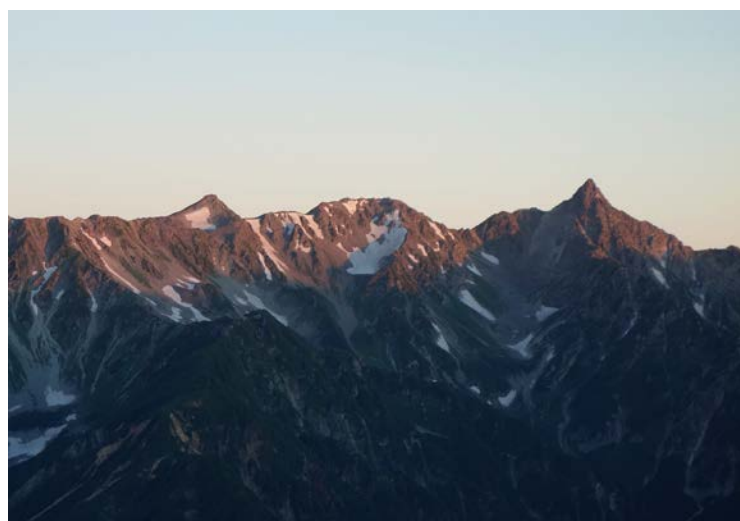


会員と千葉県連盟をつなぐ

ちばニュース

2018年 9月号



千葉県勤労者山岳連盟

Chiba Workers Alpin Federation

2018年 9月1日発行 通巻305号

千葉県連からは
絶対に重大事故を出さないで

9月号目次

・ 目 次	2
・ 市川山の会・夏山特別企画報告	3
・ 北ア・大日三山山行報告	5
・ 事故防止交流集会案内	8
・ 第17回・ふれあいハイク案内	9
・ 全国遭難対策担当者会議参加報告	10
・ 国際山岳看護師活動報告	13
・ 全国ハイキング集会案内	15
・ 全国登山者研究集会	17
・ 県連たより	19
・ 9月10月予定表	20

市川山の会は、地域に根差した老舗の山の会です。
今回は夏山特別企画、蝶・常念縦走記を投稿いただきました。
天気に恵まれ、山頂や小屋からの展望も素晴らしく、多くの高山植物にも出会え、想定外の雷鳥にも遭遇し、全員無事下山できて、大満足の山行だったと結んでいます。
集合写真の満足した顔、この顔が全てだと思います。

——編集者——

夏山特別企画 北アルプス常念岳・蝶ヶ岳縦走記

市川山の会 松宮 俊一

1日目(7月29日) 曇り時々雨のち晴れ

今年の夏山特別企画は、北アルプス槍ヶ岳・穂高岳の展望台、常念岳・蝶ヶ岳を縦走する2泊3日の山旅。参加者は男性8人、女性4人の12名。

錦糸町駅発の特急「あずさ号」で穂高駅まで行き、タクシーで一ノ沢登山口へ。標高は1260m、吹く風がさわやか。11時30分出発。常念乗越までの標高差は約1200m。沢沿いの道を歩く。花崗岩の間を水が勢いよく流れている。

単調な道が続く。時々丸木橋で沢を渡る。ノリウツギの白い花やゴゼンタチバナ、ミゾホオズキが咲いている。

沢が傾斜を増し、狭くなってきた。胸突き八丁の急登だ。高巻道沿いには、ミヤマトリカブト、ヤマオミナエシ、ミヤマアキノキリンソウ、ハクサンシャジンなどの晩夏の花が咲き、オオヒョウタンボクも赤い実をつけている。今年は季節の進み方が早いようだ。

最後の水場で喉を潤す。冷たくて美味しい。ここから常念乗越まで、標高差約400mの樹林帯の急登が続く。常念岳の稜線が見えてくるとゴールも近い。斜面にはコバイケイソウの大群落。純白の花が美しい。常念乗越に着く。夕暮れの空に槍ヶ岳の尖塔が屹立。素晴らしい展望だ。

夜、外に出てみる。安曇野の夜景が美しい。空には満天の星。火星や木星、北斗七星や夏の三角形、さそり座まで見える。感動を胸に、明日に備えて床に就く。

2日目(7月30日) 快晴

快晴。槍ヶ岳が朝日に輝いている。午前6時出発。今日は常念岳登山と蝶ヶ岳への縦走。長丁場だ。花崗岩のガレ場を登る。常念岳までの標高差は約400m。最後の岩場を登ると狭い常念岳の頂上。雲一つない青空をバックに槍・穂高連峰から遠く立山・剣岳、鹿島槍ヶ岳、妙高山、浅間山、八ヶ岳、富士山、南アルプス、中央アルプス、御嶽山、乗鞍岳まで360度の大展望。とりわけ槍・穂高連峰が素晴らしい。いつまでも眺めていたい景色だ。

記念写真を撮り、蝶ヶ岳への縦走に入る。下りも岩場の険しい道。滑落に注意しながら慎重に下る。右側には槍・穂高連峰の絶景が続き、彼方には今夜の宿、蝶ヶ岳ヒュッテの赤い屋根も見える。

標高差約400mを下り、蝶ヶ岳との鞍部に着く。振り返れば、常念岳のピラミッドが聳えている。草むらで親子連れの雷鳥を見つけた。こんな晴れた日に出てくるのは珍しい。姿を消すまで観察する。

樹林帯に入る。林床には白いゴゼンタチバナの花が目につく。草原にはニッコウキスゲやマルバダケブキ、オタカラコウ、イブキトラノオ、ハクサンフウロ、ウサギギク、クルマユリなどが咲いている。ほとんど花の無かった常念岳とは対称的だ。地質が堆積岩に変わったようだ。

何度かアップダウンを繰り返しようやく蝶ヶ岳に着く。狭い岩場の頂上からは、ますます近づいた穂高連峰の峰々が手に取るようだ。

蝶ヶ岳からはハイマツとタデのざれた道が続く。蝶ヶ岳の三角点に立ち寄る。なぜここに三角点がと思うような場所にあった。二重山稜のなだらかな道が続く。瞑想の丘を回り込むと赤い屋根の蝶ヶ岳ヒュッテが見えた。小屋の前のベンチで槍・穂高連峰を眺めながら喉を潤す。先発班のリーダーは途中で熊を見たとのこと。「熊注意」の看板が目につくが、対策をとる時期に来ているようだ。

