

2022年県連夏期遭対講習会の参加者募集のお知らせ

日時：5月29日（日）9:00 ～ 14:00

場所：田代岱箒場駐車場（現地集合）

持物：昼食・飲み物・敷物（椅子）・筆記用具

準備するもの「ツェルト、スリングテープ、カラビナ等」

内容：遭難者の捜索と救助について

※今回の内容は、日頃の突発的なハプニング等で大いに参考になるものと思わ

れますので、奮ってご参加ください。

※参加希望で車のない方は、櫻田正行（090-2271-5240）まで、連絡ください。

青森勤労者山岳連盟
夏期遭難対策訓練

日時： 2022.5.29(日) 9時～

場所： 八甲田山 箒場岱

1. 熱中症対策 0.5 hr

熱中症の原因と予防

(座学中心)

資料： ①初心者のための登山とキャンプ入門 熱中症の原因と症状。予防と対処法

<https://www.camp-outdoor.com/tozan/firstaid04.shtml>

②かくれ脱水JOURNAL 登山やトレッキングでの脱水・熱中症

<https://www.kakuredassui.jp/stop/step/workout/workout05>

2. 登山中の急病対策 0.5 hr

中高年登山者で増えている心筋梗塞・脳梗塞の予防

(座学中心)

資料： ③2018年全国連盟遭難対策担当者会議 自分に合った登山継続のために

3. 救急搬送 1.0 hr

背負い搬送・担架搬送など

(実技中心)

4. ビバーク訓練 1.0 hr

ビバークの方法・ツェルト設営

(軽く座学、実技中心)

資料： ④ビバークする (登山技術全書11セルフレスキュー)

(昼食) 0.5 hr

5. ココヘリ捜索 1.5 hr

ココヘリの特性・ヒトココを使用した捜索訓練

(軽く座学、実技中心)

資料： ⑤ヒトココ取扱説明書 (抜粋)

< 装備 >

○個人装備： 通常の登山装備 (ストック、ツェルト、細引き、カラビナ、スリングなどを使用予定)

※搬送訓練ではカラビナ、スリングを使用しますので、ある人は持参して下さい。

○共同装備： シート、ロープ