



parkrun
IN PARTNERSHIP WITH

SUMITOMO LIFE



ランディレクター マニュアル



March 2026 Ver 1

Run Director Induction/Refresher

2026年3月

parkrunの原則



シンプル 毎週無料の5キロのイベント

安全 リスク評価され確認されたコース

持続可能 シンプルだからこそ、持続可能

誰でも ボランティア、ウォーカー、ランナー、見学者を歓迎

parkrun Volunteering 1.3 Simple, Safe and Sustainable



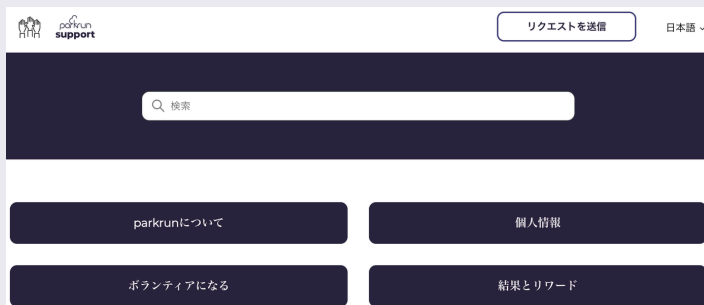
ランディレクターのためのガイド

ランディレクターは責任を伴いますが、グローバルな枠組みと、parkrunアジア太平洋本部イベントディレクター、イベントアンバサダーによってサポートされています。

ボランティアハブ

安全ガイド

ランディレクターの役割



検索できる：特定の項目を素早く見つけられます。

最新：常に最新の情報が格納されています。

変更ログ：履歴が確認できます。



ランディレクターの役割とは



チームキャプテン

その日のリーダーとして、チームを調整しコミュニティを一つにまとめる。



指揮者

すべての役割をこなす必要はありません。
他のボランティアが役割を遂行しているかを確認します。



連絡窓口

イベント中、parkrunの代表として公園管理者や公園の一般利用者に接します。

イベント実施：土曜日のタイムライン



EDとタイムラインについて話し合う



8 am

タイムラインは最後尾確認係
参加者が戻ってきたら終了

イベント中は常に連絡が取れるよう待機
他のボランティア、一般公園利用者の窓口

コース 確認

コースチェック
完了を確認
リスク評価と
AEDを確認

ボランティア 歓迎

ボランティアを
歓迎
役割を説明

初参加者 歓迎

初参加者が
歓迎されてい
るかを確認

ブリーフィング

参加者を歓迎
ボランティアに感謝
安全に関する注意を
共有

開始

参加者が道の片側に
寄って並んでいるか
確認

フィニッシュ

片付け
結果処理
当番表確認
インシデントがあれば
報告

終了

リスクアセスメント

どんなもの？

各イベントで可能性のある危険と参加者の安全を守るための回避策を要約した正式な記録。ランディレクターは自身が務めるイベントのリスクアセスメントを理解することが必須です。

中核となる枠組み

各リスクは、発生頻度、その影響、軽減策（アクションプラン）下記により評価される。

ランディレクターによる「当日」のリスクチェックリスト イベント前チェック

リストにあるイベント特有のリスクに注意を払いながらコースの安全チェック
ブリーフィング

明確にイベント独自の回避策を伝える (例：2k折り返し地点が滑りやすい)

parkrun Vounteering
2.11 リスクアセスメント



項目	リスク	可能性	影響	緩和
S1.1	極度な天候による危険 (猛暑や極寒等)	Low	High	イベントを開始または続けることが安全でない場合、ランディレクターparkrunのキャンセルポリシーに従う。
S1.2	危険な地盤 (雪、凍結、深いぬかるみ等)	Low	High	ボランティアがイベント開始前のコース状況確認を行う。可能であれば、追加の誘導係/コーンを設置し、イベント前のブリーフィングで参加者に新しいリスクを通知して、新しいリスクを安全に迂回するルートを設定する。安全でない場合、ランディレクターがparkrunのキャンセルポリシーに従う。
S1.3	コースの浸水	Low	High	ボランティアがイベント開始前のコース状況確認を行う。ランディレクターに警告し、可能であれば、追加の誘導係/コーンを設置して新しいリスクを安全に迂回するルートを設定し、イベント前のブリーフィングで参加者に新しいリスクを通知する。安全でない場合は、ランディレクターがparkrunのキャンセルポリシーに従う。

ボランティアチームの管理

ボランティア



ボランティア当番表を管理する

	2026/03/28
当日コース状況確認係	
ランディレクター	
初参加者歓迎係	
タイム計測係	
着順トークン配布係	
バーコード・スキャン係	
コース誘導係	
コース誘導係	
parkwalker	
最後尾確認係	

- 全ての必須役割がカバーされていることを確認
- 誘導係と最後尾確認係に自分の連絡先を伝える
- 新しいボランティアに各役割について簡単に説明し、全員が自分の役割を周知しているか確認
- ボランティア同士を紹介し、SNS投稿用ボランティア集合写真を撮影
- もめごとが起きた場合は、冷静に解決

タイム



08:54 7

< Home 00:43:48.97 Stop

Position	Time
94	00:43:45.91
93	00:43:44.14
92	00:43:42.15
91	00:43:39.99
90	00:43:37.51
89	00:43:37.30

