

第26回北陸雪崩講習会（実技講習実施要綱）

2024年1月20日(土)・21日(日)

講習場所：立山少年自然の家とその周辺

《コンパニオンレスキューコース》 1日目

| 時間 | 項目・内容 |
|-------------|--|
| 7:00～7:30 | 受付 |
| 7:30～7:45 | 開講式 |
| 7:45～8:00 | 少年自然の家へ移動。 装備準備(スキー場には戻らないので、すべての荷物を持っていく) |
| 8:45～ | 雪崩の模擬現場づくり(25m×25m) |
| 9:40～12:00 | コンパニオンレスキューの説明、低体温症の対応説明 ・ビーコン捜索(基本の確認) ・自分のビーコン受信感度確認 ・掘り出し ・搬送方法の説明 (抱かかえ、ザック、ツェルト、ストック担架、ヒューマンチェーン) ・ロープの結び方説明 (エイトノット、クローブヒッチ、シートベントなど) |
| 12:00～12:30 | 昼食休憩(講師の判断で時間を設定) |
| 12:30～16:30 | シナリオによるビーコン捜索実習 梱包(保温の重要性確認) (スノーシェルターづくり) |
| 17:40～18:30 | 夕食 |
| 18:30～19:00 | 入浴 |
| 19:30～21:00 | 机上講習(事前課題のディスカッション) コンパニオンレスキュー担当講師 |
| 21:00～22:00 | 懇親会 |
| 22:00～ | 就寝 |

2 日目

| 時間 | 項目・内容 |
|-------------|---|
| 7:00～7:30 | 清掃 |
| 7:30～8:00 | 朝食 |
| 8:00～11:30 | 講習会場へ移動 8:15 開始 シナリオによるコンパニオンレスキュー総合練習 (ビーコン捜索～梱包～搬送) 講習まとめ ※コンパニオンレスキューコースは 11:00 からの机上講習は行いません。 |
| 11:30～11:45 | 片付け・閉講式会場へ移動 |
| 11:45～12:00 | 閉講式 |

※個人装備

基本的な冬山装備(スコップ・ビーコン・プローブ・シュリンゲ(3本)、カラビナ(3枚)・ザック・ストック or ピッケル、スノーシュー or かんじきなど)、・テーピングテープ・タオル・昼食(1食)・テルモス・資料

※団体装備(講師が準備)

埋没用ザック 3 個、埋没用ビーコン 3 個、スコップ、無線機、ツェルト(搬送用)、ロープ径 $\phi 8 \times 10 \sim 20\text{m}$ 、断熱マット(搬送用)、まな板、タッパ、旗、10m ロープ

※その他

- ①当日の状況により、講習内容が多少変更になることがあります。その際はご了承ください。
- ②雪の掘り出しや搬送練習などの反復で、かなり体力を要します。事前に十分体調を整えてから講習に臨まれるようお願いいたします。また、腰に負担がかかる場合がございますので、腰痛になりやすい方、腰に既往症のある方は、講師に事前に申告してください。また、コルセットなどサポーター類の利用をお薦めいたします。