夕方から霧が濃くなってきたので、夕焼けと星空はお預け。貸し切りの部屋で一杯飲みながら談笑。山の夜が更けていく。

3日目(7月31日) 快晴

今日も快晴。御来光を見に瞑想の丘へ。空をオレンジ色に染めて、雲海に浮かぶ山々の間から朝日が昇ってきた。振り返れば、槍ヶ岳や穂高岳の頂稜部に日が射し、西の空が薄いピンク色に染まっている。

6時出発。蝶ヶ岳最高点に登り、記念写真を撮る。乗鞍岳や御嶽山が美しい。富士山や南アルプス、八ヶ岳のシルエットが雲上に浮かんでいる。

三股登山口をめざして標高差約1300mを下る。樹林帯の中の急坂も、木製の階段などが整備されており歩きやすい。常念岳が随分高くなってきた。林床にはカニコウモリ、ヤマブキショウマ、カラマツソウなどが咲いている。子ども連れの登山者も多い。水場で喉を潤す。冷たくて美味しい。溪流の音が大きくなってきた。三股登山口も近い。花崗岩の間を透き通った水が勢いよく流れている。

3日間の縦走を終えて全員無事三股登山口に下山。小屋の掲示板には、熊の目撃情報が何件も記されていた。

安曇野蝶ヶ岳温泉に立ち寄り、3日間の汗を流し、疲れを癒して、松本発特急「あずさ号」千葉行きで帰る。

今回の山行は、3日間とも天気恵まれ、山頂や小屋からの展望も素晴らしく、多くの高山植物にも出会え、想定外の雷鳥にも遭遇し、全員無事下山できて、大満足の山行になった。



北アルプス大日三山 山行報告

鶴田 秀雄（ちば山の会）

【山域】 北アルプス北部

【ルート】 富山～称名滝～大日平～大日小屋（泊）～大日岳往復～奥大日岳
～雷鳥平～室堂平～（アルペンルート）扇沢～帰葉

【日程】 2018年8月18日～19日（前夜発）

【メンバー】 鶴田（CL） 菅井



日本一の落差を誇るという称名滝と、毎年行く立山初滑りで室堂平から見る奥大日岳の豪快な山容に魅かれてこのコースを企画した。

【1日目】 晴れ

夜行バスは別々だったが早朝菅井さんと富山駅で落ちあう。富山地方鉄道に乗り立山駅に向かう。常願寺川に沿って遠く立山連峰を望みながら行く電車は誠に趣がある。立山駅から称名滝行のバスに乗り継ぐが、ここで鶴田がストックを駅構内に忘れて予定していたバスに乗れず1時間ほどロスしてしまった。

数日前に降ったと思われる雨を集めた称名滝は迫力があり、かなり離れた展望台でも霧でひんやりする。



(称名滝)

(大日平木道脇のリンドウ)

ここから尾根に取りつくが、いきなりの急登。喘ぎながら行く。称名川の岸壁が下に望まれるようになるころ、傾斜が緩くなり大日平の一角に出る。大日平は傾斜湿原で右手遠くに弥陀ヶ原が見渡せる。大日平山荘で一休みして大日平を突っ切り再び急な登りとなる。道は大きな石の上を行くので足元に気を遣う。70代のコンビニはきついコースと感じ始めたが行くしかありません。そういえば下りてくる人にはけっこう会うが、登っていく登山者は我々だけのようだ。でも道の真ん中の石の間を冷たいきれいな水が流れのどを潤しながら行く。ようやく大日小屋が見え始めると稜線に飛び出る。いきなり目に飛び込んでくる剣岳。小屋から冷たいビールを買ってきて乾杯。遮るものもない剣岳の勇姿を見ながらのひと時は幸せが一杯だ。

ランプの食堂で夕食を済ませ、比較的余力を残していた鶴田が大日岳山頂を往復した。夕日に赤く染まる剣岳を眺め、能登半島に沈もうとする夕日と立山連峰にたなびく雲から出る霧でブロッケン現象が見られた。



(大日平)

【2日目】晴れ

朝食後、今度は二人で大日岳を往復してから小屋をあとにする。すばらしい天気の中を稜線散歩。左手に剣、右手には雪溪の続く深い称名溪谷を隔て弥陀ヶ原がのびやかに広がる。高原道路を行くバスの姿も見える。足元には花も見え始める。特筆すべきは「チングルマ」。花は落ちてしまっていたがいたるところに群落がある。花盛りのころはさぞや美しいだろう。また「リンドウ」もすばらしい。下の方から稜線までどこでも見られ、高度を上げるにしたがって紫が濃く鮮やかになるようだ。奥大日岳の頂上から下りはじめ、色とりどりのテントの雷鳥平、煙を上げる地獄谷、そして室堂平の山荘などが間近に見える。下りきって、流れにかかる橋を渡るとそこは繁華街だ。室堂平までは結構な登り（といっても階段ですが）。無言で疲れた足を引きずり多くの人に抜かれながら室堂平のターミナルに到着した。ここからアルペンルートで扇沢へ、扇沢からバスで信濃大町へ。タイミングの良い便に恵まれた。信濃大町の駅で菅井さんはさっぱりした身なりに、鶴田はそのまま大糸線に乗る。大糸線の車中で、菅井さんが持っていた菅傘が縁で、この地の肉屋さんで働いているというベトナムの若者と親しく言葉を交わす。松本からは千葉行の「特急あずさ」で、いつもの車とは一味違う楽しい車中を過ごした。



（左手に剣）

（右手に称名溪谷と弥陀ヶ原）

写真はすべて菅井さんが撮影してくれたものです。

今回の山行、行きの夜行バスの予約がたいへんだと思い当初は単独行で計画書を提出したが、それを見て菅井さんが同行してくれた。やはり一人より二人の方が楽しい。菅井さんに感謝だ。またコースも計画では立山駅からアルペンルートのバスに乗り、弥陀ヶ原の途中で降りて八郎坂を下って称名滝への予定でしたが、それは大変なので今回のコースにした。今回、目にした伸びやかな弥陀ヶ原をいつか歩いてみたいと思っている。

