

# 森の活動を安全にするために

—安全のためには手間を惜しむな！ 金も惜しむな！—

このテキストでこうすると怪我をすとか、失敗すると書かれた例はすべてが実際に経験したことだと思ってもらってよい。痛い思いをしないためにはどうしたらいいか。難しいことではない。基本に忠実に、落ち着いて活動をする。ただそれだけだ。我々の活動はボランティアであって、お金を稼ぐ仕事ではない。あるボランティアグループの活動で、基本に忠実に機械（刈払機）を使って作業していたら、リーダーから「そんな効率の悪いやり方をしている！と怒られたという話がある。もちろん「そんなところは、辞めちゃえ！！」とアドバイスをした。（松戸の話ではないが…）

## 1. 安全は格好から

### 1) 必ず長袖、長ズボンが基本

素材はツルツとしたもの。毛糸っぽいものやモコモコしたものは避ける。袖口はきちんと閉められるものがよい。腕カバーや手甲もお勧めです。

### 2) 靴は軽登山靴など裏のしっかりしたものとベター。

普通は運動靴でもよいが、状況によって、踏み抜き防止板を入れると良い。木に登ったりするときは地下足袋とか、斜面ではスパイク付の地下足袋など状況によって使い分けるのも良い。さらに親指の部分を鉄で覆った足袋もある。もちろん地下足袋用の踏み抜き防止板もあるので状況により使用する。ズボンの裾も畳み込めると良い。スパッツをつけたりする。

### 3) 森に入る時はヘルメット着用が基本

いつ上から枯れ枝が落ちてくるか分からないし、作業によっては頭を直撃する事故に遭う危険もある。ヘルメットにも目的によって色々ある。衝撃・落下用という種類を選ぼう。プラスチックの帽体の内側に発泡スチロールの付いているものが良い。

夏は蒸れてとにかく暑い。熱が逃げるベンチレーションの穴が開いているものを選ぶべし。（このクラスになると少々お値段も高い）またヘルメットには耐用年数がある。（材質により異なり、FRPは5年。強化プラスチックは3年）。ホームセンターなどに置いてあるものは耐用年数が過ぎたようなものが多いので注意。（グループでまとめて買う時は、安く買えるルートがある。秋山の森の松田さんに相談すること。そのルートを紹介してくれる）

### 4) 手の甲がメリヤスの安い皮手袋がお勧め。普通の軍手は安い、トゲなどにはほとんど効果がない。一双で200円ちょっとくらい。耐久性を考えるとお得。

### 5) ノコギリ・ハサミなどの道具は、ベルトと革ケースを使って腰からぶら下げよう。そうでないと、その辺にひょいと置くことになり、草に紛れて行方不明になる。

## 2. 森での作業

### 1) ひどい強風の時は森へ入るな。

枯れ枝が落ちてくる。枯れ木が倒れてくることもある。風がなくても、太い枯れ枝が落ちてきた例もある。折れて引っかかっていたものが、支えていた枝の限界がいつ来るかはわからないことを知っておこう。それほどでもない時でも、強風の時は伐倒作業はやめたほうが良い。風に吹かれてどちらに倒れてくるか分からない。

## 2) 森の作業は一人でしているわけではない。

### ①常に回りに神経を使うこと

動かすカマやナタなどの範囲に人は居ないか、切った木や竹がどっちに倒れようとするのか、その先に人は居ないか。その逆に、自分のいる場所は他の人の邪魔になる場所ではないか。

### ②斜面では上と下で同時に作業をしないこと

何かあれば転げ落ちて下にいる人を傷つけることがある。

(落ちるのは石であったり、木であったり、人間であったりと様々)

### ③機械を使っている人に近づくな

チェンソーや刈払機を使っている人には、用があっても近づくな。声を掛けても聞こえない。後ろから肩をぼんぼんと叩くのは一番危険。回転したままの機械を持って反射的に振り向かれて事故につながる。離れたところから笛を吹いて気がついてもらう。もしくは背中に小石を投げたり、長い竹でつついて気がついてもらうなどの工夫が必要。

## 3. 一人で森の作業をするな。

グループの活動日以外に一人で森へ出かけて作業をするのは絶対にやってはいけない。もし事故が起きたりしたら救急車を呼ぶこともできず、大事故につながる可能性がある。本人は自分なりに一所懸命にやっているつもりなのだろうが、事故になれば、里やまボランティア活動に致命的な障害を招くことにつながる。

