが消えるわけではない。夕方くらいにはどっしりと疲労と荷物がのしかかってくる。

帰宅時まで体力を維持するためには、荷持というファクタにも工夫が必要というわけだ。

●何を、どう持つか？

戦利品も装備品も貴重品も全部同じバッグに入れておくのはあまり得策ではない。この記事では、コミケットの参加装備は分散してなるべく体に身につけるように持ち歩くことを推奨している。

荷重が肩や手など体の一点に全てかかる荷物の運び方を続けると体力の消耗が大きいことから、荷物を分割することで荷重も分散させるという目的の他に、貴重品と消耗品や出し入れを頻繁に行う物を分けることで、会場の片隅でいちいちカバンの中身を出したり入れたり荷物整理をして貴重品を落としたり、盗難に遭ったりというリスクを回避する目的もあるためだ。

また、戦利品だけを分けて収納しておけば、会場内外から戦利品だけ宅配で自宅に送ってしまうようなことも簡単にできる。

最も重くなる戦利品のバッグは、手提げ袋型よりも肩や背中に掛ける運び方で、バッグ類のストラップを短めにしてバッグ本体をなるべく高い位置で体に密着させるようにすると最も身体への負担が小さくなるので試してみてほしい。

また、手提げや肩かけのバッグも、手や体に当たる部分には何らかの保護材を巻くとよい。グリップやストラップクッションなどの商品を事前に購入して用意しておけば万全だ。

●要らない物は、持たない。

何を持って行くかと同じか、それ以上に、何を持って行かないか、ということも大切な選択である。自分が参加する時間帯の気温や天候、会場滞在時間、回る予定のサークル数や場所、大手か否かなどの情報を事前に確認し、不要な持ち物を一つ一つ省いていくことで荷物を極力コンパクト化する。地道な作業ではあるが、効果は大きい。

ただ、現在のネット社会において、携帯電話やスマホの電池切れだけは絶対に避けたい事態だ。イベントの際は普段より電池消費が大きくなりがちでもあるので、予備バッテリーだけは、可能なら複数個用意すること、万一それでも電池切れを起こした場合の連絡手段だけは絶対に用意しておこう。



冬コミ用持物リスト Comi-Navi.comの『過去の記事など』コーナーより。

以前の記事に掲載した推奨持物リスト(PDF)です。自分の参加スタイルに合わせて適宜追加・除外して最適化して下さい。



http://www.comi-navi.com/contents/pdf/bring_list_winter.pdf

■■ウイルスを持たない・持ち込ませない■■

冬コミの時期に毎年全国的な流行を始めるインフルエンザはもはや良からぬ冬の風物詩だ。感染しても初期段階では自覚症状が無く、その潜伏期間内でもさらに外部にウイルスを撒き散らす厄介な病気で、冬コミのような『寒く乾燥して』『疲労や睡眠不足などで抵抗力の低下した人間が』『大勢密集している』環境はインフルエンザにとっては絶好のパンデミック（集団感染）のチャンスだ。しかも今年は他の感染症の流行も危惧されている。

全参加者が注意し、今回もウイルス排除排除！

■感染拡大警戒中！■

例年通り、すでにインフルエンザの流行は始まっている。その上、ここ最近は非常に感染力が強く、妊娠中の女性が感染すると特にお腹の赤ちゃんに危険な後遺症をもたらす【風疹-ふうしん-】の流行についてのアラートも出ている。

コミケットは全国から多くの参加者が集うので、その中で感染者が出ると、全国に一気にウイルスを配達してしまうことにもなりかねないので、全参加者が意識して防疫に務め、感染の拡大を防がねばならない。その第一歩は体調が優れない場合は、勇気をもって参加を中止することだ。これは個人ができる最大の感染予防策である。例え自分自身は単なる体調不良であったとしても、そういった状態では抵抗力も低下していることが多いので会場で感染者となってしまう可能性が高く、感染拡大リスクという面では変わらないのだ。特にサークル参加者にとってはこの選択は非常に厳しいものであるが、体調不良による欠席は会期後に所定の手続きを行うことで次回以降への参加ペナルティは回避できるので、数十万参加者と、その帰宅後の周辺（＝日本）を護るために、参加見合わせという決断を下してほしい。

■わたしにできること■

これらの感染症には予防接種による抗体生成か、体内へのウイルス侵入を阻止する水際対策を行うしか方法がない。

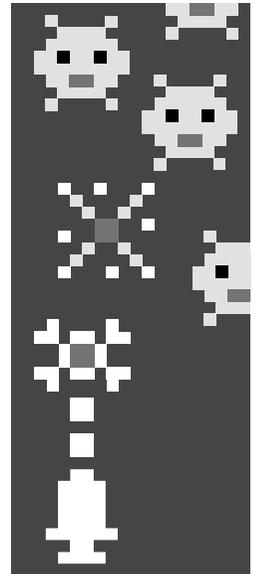
特に風疹は抗体がある人と無い人が混在しているので、周囲に感染すると危険な人が多いようなら、事前に医療機関で抗体検査を受け、抗体が無い場合には予防接種を受けておくことを考えるべきかもしれない。