鶴田 記

2018 事故防止・経験交流集会の案内

千葉県勤労者山岳連盟・教育遭難対策委員会

今年も事故の共有化・再発防止と各会交流を趣旨に開催します。

今回は場所を「富津市民の森」に変更し、全国遭難対策担当者会議の資料を題材に進めていきます。また国際山岳看護師の講演もありますので、各会の積極的な参加を期待します。詳細は下記を参照下さい。

記

1) 主催 千葉県連盟・教育遭難対策委員会

2) 日時／場所 11月10日(土) 13時～11日(日) 12:00 終了

10日<12:00 管理棟にて受付開始>

富津市民の森 千葉県富津市豊岡 2785-1 0439-68-0929

3) 内容 11/10 ①今年度の事故に関する報告 13:10～13:50

まつど遠足クラブ、船橋勤労者山の会、かがりび山の会、
千葉こまくさ HC

②全国遭難対策担当者会議報告 13:50～14:20

③全国事故事例のディスカッション 14:30～15:30

4班に分かれて二つの事例を議論する。

事例1：野火止山の会の事故

事例2：持病のある人に対する対応

④事例研究発表準備 15:30～16:20

⑤国際山岳看護師の講演 16:30～17:30

⑥夕食／各会紹介／交流会 18:00～21:00

11/11 ⑦事例研究発表 8:00～11:30

各班は、7点セット、医療品、ツェルトを使用して救急法、搬送法、
ロープワーク、救助要請、ビバークなどを順番に実演する。

4) 参加費 2,000円／人。交通は各会毎に。 単日での参加可<費用500円>。

5) 装備／食事

各会毎：7点セット（スリング 60cm2 本、120cm 1 本、
カラビナ 3<うち環付き 1>、補助ロープ 6~8mm*10m）、ツェルト、
飲み物、食材（炊事場・食事卓は外のキャンプ場）

各自：座布団（会議室の椅子は木製）、シュラフ一式。

6) 宿泊設備 バンガロー、コインシャワー有り。

7) 実施規模 40名程度（スタッフ含む）

8) 参加申込／締切 申込書添付にて教育遭対委員会 廣川：hirokawa2583@yahoo.co.jp

090-6122-8354 10/28 締切

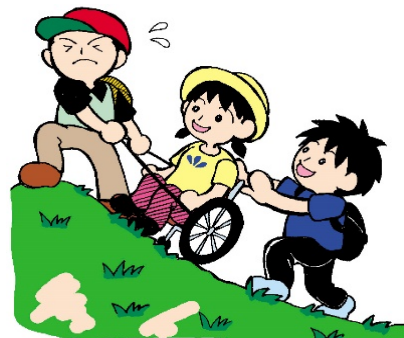
会場の都合上、申込多数の場合は、調整する事が有ります。

9) 問い合わせ先 教育遭対委員会 伊東：itou2385@yahoo.co.jp 090-1774-3384

第17回ふれあいハイク参加者募集

2018年度ふれあいハイクの年になりました、今回は県内を離れて、東京湾をアクアラインを観光バスで走って、「三浦半島 241mの大楠山」に登ります。

県連、会員の皆様よろしくお願いします。



- ・日 程・2018年9月30日(日)
- ・場 所・神奈川県三浦半島 大楠山 (241m)
- ・集合場所・千葉駅 NTT前 8:00集合 出発8:20
・東葛地区 鎌ヶ谷市役所駐車場 出発 7:00
- ・ファミリーマートFC横須賀芦名店駐車場(大楠山登山口) 10:00集合
- ・参加費 4500円
- ・大型観光バス 3台(大型リフト車1台、1台は鎌ヶ谷市役所駐車場配車)
- ・【コース】
 - ・NTT前8:20——松ヶ丘IC——市原SA(休憩10分)——木更津JCT——東京湾アクアライン——川崎浮島JCT——横浜ベイブリッジ——並木IC——横浜・横須賀道路——衣笠IC——横須賀PA(休憩10分)——三浦縦貫道路——林交差点——大楠山登山口交差点——大楠山登山口(ファミリーマートFC横須賀芦名店駐車場) 10:00/10:30…1:20…NTT無線中継所…0:10…電波塔…0:05…桜山(昼食・交流会 1:40) …1:30…大楠山登山口着
 - ・大楠山登山口出発(ファミリーマートFC横須賀芦名店駐車場 15:00——林交差点——横浜・横須賀道路——衣笠IC——横須賀PA——浮島JCT——海ほたる(20分休憩)——木更津JCT——松ヶ丘IC——千葉駅NTT前 17:30(予定)解散
- ・申込締切日 8月末日(まだ空きがあります。)

- ・県連各会は、参加者を各会でまとめて、下記に連絡をお願いします。
- ・申込先 岡田正勝(千葉こまくさハイキングクラブ)
PCメール iwakagami412@jcom.zaq.ne.jp
- ・車いす担当会は、
受け持ち台数・必要装備については、9月理事会でお願いをします。



全国遭難対策担当者会議 議事録

千葉県勤労者山岳連盟
教育・遭難対策委員会
参加委員: 田中(ちば山)、廣川(君津ケルン)

【日程・場所】

- ・H30年6月30日(土)13時～7月1日(日)12時
- ・全国連盟 事務所(飯田橋)
開会挨拶: 臼井(全)遭対部長 閉会挨拶: 赤間(全)理事
司会: 石川昌(全)理事(千葉)

【報告・討議 内容】

AAA. 全国遭難対策担当者会議 (資料あり)

I. 事故統計 報告 …川島(全)事務局長

1. 山岳遭難の概況 (警察庁&労山データ)

(1) 発生件数・遭難者数

警察データ: S36～H1は比較的低位安定。H1年以降、件数・遭難者数ともに急激に増加。

(2) 負傷者数・死亡行方不明者数(死・不明数)

警察データ: 負傷者数、死・不明数ともに発生件数と同じ傾向を示している。

労山データ: 負傷者数・死亡はともに横ばいで、負傷者数300人前後、死・不明数10人前後。
(H29年労山デ: 負傷者数312人、死・不明数6人)

中高年者の山行が多くなってきていて、それに伴い平均年齢も一つずつ増で、自己意識年齢と体力がついていない?