また、われわれが入っている保険はグループ活動を前提としたもので、一人で活動をしていて事故に遭って適用されない。グループが認めた活動地で、2人以上で作業することが条件。

## 4. 木の伐採作業

### 1) 木はノコギリで切ろう。チェンソーを使いたがるな。

緑を守るボランティアという「植樹」をイメージする人が多い。しかし現在、里やまボランティアとか森林ボランティアの活動では植樹ということはほとんどない。

とにかく木を伐ること、伐採が中心。かつては炭やマキなど燃料や、落ち葉は肥料として使われていた森が全く使われなくなり、何十年も放置。木々が密集して真っ暗な森になり、ゴミの不法投棄場所になっているのが今の森。ひたすら木を伐って、森に太陽と風が入るようにし、健康な森にすることが作業の中心である。

### 2) 木を伐る：木は倒そうとする方向に素直には倒れてくれない。狙った方向とは違ったり、回転してどっちへ行くかわからないまま倒れてきたりとままたまならないものである。倒れてきた木の下敷きになったのでは大怪我をするし、怪我では済まないことさえある。そんな木を初心者がチェンソーで伐ったのでは危険極まりない。木はどっちへ倒れたがっているのか、木と対話しつつ、木の声を聞きながらゆっくりノコギリを入れていくことが大切だ。もし狙った伐倒方向と違う方向に倒れ始めても、ノコギリで作業していればそれはゆっくりであり、対応する余裕がある。チェンソーでは一気に伐れてしまうので、木の動きも早く、予想していたのと違う動きをされると初心者にはとても対応できない。

木は私たちの遊び(表現は適切でないかも知れないが)に命を懸けて付き合ってくれている。私たちも真剣に汗を流して木にノコギリで立ち向かおう。もちろん今の時代、チェンソーを否定しているのではない。倒した木の玉切りなどを通じて、早くチェンソーを使えるよう技術と知識を磨き、ちゃんとライセンスを取って使うべし。

さらにノコギリで切るときは地上1m位とか楽に切れるところで伐り、残った部分をチェンソーを使った伐倒の練習に使うといったことも考えるとよい。

### 3) 伐倒の基本的知識、技術をきちんと学ぶこと。

- ①日本のノコギリは引くときだけ切れて、戻す(押す)ときは切れない(海外では違うようだが…)。ゆっくりでいいから刃全体を使って引こう。刃の一部だけを前後に忙しく動かす人が少なくないが、木くずが刃に詰まったり、熱が逃げる間もなくなって余計に切れにくくなる。ノコギリを水平に、まっすぐ引くというだけの単純なことが意外に難しいことを実感して体で覚えること。
  - ②ノコギリを引くリズムは人間の心拍数に合わせるとよい。「与作は木を伐る」の歌に合わせるのが良いという説もある。
  - ③木を倒すには受け口を作り、追い口を入れるといった手順をふむが、木はすべて違う。太さも、枝の状況も、傾きも、ねじれていたり、曲がっていたりと千差万別。対応の仕方はすべて違うはず。基本的技術をきちんと身につけると共に、状況に応じた対応の仕方も覚えないと伐倒はできない。受け口・追い口の正確さは狙った方向に伐倒する基本。きっちり正確に作るべし。その意味でも、初心者がチェーンソーを使ったのでは正確には作れない。ノコギリで、旨くできなかったらキチンと手直しをする、これを繰り返して練習する事が大切。
  - ④伐採した木を短く切ることを玉切りといい、玉切り一つをとっても、上から切るか下から切るか、たったこれだけのことでいかにノコギリが喰われないかを考えながら作業しないとつちもさつちもいなくなる。
  - ⑤特に大木に立ち向かうためにはしっかりと技術と知識を学んでからにしよう。
- 4) **初心者は掛り木に手を出すな。**伐倒した木が他の木にひっ掛かってしまうことを掛り木と言い、これを外すときの事故が林業の現場でも一番多いといわれる。掛り木になったらベテランに任せ、初心者は手を出さないようにしよう。しかし、そんなことを言っているとボランティアの世界では掛り木を処理できなくなってしまう。先輩というか、少々ベテランになったら、掛り木の対処方法を学ぶべし。その際は各種の道具をきちんとそろえて対処すると共に、禁止手を使わないなど、慎重に対処すること。
- 5) **ボランティアはボランティアらしい伐倒方法を選ぼう。**
- 6) **基本はロープを掛け、チルホール(手動的ウインチ)、または人力で引っ張って倒す。**途中に滑車を介して角度を変えること。万が一、ロープが切れた時のことを考えて角度の内側に人が入ってはならない。正確に言えば引っ張って倒すのではない。重心を傾けてやることであって、あるところまでくれば自然に倒れてくれる。また多くの人でロープを引っ張る場合、滑車の前へ出て引っ張っている人がいないか、リーダーはチェックすること。  
人力の場合、倒れ始めたらず手を離そう。中にはしっかり握ろうとロープを手に巻く人がいるが、これは危険だ。ロープをすぐ離すことができず、逆に引っ張られてしまうことがあるからだ。木の重心は一般的に三分の一位の高さにある。ロープはできるだけ高い位置にかけよう。ハシゴや、先がY字型になっている長い枝を使う。  
細い紐に重りをつけて投げて、高い枝をまたいでから、ロープをこれに括り付けて引っ張り、ロープを高いところにかけるという方法もある。大きなパチンコを作って使うことも有り。
- 7) **木の重心：**木は必ず重心方向に倒れるのが普通。重心方向に家があったり、引っ掛ったりするほかの木があって重心とは違う方向に倒さなければならない作業はきわめて難しい。  
初心者は手を出してはならない。  
重心方向というのが、それを見定めるのも難しい。判断を誤ると予想外の方向に倒れることがある。ロープで引っ張ったり、クサビで倒そうとしても初めの少し傾けることができるだけで、その後は重心に引っ張られて倒れてしまう。
- 8) **クサビを使う：**クサビ(矢)を使って正確に倒す方法も学ぼう。
- 9) **広葉樹の伐採：**可能な限り、広葉樹はまずハシゴをかけて木にのぼり、枝を切ってしまう。切るに当たっては、それぞれの枝の元を30cmくらい残せば、昇り降りに楽。

