

第24期登山学校 「山での救急法」机上講座と実技講座報告  
+特別講座 「ナイトハイク&テント体験」

1班 松浦

8/3 机上講座終了後、11名の受講生が日和田山を目指し出発。夕食買い出し後、17:30 巾着田 到着。テント設営体験、夕食を済ませ暗くなるのを待ち

18:55 日和田山頂下鳥居を 目指し出発。

19:09 登山口 ヘッドライトを装着する。

19:17 男坂-19:30 山頂下鳥居 眼下に広がる夜景と花火を鑑賞-19:50 女坂-20:07 登山口

20:30 巾着田～懇親会-就寝

巾着田には、曼珠沙華の時期に2度訪れた事がありますが、日和田山登山、ナイトハイク&テント泊は初めての体験でした。暗い中、険しい登りが続く男坂は、どこまで続くのかなと？不安な気持ちもありました。参加して良かったと思っています。

8/4 「山での救急法」実技講座：日和田山周辺

7:00 起床、テント片付け、各自朝食

8:00 巾着田

8:15 昼食買い出し

8:30 日和田山登山口

9:25 当日参加者到着 簡易ハーネスを装着後、  
ストレッチ

9:43 日和田登山口

9:48 男坂 10:00~斜面での固定ロープを使った登り（クレムハイスノット）

10:30 日和田山頂下鳥居 10:35

10:43 日和田山頂 ムンターヒッチで懸垂下降 11:13

11:50 昼食 東屋・トイレの有る集落入口付近自販機有り

13:00 金比羅神社・骨折の処置 上腕部（木の枝・テープ・三角巾）

13:45 日和田登山口

・ストレッチ

・ザック使用の背負い搬送体験

・膝：テーピングの巻き方

・ストックの松葉杖

14:30 解散

山での救急法に参加して、登山用品を活用しての実技では、こんな使い方もあるんだと、あ驚きの連続でした。必要に迫られた時は、いつでも役に立つので、学んだ事は忘れずに、役に立てて行きたいです炎天下の中での登山は、身体に堪えたけど、時間と共に身体が軽くなった様な気がします。夏の暑さに強くなり、持久力アップ出来たらと思いました。

第24期登山学校 第3回講座「山での救急法」活動報告

机上講座 2019.8.3 (土) 9:30~14:30 カルタスホール 記録3班 植田

講師 伊藤

- ・山登りに於ける危機管理意識について
- ・心肺蘇生法 (CPR)・蘇生法練習用人形を使って実習
- ・三角巾の使い方：額、頭部、腕、足首
- ・ロープワーク：クレムハイスノット、ムンターヒッチ

実技講習 2019.8.4 (日) 9:40~14:45 日和田山周辺

講師 伊藤/担当 武笠、伊藤

3班 担当運営委：小林/小松

受講生：藤本 (班長)、望月、鶴岡、綱川、植田 (記録)、秦、沼尻

9:15 ストレッチ、実技講座の説明、簡易ハーネス

9:40 登山口 出発

10:00~10:40

男坂 1班から順に上部固定ロープをクレムハイスで登行

10:45 金刀比羅神社 休憩

11:00 山頂着

11:20 ムンターヒッチで懸垂下降

12:00~12:30 昼食

12:35 午後の部開始

13:00 金比羅神宮

各班毎に捻挫・骨折の処置

福木代わりとなるものをグループ内で決定→三角巾固定

13:20 女坂経由 登山口へ

13:40~14:20

- ・ザック使用の背負い搬送体験
- ・ストック代用の松葉杖
- ・膝へのテーピング法

14:45 解散

~今回の講習に参加して~

ストックを代用しての松葉杖、リュックを利用した搬送法など、もしもに備えて今回の「救急法」は、とても為になりました。

ロープワーク技術も知識ゼロで山を歩いていた時よりも、一步上級者へ近づいた気持ちになり更にレベルアップを目指したくなりました。ほんの数ヶ月前までは結び方一つ知らなかったと思うと、教えていただく事のありがたさを感じました。