2. 年代別事故者数 …以下は、2017年労山データで整理

全体	～49歳	50歳代	60歳代	70歳以上
312人	78人	69人	102人	63人
		22%	33%	20%

⇒ 53%(増加基調)

年齢とともに、体力低下。しかし、意識は若いまま。この辺りの意識変革と体力増進(ストレッチ・日頃の運動)、もしくは体力に見合う山行計画を。

3. 時間帯別事故発生状況

- ・昼前(10～12時)と昼食後(13～15時)にピーク。

⇒ 認識必要。かつ、リーダー等による注意喚起も必要。

4. 形態別

- ・4大形態(下記参照)で全体の82%。
無雪期(42%)、雪積(11%)、登攀(15%)、沢(14%)
- ・しかし、意外な盲点=訓練(4%)、人口壁(4%)
⇒ 全体の8%に当たる。

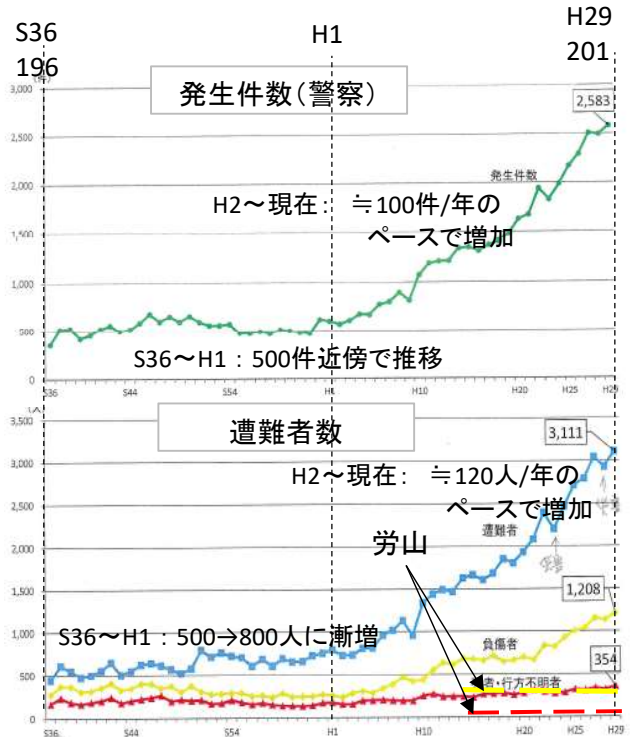
・沢事故が直近、千葉で増加基調。→要注意
・訓練・人工壁での事故少くない
⇒ 認識必要。安易な気持ちで訓練等に取り組まない。
危険の認識が必要。リーダー等による注意喚起も。

5. 原因別

原因	人数	割合	備考
転倒	126	40%	加齢とともに足先突っかけ
転滑落	98	31%	重篤な災害につながる
落石(氷)	14	4%	
虫・動植物	12	4%	最近、増加基調
病気	9	3%	'15:5/12件、'16:1/8、'17:2/6
道迷い	2	1%	→※(警察データ=40%)
その他	51	16%	
計	312	100%	

※道迷い('04～'17労山データ)

- ・14年間で74名(内女性39名、単独18名)。
- ・読図講習目的の山行や 会主催の山行でも発生。
- ・リーダーの誤判断やリーダー自身の事故で不在となった時のメンバー全員の道迷い等あり。
- ・道迷いについての対策が必要
(ココヘリ携帯、読図訓練 等)



II. 事件事例報告 →詳細な状況等は資料参照ください。

1. 福岡県六甲山系摩耶山(ハイキング・ボルダリング)

三名で入山(内1名福岡県連所属、被災者)。9時入山後3時間ほど経過した時点で被災者体調不良。急遽、ヘリを要請(携帯が繋がらなかったりして、ヘリ到着は12:20頃)。病院搬送するも、病院で死亡確認。原因不明。

2. 静岡県労山 2017年事故報告(9件)

- (1) 転倒3件、転落3件(クライミング)、病気3件(すべて心臓疾患)
- (2) 転落: 内2件は人口壁。
- (3) 病気3件の内訳 心筋梗塞・うつ血性心不全・不整脈
→ 三件とも病院治療にて無事退院

3. 長野県槍ヶ岳 (3泊4日、北アルプス縦走)

- (1) 夜行バスで登山口。初日大天荘泊(夜間、軽度の頭痛あり)

<事件事例からの教訓・検討課題>

1. 持病ある人に対する対処(特に心疾患)

- ① 持病有無・詳細等を会全員認識要
- ② 本人持参の薬→リュックのどの位置かを周知する
- ③ 持病ある人はピンチカード(?)などを携帯
- ④ 計画段階で、エスケープルート検討
- ⑤ コンパニオンレスキューの習熟(搬送、応急手当等)
- ⑥ その他

2. 高山病の対処

- ① 高山病様相時、咳現出では肺水腫を

- (2)二日目:昼頃から右下腹部痛み、不快感、歩行の遅延、頭痛・咳出現。《槍ヶ岳山荘》就寝後に呼吸苦、悪寒。
- (3)三日目:起床時ふらつき、胸腹部ふかいかんあり。咳あり、で症状悪化し歩行困難。《槍沢ロッジ泊》
- (4) 槍沢ロッジ0730発→上高地/日大上高地診療所受診→松本市立病院→信州大病院入院加療
- (5) 診断結果: ①高地肺水腫 ②浮腫性胆嚢壁肥厚
4. 福岡県高取山(日向神、日向神タワー第二ルート/4P目)
登攀中、ハチの巣を発見。襲って来る様子なく、また、先行パーティが問題なく通過していたので、刺激を与えなければ問題なしと判断して登攀継続。登攀中に攻撃を受け、刺されながらも何とか脱出。最終的にはヘリにて病院搬送。治療を受けた。蜂刺傷23カ所。
病名:アナフィラキシーショック、急性腎障害、肝機能障害、横紋筋融解症、血管内容血、高乳酸血症
5. 野火止山の会 雨飾山(5月5～11日)
4名(男性ベテランのL、SL、女性ベテランのC、D)で雨飾山入山。(状況:資料参照)L、SL受傷して動けない中救助要請、ヘリ来着等で、北アルプ医療センターに搬送、救急受診、即入院。一方で、救助要請の女性Cが取り残された格好で行方不明の二重遭難。最終的には、L、SL重症なるも全員生還。