枝を切って丸裸にしてしまえば、伐採は簡単。

- 10) 伐採作業は、先ず伐る木の回りの整理から。邪魔な低木があれば無くし、いざというときに自分が逃げる方向を確認。その方向に邪魔物があればそれも無くす。
- 11) 灌木（低木や細い木）を切るときは、しっかり地際で切ること。  
楽をしようとして5cmや10cm残して切ると、草に紛れて見えなくなり、つまづいて転ぶ原因になる。刈払機で草刈りをする場合にも、少し残っていると刃があたって危険。逆に思い切って50cmとか1mとか残して、目立つようにするのも一つの方法。（見栄えは良くないが）
- 12) 伐倒作業をするときは、回りの人は伐倒される木の樹高の1.5倍以上離れろと言われる。しかし、木を下から見て樹高を正確に認識することは極めて困難だということを知るべし。
- 13) ボランティアの伐倒作業は、キチンとしたチームプレーで行うべし。  
全体を見て指図するリーダー、ノコギリを使って伐る人、ノコギリの入り具合・切れ具合をチェックする人、チルホールを操作する人、回りにいる人間を整理する人など役割をはっきりさせ、すべてリーダーの指図で行う。
- 14) ノコギリは切り終わった瞬間、ズコッといくもの。その先に手や足があると間違いなく怪我をする。こんな当たり前のことを何度も痛い目に遭わないと身体は覚えてくれない。それでも怪我をしないために、手はどこに置けばいいか、体の向きはこれでいいのかなど、常に考えながら作業すること。
- 15) ノコギリで切った傷は痛くて、治りにくい。チェーンソーの傷はもっとひどい。刃の幅が広く、大げかになる。チャップスと呼ばれる防護用作業服・前掛け・軍手などいろいろある。
- 16) 太い木に対処するためにはチェーンソーは欠かせない。初心者としてノコギリを使って基本を学びながら、チェーンソーにも関心を持ち、少しずつ手を出そう。ちゃんとライセンスを持っている人の指導で玉切りをやってみるとか、ノコギリで切った後に残した部分でチェーンソーを使っの伐採練習をするなど積極性を失わないようにしましょう。もちろん、しかるべき時期にはきちんと講習を受けてライセンスを取ることを勧める。（2日間の講習で、約15,000円。ちなみに6月16～17日に市川で予定されている。東葛地域で実施されるのは少ない）
- 17) 要するに、早くちゃんとチェーンソーを使いこなせるように慣れ！と言いたいのである。そのためにはチェーンソーの機械そのものについてきちんと、学ぼう。2サイクル燃料とチェーンソーオイルについてなど、関連することも学ぼう。  
チェーンの目立ては頻繁に丁寧に行おう。チェーンソーで伐る時は力はいらない。チェーンソーの重さだけで自然に切れるものだ。力を入れなければ切れないときは、刃がちゃんと研げていない証拠。きちんと目立てしよう。無理に力を入れて伐ろうとすると、事故の元。林業の現場では、休憩時間イコールチェーンソーの目立て時間だという話もある。

