

テーピング講習会のご案内

京都府勤労者山岳連盟 教育遭難対策委員会

毎年、京都労山の各会で山での事故が少なからずおこっています。山で事故をおこしたら、救助要請の判断とともにコンパニオンレスキュー（仲間による救助）が求められます。その際まず大事なのはファーストエイド（応急・救急手当）です。出血、ねんざ、骨折に直面してきちんとした処置ができるかどうかで、事故者及びパーティの安全に大きな影響を及ぼします。これらの処置法を繰り返し学び、身につけておくことが重要です。登山者の高齢化がすすむ中で、山でのケガは「ねんざ」が増えているといえます。今回の講習会では、これに対処するテーピング法を学びます。患部を圧迫・固定し、悪化を最小限に抑える方法とともに、ケガの予防、再発防止のためのテーピング法も学びます。ぜひご参加ください。

記

日 時： 2019年2月8日（金） 19：00～20：50

会 場： 中京いきいき市民活動センター 中京区西ノ京新建町12-34 ☎075-802-1301

※ 西大路三条を東に、二筋目を北へ約100m西側

講 師： 田原 裕（京都府勤労者山岳連盟会長）

内 容：①「ねんざ」に対するテーピング法

②ケガの予防・再発防止のテーピング法

申 込： 会ごとにまとめて（参加希望者は平尾まで）

定 員： 先着30人（定員になり次第締切）

参加費： 無料（ただし、以下の材料等を各自持参）

持ち物： テーピングテープ（非伸縮タイプ・38mm）

キネシオロジーテープ（38mm）、アンダーラップテープ（70mm）

ハサミ、タオル、ゴミ袋 ※テープ類は医料品店で購入

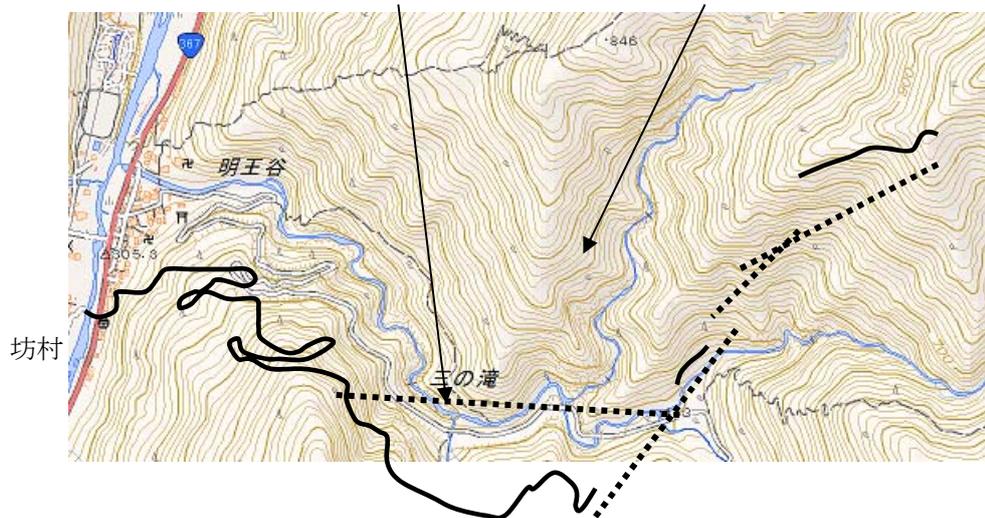
スマホ GPS ナビを過信してはダメ、地図と併用を

記：やましな山の会 青山 郁夫

スマホの GPS ナビを愛用されている方も多いと思います。私も随分前から山旅ロガーを使っています。実に便利で、これを使えば歩いた跡が軌跡として残り、今、どこを歩いているのか誤差 10m 程度で表示され、道迷いの心配はありません。

でも、時々、軌跡が表示されなくなったり、軌跡が直線で表示されることはありませんか？ これまでこの現象はたまにありましたが山行中の極一定時間だったので特に支障になったことはありませんでした。しかし、今年の 7 月 29 日に比良のシャクシコバの頭尾根を往復した時にこの不具合現象が長く続きました。

実線：正常な軌跡表示 点線：不具合の直線表示。



山旅ロガーが歩いた軌跡で表示した時間は 2 時間 42 分 40%、直線で表示した時間は 4 時間 8 分 60% でした。また、山道では 8 割が直線表示でした。昨年に同じコースを登った時は全て正常に軌跡が表示されていました。