疑う(重篤な状態だと死に至る危険あり)
②甘く見ず、早めの下山も。場合によつたら躊躇せず、119、110(ヘリ)に連絡を。

3. ハチ対策
①スズメバチを見かけたら、無理せず引き返すことも考える(襲ってくるかもしれない)
②抗体検査、さらにはエビペンの携帯(医療機関で)

4. 野火止山の会の事故事例
→十分な議論・検討の余地あり
①雪斜面でのアイゼン・ピッケルの保有(SLは6本 爪、ピッケルの保有少ない)
②二重遭難
③行方不明Cの携帯に残電池量ありにも拘らず「電源切り」状態(入っていれば、不通状態でも、警察等が探知できた)

＜会議中の発言で、気になった言葉＞
・人の言うことを聞かない頑固なオヤジ
・地図読みのできないご婦人

III. 岩手・愛知県連の遭難対策

- ＜岩手県連＞
1. 雪崩講習会 3. リードクライマーレスキュー訓練
2. スキルアップ講習会 4. セルフレスキュー訓練 (ビバーク訓練等)
- ＜愛知県連＞
1. 無積雪期・積雪期の救助訓練(救助隊訓練ではなく、救助訓練)
2. 確保技術講習会・救急法講習会(確保技術ではロードセルを使用し荷重測定も)
3. 事事故例集(第二集)発行(500円/冊)

・ビバーク訓練の重要性

遭難時、夜間の無理な行動ほど危険。
ビバークに慣れていれば、無理せず翌日から冷静に行動。

・ロードセル・荷重計を使用した確保訓練(具体的で、理解の深化が図れる)

IV. 山筋ゴーゴー体操サポーター講座

1. 各都道府県単位での申し込みで開催 2. 1日目全日と2日目午前で講義・実技。2日目午後には実技試験と筆記試験。試験合格者はサポーターとして登録される。

V. 「ココヘリ」について (→詳細の確認は必要です)

1. 労山限定プランについては5月末締切を、現在延長中。
2. 「ヒトコ」も継続中で、救助ヘリ要請可のココヘリ制度に加入する場合は年会費3,650円で可。
3. 親機と子機の両方持つこの優位性ありとのこと(親機で探すことが可能) (ヒトコ:機器No、ココヘリ:個人No.)

VI. 埼玉県 防災ヘリの有償化

県内ある地域でヘリ出動した場合は、有料となった(5万円/時間程度の有償)。

BBB. 第15回山岳遭難事故調査報告書(資料あり) (ポイントのみ列挙)

- ・登山人口(推計): 2009/1230万人(ピーク)→2017/650万・道迷いが他要因とで深刻化
⇒8年で半減。 北・中・南アルプスの中低山域で多。
- ・野生動物・昆虫の襲撃: '16/4件→'17/15件
⇒1年で急増(≒4倍) 昆虫... ≤2000mでデータあり(1500～2000mでマダニ)
- ・転倒と滑落の死亡率 転倒0.8% vs 滑落8.6% マムシ被害... ≤1500mまであり。
- ・ヨーロッパアルプスの死亡原因: 第一位は心疾患。

CCC. 自分に合った登山継続のために (資料あり) —元気に返ってくる— (by沼田内科医)

1. 山岳三大死因
・外傷(滑落、転落...)
・心臓疾患(心筋梗塞・大動脈解離、不整脈、...)
・寒冷障害(雪崩、低体温症、;;;)
2. メンバー同士「いつもと違う???」に気づくことが大事
脳梗塞を疑ったら FAST
F: Face... 笑顔(歪んでないか等)
A: Arm... 腕が下がってこないか
C: Speech... ばびぶべぼ等の発音
T: Time(発症したら時間との勝負)
3. おかしいと感じたら
時間経過と状況の記録を(記録係を) → 救急医療に大いに役立つ
4. 軽い頭部打撲(少しずつ出血) 数週間～数カ月後に大病。(リスク大:服薬(血液サラサラ)、高血圧、大酒者)

登山前の健康チェック

- ・定期健康診断(最低年に1回)
血液・尿・心電図・胸部レントゲン...
- * 胸部圧迫感、動悸、脈の不整などを感じたことがある → 循環器内科へ(24時間心電図 運動負荷心電図など)
- * 喫煙者は肺機能検査
- * いびき → 睡眠時無呼吸症候群の検査
- ・日頃の血圧、脈拍、呼吸数チェック
- ・持病がある人は主治医へ受診、相談(登山の程度や可否、注意点など)

5. 高山病

- ①パルスオキシメーターの活用(値段は?)
- ②呼吸法で防御 → 口すぼめ呼吸
(良いかも? 実践の価値ありか?)

DDD. 応急編 (資料あり) (by 柳川 外科医)

- ーいざという時に、大切な仲間を助けるために、
その時に適切な行動ができるためにー
- ー標準化された評価、観察に基づく判断と必
要な手当て、処置の向上を求めてー

1. 外傷のための「ファーストレスポnder テキスト」(500円)

- (1) 医療資格を持たない方が重症外傷傷病者への対応を
学ぶ教科書として活用可。
- (2) 発見から救急隊員等に引継ぎの間に、何をすべきか、
何をすべきでないかを身に付けられる。

2. 傷病者対応手順

- ①状況評価
- ②脊椎運動制限の考え方
- ③傷病者評価
⇒重要なことが記載されている。

3. 行なうべきこと、行ってはいけないこと

- 十二分に勉強することが肝要(生兵法は怪我の元)
- | | |
|----------------------------|----------------------|
| 〈行なうべきこと〉 | 〈行ってはいけないこと〉 |
| ・気道確保 | ・空気の出入りある傷口は
塞がない |
| ・止血 | ・四肢変形時は、無理して
戻さない |
| ・保温 | ・刺さっている刃物は
抜かない |
| ・救急隊に引き継ぐまで
概ね5分ごとに状況評価 | |

4. 熱中症

- ①スポーツドリンクの作り方 ⇒有益情報
- ②ハチ ⇒アナフィラキシーショックで死亡の危険あり
→1度刺された人は、エビペンの携帯を!
(結構高価?)