## 5. 竹の伐採

混んでいる竹林の竹の先端は隣同士くっつきあっていて、根元を切ったからといっても倒れてはくれない。本来、樹木と同じように受け口を作り、追い口を入れて倒すべきなのだが、あまり意味がない。根元で切ってから、根元を持って横に引っ張って引き倒す。その際、特に孟宗竹は太くて重いので、持ち切れずに落として手をはさんだり、足の上に落としそうになるので注意。

## 6. 太めのササはハサミで切ろう。

- 1) ササを刈るときは、根元をきちんと平らに切ろう。落ち葉がつもっている時は、手で落ち葉を払ってしっかり地際を確認して切ること。いい加減に斜めに切ったり、地面から高残りしていると、靴に刺さり、突き抜けて足を傷つける。

2) ササ刈りには、カマを使うことが多いが、太めのササを刈るときは、カマは使うべからず。カマでは水平に切ることは困難で、どうしても斜め上に引いて切ることになる。当然カマの刃の幅以上の高残りになる。しかも結果として切り口は鋭角になり、靴に刺さることになる。

こういうササは、落ち葉や草を手で丁寧に払い、地際ギリギリで(できれば地面より少し低く)剪定バサミで一本一本丁寧に水平に切ること。

特に都市部におけるボランティアの作業はその目的をしっかりと考えよう。植生の管理としてササを刈る場合はともかく、森を市民や子供たちに親しまれるものにしたたり、子供たちが楽しんで遊んでもらえる場にしようとするのが狙いであることが多い。こうした時に、足に刺さったり、転んだ時に手を付いたら手に刺さったり、時には目に刺さる危険性を残すような作業では意味がない。そこまで思いを巡らせて、太めのササはどう切ったらいいかを考えよう。

3) 中途半端に切りのこすな。

数十cmとか1m位のところで切られたものが、1本だけ残っていたりすると危険。まず気が付かないし、見えないので、他の作業をしようとしてうつむいた時などに目に刺さることがある。

## 7. ハシゴを使おう。

1) 林業の現場ではハシゴは使わないようだが、我々ボランティアの現場ではドンドン使おう。

2) 2連ハシゴを移動するときは必ず縮めること。面倒くさがるな。

3) ハシゴは必ず縛って使おう。

4) 安定してハシゴを掛けるために、厚さの違う板切れを何枚か用意しておくといい。地面は必ずしも平らではないので、足の下に敷く調整用にも必要。

これは脚立を使う時も同様。ブスブスと足が地面に刺さり、倒れてしまうことがある。地面の状況によっては、4つの足の下に板を敷くことも考えよう。(脚立などに乗るときは刃物を持っていることが多い。刃物を持ったまま倒れることを想像しよう)

5) ハシゴに昇って作業するときは、足の一本を必ず横のバーにからげること。

6) ハシゴに人が昇っているときは、下で作業するな。道具や人が降ってくることもある。

人を降らせることもある。

7) ハシゴに登ったり、木に登って作業するときは必ず落下防止用安全ベルトを使う事。

8) ただし、ハシゴに昇ってチェーンソーは使わない。基本的にチェーンソーは地球に足をつけている時以外使うべからず。そんなことを言っていると、実際の現場では対応できないことがある。

そういう時はどうするか？

## 8. 草刈り

1) 草刈りは一般的にカマを使うが、刈り込みバサミも使うといい。

2) 広い場面の草刈りは、刈払機を使いたくなるのが自然。セイタカアワダチソウなどの太い草は手で抜いたほうが楽に根っこから抜けることもある。

・チップソーなどの金属性の刃を使う時は、刃をいつもチェックしよう。刃が丸まったり、いくつも欠けたままで使っている例をとときどき見かける。無理に振り回すことになり危険。また機械の振動も大きくなり、腱鞘炎になったり、機械もダメになる。最近はチップソーも値段がうんと安くなっている。かつては刃を研いで使ったものだが、その手間を考えると早めに買い換えて交換する方がいいだろう。

・作業中、ツルや草が巻き付いて回転しなくなるなどのトラブルが起きることが少なくない。トラブルに対処するときは必ず、エンジンを切ること。切らずにまきついたツルを除去したりすれば、取れた瞬間に刃が回転を始めることになる。こんな危険を想像できないような人は、機械を使う資格がない。