今回は何度も歩いたコースでしたので問題ありませんでした。これが初めてのコースで、登山道が地図に表示されていないか、登山道が不鮮明なコースで道に迷った場合は山旅ロガーを見ても現在位置の特定はできません。また、どこを歩いて来たかも直線で分かりません。ここはどこ？ になります。

スマホ GPS ナビはデジタルで非常に有効ではありますが万能ではありません。スマホ GPS ナビだけに頼っていたらいつかは道迷いで遭難します。山登りはアナログである地図を読む力と近代科学のスマホ GPS ナビの併用が大切だと思います。

京都府勤労者山岳連盟 冬山連絡会に参加して(報告) 平尾 繁和

12月7日(金) 午後7時から京都府連盟事務所で冬山連絡会がありました。案内にあった「雪山に入らない方も、学習の場でもありますので遠慮なく参加してください」を頼りに、今後何か参考になればと聞いてきましたので報告します。

はじめに、乙訓山の会の宮田彰久さんから「雪崩事故防止に向けて」というテーマで講演がありました。冬山入山前の準備編の話として、雪崩に関する学習の必要性が挙げられました。雪崩とは何か(種類・分類)、発生のメカニズム、入山前に準備すべきこと、装備について話されました。また、参加者のなかに雪崩経験者がおられ、堂満岳のルンゼでの事故のリアルな体験談を聞きました。資料として「決定版雪崩学 雪山サバイバルー最新研究と事故分析」という本から過去の各山域での雪崩事故発生場所や事故状況の一覧が配布されました。京都近辺の事例として、滋賀県では、伊吹山で5件(山頂付近、5合目の小屋、山頂南側地獄谷、伊吹スキー場)あわせて死者6名、負傷4名、脱出1名、比良山系で2件(堂満第一ルンゼ8合目付近、大谷の釈迦岳)死亡2名、負傷5名。兵庫県では鉢伏山等で6件、死亡14名、脱出9名がありました。講演後、各会及び冬山勉強会から6つの山行計画がだされ、交流及び経験者からアドバイスがなされました。

◇講演の主な概要(詳細は「京都労山」に掲載されたら紹介します)

- ・雪崩事故は、山岳事故全体のなかで1%以下の発生件数だが、死亡・行方不明数は10%を超え、雪崩事故の50%以上が死亡・行方不明になっている。雪崩の危険判断の4要素：積雪、天候、地形、登山者
- ・定義：斜面に積もった雪が、重力の作用により肉眼で識別しえる速さで移動する自然現象
- ・分類：発生の形(点発生、面発生)、雪崩層(始動部の積雪層)の乾湿(乾雪、湿雪)、雪崩層の滑り面の位置(表層、全層)で分けられ、8つの組み合わせに分けられる
そのうち、最も注意すべき雪崩 → 面発生(大規模)、乾雪(高速)、表層(予兆がない)雪崩
- ・全層雪崩の前兆、上部にクラック(割れ目)、斜面に雪しわが形成
- ・雪崩発生のメカニズム：面発生表層雪崩 弱層(新たに積もった雪とその下の雪との間にできる支持力の弱い層)に新たに積もった雪が、登山者の踏み込みなど人為的刺激が引き金となって滑り落ちる
- ・①積雪は多くの層からできていて、一回の降雪で一つの層ができる、②層の境目に弱層ができる、③次の降雪で弱層が埋まる、⑤弱層が弱い間にたくさん積もると雪崩になる、⑥やがて弱層も丈夫になる。
- ・入山前の準備
 - ①気象：山行期間中の予報はもちろん、これまでの気象状況を調べる。雪崩発生の危険性が高まる気象条件とは、②地形：地形図から推定し、斜面の傾斜(35°～45°一番雪崩が起きやすい、30°～50°でほとんどの雪崩が発生)と方角、吹き払いと吹き溜まり 雪庇、③ルート：無雪期の山行や写真、地形図から予定ルートの植生を調べる。笹や岩盤などの斜面は雪崩やすい、樹林でも一定程度の積雪があると滑りやすい斜面に
- ・個人装備：三種の神器(ビーコン、シャベル、プローブ)、スノーソー、ルッチブロックコード、弱層テストが必要