EEE. その他

1. お役立ち情報

- ・止血時に清潔なガーゼ等がないようなとき
→スーパーレジ後のテーブル上にある半透明ビニール袋の内面は清潔。ひっくり返せば十分傷口に当てることが可能。自分の手もスーパー買い物袋等でカバーも忘れずに。

2. 愛知県連

- ・事故事例集(第二集)「他に学び、事故をなくそう」 → 参考になる資料です。
- ・一部500円。愛知県連へどうぞ(愛知県連としては無償も考えたが、今後の継続のための源質として有料化)

3. 徳島県連からのお願い

「天神丸風力発電の概要と反対署名のお願い」・・・署名用紙あり。

4. 全国連の事故データについては、必要に応じ各県連にも開示しています とのことでした。

その登山、ちょっと待った!

(医師に相談)

- ・高血圧治療中だが、血圧が不安定
- ・脳卒中を起こしたことがある
- ・最近、一過性脳虚血を起こした
- ・不安定狭心症がある
- ・6か月以内に心筋梗塞を起こした
- ・不整脈がある(心房細動、発作性頻拍症)
- ・弁膜症があり、日常生活に制限を受けている
- ・心不全を起こしたことがある

山岳事故の特殊性

救急隊に引き渡すまでの過程により応急手当の内容が変わる。
それを含めた評価(evaluation)が必要

◎ 受傷現場からヘリコプターor救急車で搬送可能か

可能なら、応急手当は生命・緩和にかかわることのみでよい。

不可なら、

- ・どこまで搬出すればそれが可能になるのか?
- ・搬出可能な場所までの行程は?
- ・搬出路の状態(斜面・沢・岩・雪・・・)は?
- ・その時間は?
- ・その他に気温・天候など自然条件・・・?

種々の状況、case by caseで応急手当の程度が変わる。
生命に危険が及ばない範囲で極力歩けるように手当をする。

傷病者対応手順

1. 状況評価

- (1) 安全確認
- (2) 感染防御
- (3) 傷病者の状況や受傷機転
- (4) 時刻の認識 通報要領

2. 脊椎運動制限の考え方

3. 傷病者評価

- (1) 自己紹介と救護の承認(他人の場合)
- (2) 頸椎保護
- (3) 反応を確認し気道の評価
- (4) 呼吸の評価
- (5) 循環の評価・活動性外出血
- (6) 意識の評価
- (7) 外表の評価
- (8) 四肢の動き・感覚の評価
- (9) 行なうべきこと、行ってはいけないこと

会議に参加して

- ・貴重な経験をさせてもらい、ありがとうございました。
- ・この内容を、県連の皆さんに伝えるべく、今回整理しました。
- ・一回の研修では、十分な理解ができない部分もあり、今後とも、このような研修に参加したいと思うし、そこで得た情報を県連全体に浸透させねばならないと思います。
- ・全国遭難対策担当者会議へは多くの人に参加チャンスを持ってもらい、生の声を聴いていただくことも良いのではないかと思います。

「国際山岳看護師みっちゃんの富士登山撮影隊同行記」

8月初旬、この夏2回目の台風上陸、しかも今回は関東直撃か、という天気予報の中、女性ダンス&ボーカルグループが富士登山に挑戦する様子の撮影に、救護班（計2人のうち）の1人として同行してきました。撮影隊への同行は今回が初めてです。

救護班の2人。左がみっちゃんです。♪



台風情報を見て、今回は「台風が接近しているので中止になるか」と考えていましたが、「（安全に配慮した上で）六合目までも、五合目でもいいから、少しでも画を撮りたい。」という撮影隊の希望で決行となりました。



朝方 3:30 に五合目を出発。台風が接近しているので悪天候のはず・・・が、なんと！六合目では雲が切れてまさかの御来光を拝めました。やはり、皆さんヒット曲を連発しているだけに「持ってる！」ということなのでしょう♪その後、八合目まで登り風雨が強くなり、良い画も撮れたという事で撮影は終了し、一同無事に下山しました。



今回、撮影隊に同行して思ったことは、山岳看護師としてこのような活動はまさにジャストミート！皆さんが山で良い仕事ができるように医療の目線でサポートする。これは山岳看護師として適役であり、重要な仕事だと感じました。



また、遠目からですが、初めて芸能界の世界を垣間見ることができました。今回の女性グループは、メンバー11人の大所帯なのですが、皆さんとても素直で協調性があり、初めての登山だったようですが、ガイドさんの言うとおりに動いて、とても好印象でした。

また、撮影隊のスタッフも若い方が多いのですが、とても礼儀正しく、「良い映像を撮る！」という信念のもと、各自がテキパキと動き、連携をとりながら分業されていたので、プロの仕事だと感じました。



そんな撮影隊総勢 40 人は富士山ガイドの皆さんが的確にペースメイクしてくれていますので、高山病になる方はいませんでした。ので、幸いなことに山岳看護師（私）が活躍するような事態は起こりませんでした。しかし、風雨の中を登るということで、低体温症のリスクとは常に背中合わせでした。



富士山では、数日前に台風 12 号が接近した際、静岡県側で低体温症による死者がでてしまいました。低体温症の原因は「低温、濡れ、風」です。独立峰である富士山は、風を遮るものがないため、もともと強風が吹くことが多いです。また、富士山は標高日本一の山、気温も低いいため風雨は一気に体温を奪ってしまいます。

では、その対策は・・・ズバリ、原因を防ぐことです。富士山ガイド＆救護班では、出発前から撮影隊の皆さんが低体温症にならないよう、レインウェアをキチンと着て体を濡らさないように注意喚起し、風雨が強くなった八合目からの下山時にもフードの被り方や袖口をチェックし、風雨の侵入が無いよう注意を促しました。また、我々、救護班はテルモスにお湯を準備し、さらに火器も持参して、もしも低体温症者が出た場合、すぐに加温が出来るように準備を整えて臨みました。

皆さん夏山を楽しみ、涼を求めて標高の高い山に行かれるかと思いますが、過去にも夏山シーズンに暴風雨による低体温症の死亡事故が発生しています。夏こそ怖い低体温症、皆さんも是非気をつけてください。

報告者・山の会「岳樺クラブ」 小林 美智子

※写真は、プライバシーに配慮して一部加工してあります。

第21回 全国ハイキング交流集会

まだまだ申込
受付中だよ



★日時 9月15日（土）13：00
～16日（日）10：30
★会場 静岡県・伊豆長岡温泉
元湯・いづみ荘旅館

静岡県伊豆の国市長岡1045-1

裏面に申し込み書

★参加費 11,000
日帰り参加は1,000円
(夕食交流会参加希望者は別途、
実費をいただきます)

