二十一回の軌跡
支える縁の下の力持ち

弘前・白神アップルマラソンとは？

平成十五年に開催された、全国から多くの選手が参加する市民マラソンの一つ。りんごを冠にした大会を作って弘前を中心とした津軽をアピールする、観光客や地場産品の増大を図り、地域全体に寄与するという目的のもと開催された大会である。今年は約三千五百人が参加されたが、コロナウイルスが広まる前は約六千人という大規模で、地域に愛されるイベントだ。

マラソン中の心肺停止

リュックにはAEDや飲料水、応急手当セットが入っている。

フルマラソンの大会では五万人に一人の割合で心肺停止が発生すると言われている。これは、基礎疾患の有無に関わらず、誰にでも発生する可能性がある。そこで、二十一回目を迎えるアップルマラソンではどのような取り組みがなされているのか、また、どのような課題があるのか、救護体制に迫る。

医療従事者×学生で守る

アップルマラソンの救護体制の特徴について大会事務局長の成田さんは次のように話す。「医師、看護師、消防機関、学生とチームを組んだ医療活動が本大会の強みである。消防に所属する救急救命士と学生がチームを組み、モバイルＡＥＤや救護車隊として活動することで、すぐにランナーに駆け付けることができる体制になっている。また、学生と連携してランナーが話しかけやすく、臨機応変に対応することができる環境を作っている。」このような連携をしている大会は少ないそうだ。

今後の課題

モバイルＡＥＤ隊として参加していた東消防署の三上さんは「救護資機材が足りない」と話す。熱中症などの対策は万端だが、今回のような雨の日に起こりうる低体温などの対策もしていくことが必要だそうだ。

ランナーとして参加した秋元さんは「どこで倒れても早急に救護できるシステムを作ってほしい」と話す。ペースランナーとの連携強化やメディカルランナーの普及に取り組む必要がありそうだ。

取材先

成田　文英　さん
（弘前・白神アップルマラソン実行委員会）
三上　大毅　さん
（弘前地区消防事務組合東消防署）
秋元　英治　さん
（スポネット弘前ランニングクラブ）

製作者

弘前医療福祉大学短期大学部
救急救命学科2年　伊藤　蓮

心停止の予防

心停止の予防として大事なのは、無理をしないことだ。体調が必ずしも良いとは限らないため、タイムにこだわりすぎず、走ることをやめる勇気も必要だ。

編集後記

今回実際に救護として参加し、県内外からアップルマラソンを目的に弘前市を訪れるランナーも多く、多くの人に愛されている大会だと感じた。安心して走ることができる環境は、毎年改善を重ねている大会事務局と救護チームの努力の結晶である。また、将来「救急救命士」を目指している私にとって貴重な経験となった。傷病者の異常を察知し、心停止を予防できるような救急救命士を目指し、勉強に取り組みたい。

モバイルAED隊　後列：弘前地区消防事務組合に所属する救急救命士
前列：弘前医療福祉大学短期大学部救急救命学科の学生