

睡眠不足や疲労などの内的な要因は、その場で根本的な解決ができないものであるケースが多く、現場でできることは頭痛や生理痛に鎮痛剤を使う、温かい飲物や喉通りの良いゼリー飲料などを飲ませるといった対症療法で回復を促しながらとにかく安全な場所で休ませて動けるようになるまで様子を見ることしかない。そしてこの手の不調はそれで回復することがほとんどなので、その後の活動に支障がないようならそのままコミケット参加を続けても大丈夫だろう。

しかし、ある程度の時間を経ても回復しないのならより深刻な身体トラブルの可能性もあるので素人判断せずに救護室に搬送した方がよいだろう。ある程度は回復したが完全ではない、といった状態なら、その時点で帰宅する判断を下すべきだ。ゆりかもめやりんかい線で帰宅するならコミケット閉会前後の1～2時間は大勢の帰宅者が駅に集中するため、乗車できるまでにかなりの時間がかかるし、列車は非常に混む。コミケット参加経験の少ない参加者は、この帰宅ラッシュを考慮に入れていない可能性が高いが、コミケットというイベントはただそこから帰ることさえも一苦労なのだ。体調に不安があるのならなおさらなので、できる限り早めに会場を出るか、逆に早めに会場を出てから混雑がおさまるまで休憩できる場所を確保してラッシュを回避するか、帰宅ルートを変更して同様に並びはするがまだしも乗車できるまでの時間が短くてすむバスやタクシーを使うなどの対策を講じよう。

とくに未成年者は、体調不良で帰宅する時は必ず家族に帰宅連絡を入れるようにしてほしい。体調不良なので帰宅ラッシュを避けて帰宅を遅らせる場合などはなおさらだ。

●話が変わる感染症

3つの原因のうち、感染症は他の2つとは話が変わる。何しろコミケットの会場内や往復の道程全部で他の参加者に感染を拡大してしまうリスクがあるのだから、自分だけの問題ではない。

新型コロナやインフルエンザをはじめ、昨今流行している感染症は少なくないことから、体調不良の原因が感染症である可能性は十分にありえるのだ。自分が体調不良に陥った時、他の体調不良の参加者を救護する時、感染を拡大しないための措置が必要となるため、その可能性は常に頭に置いておいてほしい。全国や海外からも多数の参加者が密集する場所もあるコミケットは、感染症罹患者がいれば大量感染の場となってしまいかねないことから、全参加者にとって他人事ではないのだ。

■感染症の可能性がある場合とその対応■

- ・高熱や激しい嘔吐、強い喉痛、ひどい寒気や倦怠感など激しい症状が見られるのが感染症の特徴。
- ・咳や会話で飛散する唾液飛沫、吐瀉物や鼻水、排泄物などに含まれるウイルスが体内に侵入することで感染するので、マスク着用と手指や接触部分、吐瀉物などの清掃の際の消毒が必要。
- ・搬送先でも感染を拡大する危険があるので、必ず感染症の疑いがあることを伝える。
- ・帰宅する場合も、駅や交通機関内で感染を拡げないよう、感染者自身のマスク着用や、こまめな手指消毒を心がける。
- ・感染症の可能性のある参加者を救護するにはまずマスクを着用し、救護が終わったら何も触れないよう注意しつつトイレに行って手を石鹸でよく洗い、うがいをする。その際に着用していたマスクも必ず廃棄して新品に交換。以降数日間は自分の体調の変化に注意しておく。

●マスクは有能

冷たく乾燥しきった冬の関東地方の空気に加えて大勢の参加者が密集して活動することで発生する微細な埃や浮遊物、感染症のリスク……と、コミケットの環境はなかなか厳しいものであることから、コロナ禍以前から特に冬コミでは参加者にマスクの着用を推奨している。不織布のマスクは感染症予防だけでなく、埃や乾燥した空気から呼吸器を守り、冷たい外気が直接体内に入るのを防げる防寒具としての機能も有している。

今は普段の生活ではマスクを着用していない、という方も、関東圏外（とくに雪国）から来場される方（関東の乾燥空気で喉を痛めるケースが多い様子）も、冬コミに参加する1日だけはお守りとして着用してはいかがだろうか？

なお、マスクは必ず複数枚用意し、適宜交換するのが望ましい。