★集会内容
各地のハイキング活動の報告
を受け、交流する

★募集 100名

※交通

東海道新幹線・三島
駅で伊豆箱根鉄道線に
乗り換えて約20分 伊
豆長岡駅下車

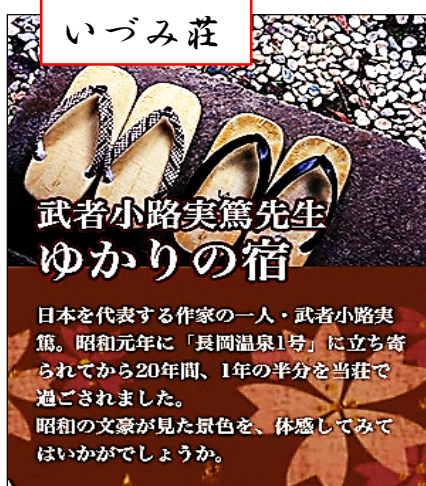
駅前より送迎バスを11:50
12:20に配車

それ以外は温泉場上バス停
通る路線バスで同バス停 徒
歩0分

記念講演 『火山の恵みとその危険性』

島村英紀先生(地球物理学者、元北海道大学教授)

4年前、岐阜市で開いた全国ハイキング
交流集会の当日、木曽御嶽山が突然噴火し
て多数の犠牲者が出ました。今年も草津白
根山が噴火しています。火山は、美しい山
の姿や豊富な温泉の恵みを与えてくれます
が、危険な存在です。そんな火山の知識を
深め、どう対処すべきかを学びましょう。



- 1日目 分散会、
夕食交流会
 - 2日目 分散会終了後、
4コースに分かれて
交流ハイキング
(希望者のみ)
- ①葛城山 ②大仁城山
③葦山・歴史ハイク
④丹那断層に大地の活動
の痕跡 - ジオハイク
(③④は解説付き)

主催：日本勤労者山岳連盟(ハイキング委員会)
主管：静岡県勤労者山岳連盟

第21回 全国ハイキング交流集会 in 伊豆長岡（2018年）

- ・日時 2018年9月15日（土）13:00～16日（日）10:30
 - 15日 記念講演、分科会、交流会
 - 16日 分科会、交流ハイキング（4コース）
- ・会場 静岡県 伊豆長岡温泉・いづみ荘
- ・参加費 11,000円 日帰り参加1,000円
（日帰りで夕食交流会参加希望者は、別に実費をいただきます）
- ・交通 伊豆長岡鉄道・伊豆長岡駅よりバス6分 送迎バスあり
- ・主催 日本勤労者山岳連盟 ハイキング委員会
- ・主管 静岡県勤労者山岳連盟
- ・日程 15日（土）

各自、昼食をすませて現地集合

12:30 受付開始

13:00 開会

13:05～13:20 基調提起（石川委員長）

13:30～15:00 記念講演 「火山の恵みとその危険性」

講師 島村英紀先生（地球物理学者、元・北海道大学教授）

15:15～17:30 分散会討論

17:30～18:30 入浴

18:30～20:00 夕食交流会 その後、部屋で懇親会

16日（日）

8:30～10:10 分散会討論（つづき）

10:15～10:30 全体会で閉会式

11:00～交流ハイキング 4コース

①葛城山（かつらぎやま）452m

②大仁城山（おおひと じょうやま）342m

③歴史ハイク（韮山周辺 伊豆HCの仲間がご案内します）

④ジオハイク（丹那断層など 伊豆HCの仲間がご案内します）

募集 100名（宿泊60名、日帰り40名）

申し込み 参加申込書を労山全国連盟事務局に、

郵送、FAX、メール等でご送付ください。

参加費振り込み先は、申込書受付後、ご案内します。

問い合わせ 全国連盟03-3260-6331 ハイキング委員会まで

千葉県連加盟会代表者 様

千葉県勤労者山岳連盟
会 長 広木 国昭

第 17 回全国登山研究集会 in 愛知の開催について

日頃 千葉県連盟活動に参加・級力をいただき有難うございます。
千葉県連では、定時総会で提起しました幾つかの課題を解決し、次世代に引き継げる組織づくりに理事会を中心になって取り組んでいます。

つきましては、会代表者、会員の皆様のご意見、ご要望をお寄せください。

さて、全国連盟は下記要綱により「全国登山研究集会」を、愛知県で開催することになりました。「全国登山研究集会」の実施目的は、労山組織の現状を見直し、登山本来の目的を達成し多くの仲間を迎える事です。これは、千葉県連が実施しようとしている事、実施しなくてはならない事とまったく同じです。千葉県連から多数の参加者を送り全国の仲間と交流しその経験に学びたいと思います。

つきましては、下記のとおりご案内をいたします。各会に置かれましては、会員の皆様に呼びかけて多数の参加をお願いします。

また、この集会では、実践・研究レポートを募集しています。千葉県連からも多数の提出をお願いいたします。

実 施 要 綱

テーマ 誰もが登山できる喜びを広げ、登山文化と労山運動を次世代に継承し発展させよう！

目 的

労山は、登山・ハイキングの素晴らしさを多くの人々に健康で文化的なスポーツ・レクリエーションとして普及・発展をめざし、労山運動を行ってきた。

いま、多様に発展した労山の登山活動で、遭難事故を防ぐ登山技術の継承や、会員の楽しい活動で、若者や未組織登山者のさまざまな登山要求に応えていくことが求められている。会員の情熱とエネルギーが、そうしたことに向けて発揮されるならば、労山はさらに大きく発展することができる。

そこでこの集会では、①会員誰もが登山できる喜びが得られる仲間づくりを目指す、組織の拡大・強化、②遭難事故のない登山を追求し、それを実現する登山技術と登山文化の継承、③登山者の多様な登山要求に応える活動などについて、全国各地の会・クラブや地方連盟の日頃の優れた実践と成果を交流・共有し、今後の労山運動の発展につなげる集会とする。