## 9. カマ

- 1) カマはしっかり腰を落として使うこと。カマは振り回さないこと。  
切る草に刃をあてて、引いて切ること。
- 2) 1.5mも 2mも柄があるような大鎌は使うな。  
(東葛地域ではこんなカマが必要なフィールドはまず無い)
- 3) カマには右利き用と左利き用がある。合った物を使わないと旨く力が入らず、危険。

## 10. ナタ

- 1) ナタは普通の布の軍手で握らないこと。滑りやすい。素手が基本。
- 2) 当たり前過ぎることだけど、振り下ろす先に手や足がないか常に確認すること。  
切ろうとする相手から目を離さないこと。
- 3) ナタは両刃より片刃の方が使いやすい。左利きの人は左用を選べ。
- 4) ナタは鞘にいれたりする時に意外と怪我をしやすい。
- 5) 初心者がナタを使うことはあまりあるとは思えない。必要性をよく考えて対応しよう。  
率直に言えば、初心者がナタに手を出す必要はない。

## 11. その他

- 1) 道具はこまめに手入れしよう。  
手入れしていない道具は当然、切れ味が悪い。そうすると無理に力を入れることになり、怪我につながる。道具は使ったら手入れするという習慣を身につけよう。  
格好のところでも述べたが、道具は腰から下げるべし。そうでないと地面の上に置いたりすることになる。刃先に土がつくと切れなくなる。すぐ、行方が分からなくなることもある。
- 2) 腰を構えるときは中腰にならず、膝をつけて、腰を下ろす。ズボンの汚れを気にしなくていい服装をすること。場合によっては思い切って四つん這いになっちゃえ。
- 3) ニーパッドはお勧め。自宅のお庭での草取りにも重宝。安い発泡スチロール製の方が使い勝手がよい。
- 4) スコップを使ったあとは地面に先を刺して立てておこう。やむを得ず地面に寝かせる時は丸いふくらみのほうを上(寝かせるように)置くべし。そうでないと、うっかり先を踏んだりすると跳ね上がってぶつかることがある。(安全のためには、ここまで細かいところに神経を使うべし)

## 12. ハチにはとにかく注意

スズメバチの被害が増えている。松戸里やま応援団では5月15日に、スズメバチ対策に重点を置いた安全講習会を予定しているので、ぜひ受講されたい。

(ゆうまつど 女性センター) ここでは一通りのスズメバチ対策に触れる。

- 1) スズメバチは樹液を吸わねば生きていけないので、都市部では森の減少と共に減っているとされている。しかし、一番凶暴なキイロスズメバチは樹液の代わりになるものを見つけて、都市部でもしぶとく生きていることを知っておこう。さらに、スズメバチの中で最も大きく、被害も大きいオオスズメバチが最近松戸界限で増えていることにも注目しよう。
- 2) ハチは基本的にこちらから攻撃しない限り襲ってこない。しかし、こちらには攻撃する意思はないのに、知らないうちにハチにとって「攻撃された」と思われる行動をしてしまうことがあるので注意が必要。ハチが身体の周りに来たら目をつむり、ゆっくりしゃがんで行き過ぎるのを待つこと。(目玉を刺されると失明の恐れあり。ハチは下が見えない) 手で払うのは厳禁。まさにハチに

攻撃を仕掛けていると思われてしまう。ハチが顔や手に止まってもひたすらじっと我慢が基本。  
(つらいことだが)