予防接種も思い立って即受けられるとは限らない。受けるつもりがあるなら、なるべく早めに行動しなければならぬということは覚えておいてほしい。

コミケットのために予防接種を受けるのではなく、コミケットを理由に自分と周囲を守るために受けるのだと考えると良いかもしれない。

また、会場では屋外待機時や混み合った館内ではマスクを着ける、アルコール除菌ジェルやウェットティッシュを持ち歩き、飲食の前には必ず手指を拭く、機会を見つけてなるべく多く石鹸での手洗いとうがいをやる、こまめな水分補給で喉粘膜の乾燥を防ぐなどのインフルエンザ予防策を積極的にやる。

その上でもし、自分や同行者が体調を崩した場合は会期中でもなるべく早く、会場から撤収すること。万一のため、全員が自分の健康保険証と、持っているならお薬手帳、家族などの緊急連絡先を記したカードを持参するよう務めよう。



●君の名は……？

コミケットと一緒に参加する同行者が日頃から仲良しの友人だとしても、本名は？保護者や関係者の連絡先は？住所は？事故や急病などの緊急時にどこにどう連絡を取ればいいのか分かるだろうか？逆もまた然り、同行者はアナタのそれらの情報を知っているだろうか？ネット上の友人でプライベートの付き合いは無いのでむやみに個人情報を教えるのはちょっと、という場合もあるだろう。なので『緊急事態には、自分の荷物のここに必要な証書や情報が入っている』という事だけでもお互いに共有しておこう。

正体不明ですが仲良く！



謎の参加者X

■■見ようと思わなければ、見えない■■

前回C94の会場内で、スリ犯が逮捕されるという一幕があった。多くの参加者はそのニュースに触れて『へー！スリなんて、ホントにいたんだ！？』という印象を持ったのではないだろうか？
しかし会期中のアナウンスのように、盗撮・スリ・置き引き・釣り銭詐欺といった犯罪行為は、実際に毎回のようにコミケットの中で発生している。

人が多く集まるとそういう不心得者も侵入してくる。単純に人が多い＝犯罪実行のチャンスが大きい、という計算している本来コミケットとは無関係な者もいれば、残念ながら参加者としてもある程度の活動をしながら犯罪行為を犯す者もいるだろう。そういった人々に良からぬ考えを起させないためには、全参加者が他人ごとと思わず常に注意を怠らないこと、見ないフリをしないことが必須なのだ。

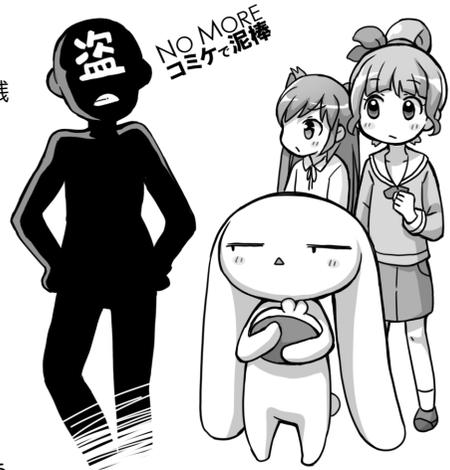
先の逮捕劇を機に、彼らに『コミケットでは犯罪行為は非常に困難』だという認識を持たせたい。

■光ってますか監視の目■

あらゆる防犯の基本と言えるのが、『できる限り、犯罪行為が成功しなさそうに見せる』というメソッドだ。大きく丈夫な鍵、ガードマンの巡回、警報器や監視カメラなどは、『まず犯罪行為を実行に移させない』ために有用なのだ。コミケットの会場でそれら以上に有効なのが会場中あらゆる場所に居る参加者の目と、注意力だ。自分の荷物に注意を払うこと、周囲の不審行為にも耳目を向けること。全員がこれを行ったら、会場内に犯罪のチャンスも、犯罪者の逃げ場所も存在しないだろう。

①自分に責任を持つ

いかなる場合でも、実際に手を出す者が悪い。これは絶対に、例外は無い。しかし、その結果としてスリ・窃盗・盗撮・釣り銭詐欺などの犯罪行為の被害を被り、貴重なコミケットの1日に不愉快極まりない体験をしなければならないのは手を出された側で、例えば犯人が捕まったとしても、引き換えにできるものではないだろう。だからこそまずはそういう不心得者が会場内外に実在することを知り、『そうは言っても自分くらいは大丈夫だろう』と思わずに常に自分の貴重品、戦利品や周囲に注意を払おう。



②狙われるポイントを知ろう

窃盗にしろ盗撮にしろ、基本的には『隙について』の行為だ。コミケット参加者にはどんな隙があるのか、把握しておこう。周囲を見て、その行為中の参加者が居たら、近くにその隙を伺う誰かが居るかもしれない。その時点でなら参加者側に注意を喚起することで犯罪を未然に防げるのだ。遠慮なく声をかけてよいが、それが難しいようであれば見て見ぬふりはせず、スタッフに一報しよう。