この集会に千葉県連から一人でも多くの会員の参加をお願いします。
全国連盟や各地方連盟の活動に接し、多くの会員との交流も楽しいと思います。

・ご意見・問い合わせは 千葉県連会長 広木 国昭までお願いします。

記

■ 期 日	2018 年 11 月 23 日（金・祝日）～24 日（土）
■ 会 場	愛知県民の森 モリトピア愛知(宿泊施設名) 愛知県新城市
■ 参加対象	労山会員および全国の登山者
■ 主 催	日本勤労者山岳連盟
■ 主 管	全国登山研究集会実行委員会・愛知県勤労者山岳連盟
・日 程	23 日 12:30 受付開始
	13:00 開会あいさつ
	日本勤労者山岳連盟理事長あいさつ
	13:10～ 記念講演「K 2 からシリアへ」
	—8000mのビバークから見えてきたもの—
	講師：小松 由佳 氏（登山家・写真家・労山カレンダー選考委員）
	1982 年秋田県生まれ。2006 年、“世界で最も困難な山”
	世界第二の高峰 K 2 (8611m) に日本人女性として初めて登頂。人間の暮らしに惹かれ、草原や沙漠を旅する
	うちフォトグラファーを志す。2012 年からシリア内戦
	取材し、シリア難民の今を伝える活動を行う。
	14:30～ 休憩
	14:50～ 基調報告
	・集会の意義目的と組織強化拡大・次世代育成について
	15:50～ 活動報告 連盟及び加盟団体の活動：6 団体程度予定
	・会クラブの組織強化・次世代育成など優れて実践経験
	18:00 第 1 日目閉会
	18:30～ 夕食・交流会 20:30～宿泊施設で各自交流
	24 日 7:00～8:00 朝食
	8:30～11:30 分科会
	11:30～12:00 全体でまとめ集会・解散
	分科会
	1 「労山の組織強化・拡大、次世代育成」
	2 「登山のための筋力維持と強化」
	3 「安全登山」
	4 「若い世代の交流」
	5 「大開発による山岳自然破壊とどのように向き合うか」
	—リニア新幹線による南アルプス等の自然破壊の実態等—
参加費用	一泊二食での参加 8,500 円
	※日帰り参加一日も二日も 500 円（資料代）
宿 泊	愛知県民の森 モリトピア愛知
問合せ先	労山全国連盟事務局 TEL 03-3260-6331
	FAX 03-3260-6331 E-mail jwaf@jwaf.jp
レポート提出	9 月 30 日（日）迄
参加申込締切	10 月 25 日（木） 全国連盟事務局まで、

県連たより

千葉県勤労者山岳連盟（千葉労山）

◎ 県連盟事務所

〒262-0033

千葉市花見川区幕張本郷 1-29-18

レジデンス幕張台 101 号室

TEL・FAX： 043-306-1190

Eメール：rousanchiba@grape.plala.or.jp

JR総武線幕張本郷下車、海側 徒歩5分

（県連事務所に常駐者はいません）

ご意見・問い合わせは、下記をお願いします。

- ・千葉県連ホームページ：

事務局への問い合わせ

- ・Eメール：dabphiro@zpost.plala.or.jp

◎ 会員の事故一報送付先

Eメール：教遭委員長・伊東 春正

：itou2385@yahoo.co.jp

FAX：教遭副委員長・広川 登志男

：043-36-7219

全国連盟事務局にも必ず送付する事

Eメール：jwaf@jwaf.jp

FAX：03-3235-4324

◎ 連盟費振込み先

郵便振替口座

00160-3-481509

千葉県勤労者山岳連盟

◎ 「ちばニュース」

- ・原稿送付先

- ・ご意見・問い合わせ は

発行責任者：広木 国昭まで

dabphiro@zpost.plala.or.jp

◎ 千葉県連の支援活動について

支援活動は、各会で計画・実施をお願いします。従来どおり、高速代・宿泊費補助をします。（事前に一報をお願いします）

◎ 支援海産物販売のお知らせ

夏場は休んでいましたが涼しくなってきたので開始します。問合せは：広木まで

出来る時に

出来る人が

出来る事を

【編集後記】

- ・今年、初の死亡事故が発生した。（全国連盟情報）

今年は冬山、春山、ゴールデン・ウィークと死亡事故は発生していなかった。

例年に比べてとてもうれしい事でした。しかし、残念な事に8月に死亡事故が2件続いて起きました。ぜひ、この事故に学び対策を話し合ってください。

事故情報は、教遭委員会から送られると思います。

千葉県連では、事故一報が3件報告されています。いずれも防げる事故でした。

事故は事故と呼びます。皆さんの力で「負の連鎖」を断ち切って下さい。

- ・9月・10月は、全国行事が続きます。ハイキング集会・全国登山研究集会に千葉県連から多数の参加をお願いします。

「全国は何をやっているか分からない」と、よく言われます。

行けば何かがある、行かなければ何もない。日程を調整して、どれか一つでも参加して下さい。参加すれば、それなりに何かを得る事が出来ると思います。

- ・夏山山行報告を投稿して下さい。ワードでA4・2ページ位、写真2・3枚特別な加工はしないで結構です。

県 連 活 動 予 定 表

9		行事予定	10		行事予定
1	土	関プロ自然交流集会	1	月	県連役員会
2	日		2	火	
3	月	県連役員会	3	水	
4	火		4	木	全国組織部会
5	水		5	金	
6	木	全国組織部会	6	土	
7	金		7	日	
8	土		8	月	
9	日		9	火	
10	月		10	水	
11	火		11	木	
12	水		12	金	
13	木		13	土	
14	金		14	日	
15	土	全国交流登山(福島)	15	月	
16	日	〃	16	火	全国三役会
17	月		17	水	
18	火	全国三役会	18	木	県連理事会
19	水		19	金	
20	木	県連理事会	20	土	
21	金		21	日	
22	土		22	月	教遭委員会
23	日		23	火	
24	月	教遭委員会	24	水	
25	火		25	木	全国理事会
26	水		26	金	
27	木	全国理事会	27	土	
28	金		28	日	
29	土		29	月	
30	日	ふれあいハイク	30	火	
			31	水	

発行者：千葉県勤労者山岳連盟

〒261-0013 千葉市花見川区幕張本郷 1-29-18

レジデンス幕張台 101号室

TEL・FAX 043-306-1190 (常駐者はいません)

発行責任者：広木 国昭(danphiro@zpost.plala.or.jp)

問い合わせは:千葉県連ホームページ・事務局への問合せまで