- 3) ハチは目立たないところに巣を作る。刺されて初めて巣の存在に気がつくことが多い。ハチも巣の回りを 偵察バチを飛ばして警戒しているので、この偵察バチを早く見つけることが大切。
- 4) 「ビオネスト」「虫元気」など呼び方は様々だが、森で出た枝などのゴミを積み上げて腐らせてゴミを処理したり、カブト虫などを呼ぼうという取り組みが行われているが、積み上げた枝などの隙間にスズメバチ(特にオオスズメバチ)に巣を作られやすいということを知っておこう。  
実際、かつて松戸の森で大きな巣が作られ、被害者が複数出た。またオオスズメバチは地面の中に巣を作ることがあることも知っておこう。  
またアシナガバチの中には草叢の中に巣を作るものがある。知らずに歩いているときに巣を蹴飛ばす結果となり、大群に襲われて何か所も同時に刺されるという被害も起きている。
- 5) ハチは匂いに敏感。虫除け薬は蚊には効くが、ハチには効かない。むしろその匂いがハチを呼ぶ。女性の香水や男性の整髪料も同じ。森に入るときは化粧をしないこと。
- 6) 衣服は黒っぽいものより、白っぽいものを。ハチは黒いものに攻撃を仕掛ける。  
(ハチの基本的天敵は熊。普通、熊は黒い)。日本人の髪の毛は黒い。帽子(ヘルメット)を被ろう。日本人の目玉も黒い。
- 7) スズメバチトラップの作り方(NHK「ご近所の底力より」)  
2リットルのペットボトルの平らな面に十字に切り込みを入れ(両側)、内側に折り込む。  
グレープ味の乳酸菌飲料を入れ、日陰に吊す。(グレープ味の乳酸菌飲料はあまり売っていないので、グレープジュースとヤクルトを混ぜて使用したがOKだった)  
日本酒 180cc+酢 60cc+砂糖 75gを混ぜたものがもっと良いとか。さらにブドウの実をつぶして入れるともっと良い。(ただしこれは未実験)  
月刊「林業新知識」によると日本酒 8 に蜂蜜 2 を混ぜたものが紹介。1回 200ccくらい。
- 8) 誘引液体は当然、しばらくすれば腐るので、半月に一回くらいは点検を兼ねて交換するべし。  
(私たちの森の定例活動は月に 2 回のところが多いので半月に 1 回だが、夏などはもっと増やした方がいいかも知れない)
- 9) トラップは逆にハチを呼ぶ事にもなる。トラップを仕掛けたら、目印を付けて、トラップがあることがすぐ分かるようにし、注意をすべし。
- 10) 森でハチに遭遇したら、仲間に知らせて情報を共有しよう。
- 11) トラップを森のあっちこっちに仕掛けて調べれば、スズメバチの巣があるかどうかを探るのにも有用だろう。
- 12) どんなに注意しても、刺されてしまうことはあるもの。もし刺されたら、とにかく毒を吸い出すこと。  
そのためにポイズンリムーバーという道具が売られている。(ドラッグストアや、アウトドア用品専門店など) いずれにしても刺されたらとにかく冷たい水で洗い、冷やすこと。ハチの毒は水に溶けることを覚えておこう。そしてスズメバチに刺されたときは皮膚科に行くべし。  
近くに皮膚科がなければ、内科や外科でもいいか。心臓がドキドキしてきたり、呼吸が困難になったりしたときは、救急車を呼ぶべし。刺されたのが 2 回目、3 回目と回数が増えるとハチ毒に対する体の反応が強くなり危険が増すので注意。(アナフィラキシーショック)  
また、刺された瞬間に反射的に手で払ってしまう事がある。これも厳禁。思わぬ2次災害を引き起こすことがある。実際の例であるが、  
①刺された瞬間に、反射的にハチを払った。その時は手に何を持っていたなんてことは忘れてしまっていた。手に持っていたはずの刈込バサミが落下し、先端が足にぶすりと突き刺さってしまった。何が起こったのか自分でもわからず、血まみれの足を見ながら、理解するのにしばらくかかった。

②これまた、刺された瞬間に反射的に手で刺された付近を払った。その手にはナタが握られたままだった。ナタが叩きつけられて、大けがとなった。

- 13) 最近では12月になっても活動しているハチがいることを知っておこう。  
スズメバチは11月になると来年の女王バチを残してすべて死ぬ。女王バチは巣を放棄し、枯れ木の皮の内側などで冬を越す。9～10月頃がその準備のために必死で、一番凶暴になるので、危険。最近では暖冬化のためか12月や1月になっても飛んでいるハチがいるので注意しよう。(アシナガバチは越冬に入るのはスズメバチより早い) なお、春は4月頃に女王バチが目覚め、一匹だけで活動を始める。この頃は、巣をつくり、子を作るのに必死で他の事に関心を持たないのだろう。あまり刺されることはないと言われる。
- 14) ハチは死んだり、頭や腹をとっても1日くらいは刺す能力が残るといわれている。死んだハチでも触るのはやめよう。
- 15) スズメバチの巣には手を出さな。スズメバチの巣はもろく、もし壊れると中にいるハチが一気に飛び出してきて危険。冬になれば働きバチはすべて死に、巣は放棄される。巣のありかが分かるように目印を付け、近付かないように注意すべし。どうしても撤去しなければならないときはプロに頼もう。ボランティアがかかっている森の場合は、みどりと花の課を通じて「すぐやる課」へ依頼すべし。しかし、最近ではすぐやる課がなんだかんだ理屈をつけて巣を退治してくれないことが多い。これは困ったことであり、何とかしたい課題である。
- 16) 基本的にはスズメバチにはこちらから手を出さない事が基本だが、予測できない何かが起こる事も考えられる。頭から被る虫除けネット(帽子付きもある)は高いものではないので、用意しておくことを勧める。またハチにはキンチョールが効くし、より遠くまでガスが飛ぶハチアブマグナムジェット(アース製薬)というものが売られていることも一応知っておこう。(しかし、その辺のホームセンターやドラッグストアに置いてある殺虫剤はハチ用と書いてあってもよく説明書を読むと、スズメバチを除くとかオオスズメバチを除くとかあることが少なくない。とにかく必殺スズメバチといえる殺虫剤には「ハチノック」というものがある。営林署に勤務している知り合いからも絶対のお勧め品。しかしあくまでも業務用の特注品らしく、われわれの身近ではどこにも売っていない。しかし、インターネットで検索すると載っていて、買うことはできそう。ただし、少し高そう。