- ・取り出した財布を本を購入する時や買った本をカバンにしまう時などに手近に置きっぱなしにする。
- ・財布や携帯電話等を簡単に取り出せるポケットや手荷物一番上に置いている。
- ・休憩中などに荷物や戦利品の袋を床や椅子の上に置いたまま眠ってしまう。
- ・本や携帯に夢中になるあまりスカートの中が見えてしまうような姿勢で座ってしまっている。
- ・コスプレに着替える際の肌や下着の露出対策が不十分。
- ・特に個人サークルの参加者がスペースを離れる際、卓上をむき出しで放置、貴重品を持参していない。
- ・会話や作業に夢中で自分のスペース上に注意を払っていない。

③自分の守りを固めよう

- ・買い物用の財布を別に分け、財布にはリード（繫紐）を付けてベルトなどに留めておこう。
- ・携帯電話、スマホには大きめのストラップを付け、落としにくく、気付きやすいようにしておこう。
- ・貴重品類はリュック、ポシェットなど直接身につけるバッグに入れよう。座る時も荷物は膝の上に。
- ・スカートで参加する参加者はスカートの長さに関係なく、防寒も兼ねてスパッツなどを着用しよう。
- ・コスプレに着替える際の肌や下着の露出対策が不十分。
- ・スペースを離れる際には必ず両隣のサークルに声をかけ、頒布物を引き上げるか卓上に布等をかけて。
- ・朝左右前後のサークルと挨拶を交わし、スペース中に誰か入る際にも声をかけ、連携して島中や周辺に不審な人物が入り込んだり、スペースの盗撮、居座り、万引き等の行為をさせないように注意する。

■コミケ 再生産■

今回のこと以上に、早くも次回に向けて発表される諸事が注目を集めている観があるC95。これまでホール移動や利用制限などはあったが、次回以降はいよいよコミケット史上久々の全面仕様変更となるのだから参加者なら誰しも気になって当然ではある。しかし、敢えて問いたい。この時点でまだ半年以上先のことを心配するほどに、アナタはこれまでコミケットの事を逐次考え続けてきただろうか？

これまでのコミケットについてある程度の知識を持っている参加者であればあるほど、『結局は開けてみるまで分からない』という見解を持つだろう。参加者数十万人という規模のイベントの帰趨など、実際にやってみるまで分かるはずがないし、これまでにもそのように試行しながら最適解を求め続けてきたのがコミケットというイベントなのだ。

これまで自分が慣れてきたコミケットではないから、システムが変更されるからと反発する、不満を撒き散らすくらいなら、自分たちのための場を自分たちで守り、維持守る！と氣勢を挙げ、何がどうなったとしても協力しあってキッチリと破綻なく変則開会のコミケットを開催しきるのが自由な創造の場としてのコミケットの参加者としての意気ではないだろうか。試されているのは、大変革を行うコミケット以上に、そこに参加する1人1人、つまりアナタなのだ。

さて、そんな嵐の前の静けさとも言える今回C95だが、そういった今後を踏まえてもう一度、きちんと情報を収集する、根拠のない情報に惑わされない、事前準備をしっかり行い体調を整える。そして、自分が『お客様』ではなく共にコミケットを作っている参加者であるという気持ちを改めて持って臨んでみてほしい。きっと今まで以上に、コミケットを楽しめるはずだ。

CAUTION

本記事の内容は全てコミケット準備会のチェック及び承認の上掲載されているものですが、紹介しているアイテム類や行為はコミケット当日の天候や状況によって使用できなくなるものや、禁止となる場合も発生しえます。最終的には現場のスタッフの判断に従ってください。

『臨機応変』もコミケット参加者に求められる大切な認識です。

本コーナーに掲載している健康面についての情報は専門医学的考証に基づいたものではありません。また、取りあげられている各種事例や方法については個人差があり、必ずしも期待される効果をもたらさない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

本コーナーではコミケットビギナーの為に、参加に際して有用と思われる情報や知っておいて欲しいことを繰り返し、様々な切り口から論じています。過去の記事も併せて読むことで得られる情報の密度が向上しますので、是非下記サイトから過去記事もご活用下さい。

<http://www.comi-navi.com> twitter:@Comi_Navi

過去のカatalog掲載Comi-Navi記事のバックナンバーやコミケットQ&Aなどを掲載しています。参加前にぜひ一読を！

コミケットをもっと良い場所にしたいというコミケット参加者のための交流サイトがComi-Navi.com。

ビギナーもベテランも、安心してコミケットやイベントの情報交換や質問、ノウハウの伝達ができる場所をめざして活動しています。

- ◆カatalog掲載記事まとめ本(夏)(冬)作りました！
約10年分の記事をまとめました。ある意味最強の快適参加マニュアルです。
- ◆コミケットサポートマガジン『コミケPlus』もよろしく！
コミケPlus誌の製作に全面協力しています。継続のため是非ご購入下さい！

◆コミケット会場でも参加者をサポート！

東1ホール救護室そばの物販ブースにお助けShop出展。会場内で何か困った時にはお立寄り下さい。

■Staff ■Writing: 榎村 枉(FORTUNE) ■Illustration: 桜部のとす(PalePink!)
■Web: 大木 真希夫 ■Cooperation: 蒼破



ココで
配布中！