

登山の基本（登山のHow To）その5

緊急時対策 （危険への備え）

広島県山岳連盟 事務局長 松島 宏

自然の中で行う遊び、登山はとても楽しいのですが、危険を伴います。その危険に対しての準備・対策について考えましょう。

山での事故、遭難が頻繁に報道されます。それだけ多くの人が山に入り事故や遭難騒ぎを起こし、怪我をしたり、最悪死亡したりしています。山の事故・遭難を分析すると、無雪期の場合の、転倒・転落など怪我による事故、道迷いに起因する遭難、山中における疾病が原因の遭難、天候が急変して起こる遭難等があります。積雪期の場合、雪や氷による滑落事故、雪崩事故、天候の急変や悪化に伴う遭難があります。また、冬山の場合、山

中で孤立すると低温のため危険性が増します。その上凍傷や凍死の危険性も高まります。そんな楽しくも危険を伴う登山をする上で、登山者には、ある程度の覚悟と、いざというときの為の準備が必要です。

まずは、登山をしている以上、危ない状況に自分が陥る可能性があることを自覚することが肝要です。危ない状況をイメージし、そうなったときのイメージトレーニングをし、準備できることは準備します。それでは緊急用の装備を列記します。

① 救急医薬品

疾病や外傷の為の医薬品を準備しましょう。

鎮痛解熱薬・胃腸薬・下痢止め等一般の薬を一通り準備します。テーピングテープは捻挫や骨折の時の固定用として必携です。

② 非常食（緊急用の食料）

飴・チョコレート・蜂蜜・羊羹等をピンチ食として準備します。カロリーが高く、なおかつ自分の食べやすいものを準備し





ます。

③ 不時露営（フォーストビパーク）用のツェルト（簡易テント）、シュラフカバー

個人が持つ緊急時対策装備としてシェルターとしてのツェルト（簡易テント）と防水透湿素材のシュラフカバーは必携です。風雨、吹雪であっても体温を奪われることを最小限に防ぐことができます。軽量でコンパクトな製品がありますので個人で持つことを薦めます。

④ ヘッドランプ（懐中電灯）

日帰りの山行でも道迷いで帰れなくなり山中で夜を迎えることもあります。常に携行してください。電池はリチウム乾電池がお奨めです。値段がアルカリ乾電池の2倍以上しますが、軽量で長寿命、低温に強いのが特徴です。

⑤ 火器（コンロと燃料）・コッフェル（鍋）食器・マッチやライター

冬山では雪を溶かして水を作ることが

できますし、寒い時に、暖かい飲み物を作ることができます。軽めのコンロヘッドとブタンガス、小さな鍋（チタン製）がお奨めです。

⑥ 通信機器（携帯電話・アマチュア無線機）

山中での緊急事態には通信手段の有無が生死を分けることがあります。携帯電話とできれば無線機も準備しましょう。緊急用の笛も持ちましょう。

私の過去最悪の緊急事態は、標高7000mで悪天候につかまり、零下30度で3日間テントなしで耐えたことがあります。そのときはツェルトとシュラフカバーが命を守ってくれました。両手両足が凍傷になりかなり危ない状況が続きましたが、生還することができました。

緊急事態に陥ったときは、冷静に対処し、諦めずになんとか生還するという強い意志を持つことも重要です。（まつしま ひろし）

写真は全て台湾^{マユクサン}玉山