### 13. 熱中症

- 1) 手や足がツルのは、脱水症状の表れ。夏場など昼にビールを飲むときは特に注意。  
ビールは利尿作用が強いので、水分ではなく、身体から水分を奪う悪魔と理解しておこう。
- 2) 身体が暑さに慣れていない、心の準備もできていないため、真夏より5月～6月頃が注意。  
梅雨の合間の晴れた日はとくに注意。  
初期症状は、くしゃみが出たり、寒気がしたり、ドキドキしたり、だるくなったり、下痢、腹痛など、人によって違う。涼しいところで休み、水分を取ること。  
熱中症対策としてひたすら水分を取ることが呼び掛けられるが、度が過ぎると余計に危険なこともある。人間の血液には適度な塩分濃度が必要だが、水分ばかり取っていると塩分濃度が下がりすぎて身体が危険を感じて、塩分を減らさないために汗が出ないように止めてしまう。  
そうなれば体温の調整機能が働かなくなり、余計に危険ということになる。救急箱には塩のビンも入れておこう。  
とはいえ、「世界が黄色く見えてきたら、ヤバイ。救急車を呼べ」。



## 14. その他の注意

- 1) ハゼの木、ウルシは樹液でかぶれる。
- 2) イラガの幼虫は刺されると痛い。チャドクガはかぶれ、ひどいときは全身が腫れ上がり、痒い。チャドクガはツバキ・サザンカ・チャに着く。蛾になって飛び立った後のカス(蜘蛛の糸のようなもの)でも注意。敏感な人はツバキの近くを歩いただけで、風で飛んだカスでかぶれることがある。また長袖、軍手をしていてもそのカスが服に着くと汗で染みてかぶれることがある。
- 3) 夏の森は蚊がいっぱい。しかし普通の蚊取り線香に火をつけて入れ、腰にぶら下げる蚊除け器具は避けるべし。知らないうちに蓋が外れて線香が落ちたり、金具が外れて入れ物ごと落ちるトラブルあり。火事が心配。

## 15. 念のため。

- 1) とにかく疲労は怪我の元。身体に負担をかけず、疲れないようにすること。安全には金も手間も惜しむな。物事をサボって楽をしようとするのは問題だが、服装、道具などあらゆる工夫をして、身体に負担をかけずに楽をしようすることは大切だ。
- 2) またボランティアはつい頑張ってしまうもの。疲れたら遠慮なく休もう。頑張り過ぎが一番いけない。それを防ぐために、リーダーはきちんと時間を決めて、休憩を自ら率先して取り、仲間にも取らせること。もちろん体力には個人差があり、体力的に弱い人には、遠慮せずに休憩するように常に呼び掛ける。
- 3) チェンソーや刈払機など、機械を使う事を否定するものではない。しかし、基本的なことをきちんと勉強し、理解していない人は手を出すな。また、ちゃんと使う時はきちんと資格を取ってから使う事。とはいえ、ライセンスを取ったからといって機械を使って作業がちゃんとできるなんてことは絶対にない。(機械を使う魅力を体験するために試しに使ってみるという事もあるだろうが、そういう時は必ず、ライセンスを持っている人の指導で行うこと) 更に、ライセンスを取った後も、実際にまともに仕事ができるようになるまでは先輩の指導の下に、とことん慣れるべし。
- 4) 命令することもあるよ。ボランティアの世界は「合意すれど、強制せず」が基本。しかし、危険が迫っていてそんなことを言ってもらえないときは「逃げろー!」「どけー!」などと命令することもある。その際、笛を吹く事もある。