- タイム計測係とバーコードスキャン係が「バーチャルボランティア」の使い方を把握していることを確認
- スマホは充電済みであり、機内モードに設定していることを確認
- 問題が発生しチーム内で解決できない場合は、当日EMSのオンラインチャットで質問

parkrun Support 3.2 ボランティアの役割



parkrun Volunteering
4.1 バーチャルボランティア



雰囲気づくり：イベント前ブリーフィング

重要ポイント

シンプルに、提供された「ようこそ」ボード裏面を参照

感謝：ボランティアへ感謝、そして貢献を促す歓迎
初参加者や来訪者を含め、すべての人を歓迎

マイルストーン：マイルストーンを祝う

安全：左側通行、公園利用者と道を共有
あればコース上の危険を注意喚起する

11歳未満：保護者の手が届くところに

犬：参加者1人に1匹、短い散歩ひもを手持ち、腰に装着しない

AEDと応急用品：どこにあるかを指し示し、必要ならボランティアを確認

バーコード：バーコードスキャンとトークン返却を伝える



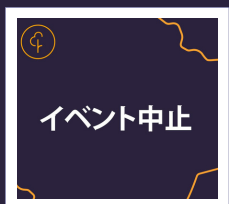
安全プロトコル：健康とウェルビーイング



必須事項

AEDと救急箱の設置場所を常に把握しておく。

[2.6 AED](#)



権限

いかなる理由であっても参加者の安全に関わるイベントの中止判断に対し本部がサポートします。

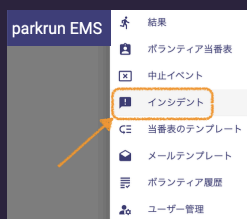
[2.4 イベントの中止](#)



緊急時

緊急の場合は119に電話し、重大インシデントプロトコルに従う。

[2.12 インシデント](#)



インシデント報告

通常とは異なるいかなる出来事も、イベント終了後にEMSシステムで報告する。

安全ガイド

parkrunは子どもおよびマイノリティな成人の保護に取り組んでいます。

安全ガイドポリシー声明

すべての人が安全な環境で身体活動に参加・享受でき、安全配慮義務を通じて危害から守られるべきであると考えています。

11歳未満のルール

11歳未満の子どもは、常に保護者の手が届く範囲内で参加しなければなりません。

写真撮影

配慮を忘れずに。撮影を望まない方の意思を尊重すること。

報告

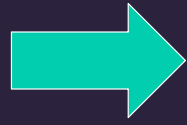
安全保護に関するいかなる出来事や情報開示も、EMSを通じて報告しなければなりません。



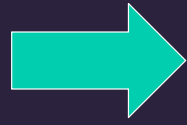
リザルト処理

*RD以外の他のボランティアが担当することもできます。

着順データ
参加者 ID
バーコード



EMS



結果公開



イベントウェブサイト
参加記録メール
アプリ

目的：参加を記録する

システムが、フィニッシュで記録したタイムと、参加者がスキャンした個人のparkrun ID バーコードを照合する。

使うもの

EMS バーチャルボランティアアプリからデータファイルをアップロードするだけで、システムが自動的に順位番号を照合する。

サポート

慌てずに！サポートはいつでも利用可能です。EMSのチャット機能またはイベントディレクターを通じてサポートに連絡してください。

インシデント報告

報告の詳細

命に関わる重大な事故があった場合は、電話で報告する。
インシデントライン **050-3101-4172**

詳細なメモを取る

イベント中にノートや携帯電話にできるだけ詳しく記録する。

焦らない

急がずに、記憶が新鮮なうちにイベント終了後に報告する。

詳細を提供

できる限り事実に基づいた詳細を記載する。詳細は[2.12 インシデント](#)を参照。誰が、何を、どこで、なぜ、どのような対応をとったか。

サポートの活用

サポートが必要な場合は、イベントディレクターまたはイベントアンバサダーに連絡する。



parkrun
Volunteering
[2.12 インシデント](#)



ソーシャルメディア・クイックガイド

ソーシャルメディアは参加者が交流するのに素晴らしいツールです。写真をシェアしたり、ボランティアを募集したりすることもできます。

トーン&言語（「私たち」ポリシー）

集合的な表現：「私たち」を使用し、「私」は使わない。

誰でも受け入れる：レースではなくイベントであり、勝者ではなくフィニッシャーがいる。

フォーカス：parkrunはランナーだけでなく、ボランティアやウォーカーのためでもあることを強調する。

安全ガイドとプライバシー

名前の使用禁止：子どもの名前の使用を避ける。

写真：写真撮影ポリシーを厳守し、要請があれば写真を削除する。

政治やビジネスの禁止：地域のビジネスや政治的活動を宣伝しない（イベント後のカフェを除く）。

画像：イベントの写真またはリソースハブで利用可能なSNS画像を使用する。



parkrun Volunteering
2.17 ソーシャルメディア



parkrun Volunteering
2.16 写真撮影ポリシー



ビジネス & パートナーシップ

なぜ、パートナーが存在しますか？

私たちの公式パートナーは、資金調達モデルにおいて不可欠な存在です。parkrunが永久に、どなたでも、ずっと無料であり続けることを可能にしています。



ランディレクターの責務

用具（フラッグやフォトバナーなど）に表示されたparkrunパートナーのブランドを尊重する。

許可されていない商業的な宣伝を一切認めない。

パートナーはイベントを可能にするファミリーの一員であることを理解する。



[parkrun Volunteering
Commercial & Partnerships](#)



ランディレクター成功5つの柱



人々

ボランティア
調整



実施

イベント
管理



結果

落ち着いて
処理



原則

規則を守る



ウェル
ビーイング

安全優先

ランディレクター覚書5箇条

ポジティブ

人々に変化を
もたらしめている

歓迎

すべての参加者
をウェルカム

徹底

インシデント
詳細を報告

警戒

リスクアセスメント
危険な場合
AED不作動
中止

常時待機

イベント中に
兼任しない