5) リーダーは笛を持っていること。

### 6) ヒヤリハットを共有しよう。

どんなに気をつけていてもヒヤリとしたりハットすることは起こるもの。この貴重な経験を皆のものにし、そういうことが起こらないような教訓にしよう。ヒヤリハットがおきたらどういう状況で、なぜ起きたのかをヒヤリハット報告書にまとめて、仲間全体に回すべし。

### ハインリッヒの法則

一つの大災害の陰には 29 の小さな災害が隠れ、その陰には 300 のヒヤリハットが隠れている。

### 7) 「100%安全」ではまだダメ。

- ①先日テレビの番組(ドキュメンタリー)でプロのキコリが「木登りは 100%安全というくらいではダメ。1000%安全という自信がもてなければ作業するな」と語っていた。これはボランティア活動にもつながる言葉だ。「何とかなるさ」という甘い見通しで取り掛かるとかならず痛い目を見ることになることを肝に銘じよう。
- ②誰も事故を起こそうと思って起こす人はいない。俺は事故なんて起こさないと考えていて、起きてしまうのが事故である。とにかく基本に忠実に、まさに愚直に基本を守ろう。つい、これくらい何とかなるだろうとか、めんどくさいと思って基本をさぼったり手を抜いた時に事故は起きる。

- ③事故は起きることを前提として、あれこれ考えよう。事故が起きた時、すぐ救急車を呼べる体制はあるか？ 仲間に知らせられる手段はあるか？ 応急措置ができる準備はあるか？
- 8) 事故は初心者よりも、意外とベテランが起こす。それは、慣れからくる。ベテランといえども常に原点に戻り、安全講習会に繰り返し参加し、初心を思い出せ。  
「事故は、慣れた頃に起きる」 この言葉を全員が忘れるな。
- 9) 出番がない方がよいが、グループに一つ救急箱を用意しておこう。
- 10) これも出番がない方がよいが、森へ行くときは健康保険証を持っていこう。また、われわれがかかっているグループ保険の中身を理解しておこう。社協の保険、スポーツ保険。

## 16. それでも、あってはならないことが起きた時のために

安全のためにトコトン注意してもそれでも起きることがあるのが事故だ。  
万が一起きてしまった時のための準備も忘れないでおこう。

### 1) 救急車を呼ぶために

119番をかけると、「住所を教えてください」と言われる。しかし、ボランティアで入っているフィールド(森)の住所を言える人はまずいない。今の119番(110番も)のセンターはいくつもの市町村にまたがる広域の「共同指令センター」で、松戸の消防署ではない。だから、近くを目印をあれこれ言ってもわからないことが多い。一刻を争うときに、あれこれ時間をつぶすことになってしまう。住所をきちんとすぐ言えるように、メモを皆が持つこと。もしくは、すぐ見るところに書いて貼っておこう。なお、電柱のナンバー(上の方に書いてある)でも、指令センターでは位置がわかるという説もある。しかし、ある人が消防署に問い合わせたところでは、「関係ない」という返事だったそうだ。

電話で住所を言うときも、頭に「松戸市」をくっつけろ。さらに、森の置かれている状況を頭に浮かべると、住所だけでいいのか？ 救急車にわかり易い目印はないのか考えておこう。

電話をかける時も、森の中からではなく、外の道路へ出てからかけよう。可能なら、近くの民家などの住所を調べておいて、「松戸市〇〇町××丁目△△番地の〇〇さん宅の前の道路」などと具体的に通報しよう。森の中からだと、GPS でその位置を確認している消防では、救急車のたどり着けないところと判断して出動準備はしても実際に出動してくれないなどということが起きる可能性がある。2017年の事故で、これが起きている。

また、松戸里やま応援団のメンバーはリタイヤ後の高齢者が多いが、使っている携帯も古いガラケーでGPS機能がついていないことがある。住所がうまく言えないときにはGPSが頼りになる。GPS付きの携帯にしよう。

### 2) 家族に緊急連絡が取れるように

大きな事故が起きて、家族に緊急連絡を取ろうとしても連絡先がわからないということはないか？ 仲間の携帯電話などの連絡先はちゃんとしていても、家族などの緊急に事故を知らせるべき人の連絡先が分からないことが多い。そういうリストも作っておこう。