ハイキングレスキュー勉強会 26.10.07

事故の原因

1. 「未熟による事故」　学習とトレーニングにより防止可能
   「慣れによる事故」　ベテランによる事故は注意力だけでは解決しない、人間は必ずミスをする、自分にも起こり得る事の自覚と理解

2. ハイキング山行中危険への対処
   急な斜面での対応、危険を感じた時、滑落が想定されるとき
   ① ロープ(お助けロープを出して共倒れを起こさない事)を張って危険箇所を通過する　崩壊地、急斜面、岩場、ガレ場、ザレ場(誤った使い方で
   ② 共倒れやすっぽ抜けに注意)
   ③ フィックスロープの張り方リーダーがロープを固定する。
   フィックスロープに簡易ハーネス＋カラビナ＋スリング＋カラビナでセルフビレイをとりながら後続者が通過する途中で中間支点をとってある場合は、カラビナの架け替えの手順に注意(途中で中間支点ではカラビナの架け替えに注意)。
   ④ 簡易チェストハーネスの装着
   簡易チェストハーネスとフックスロープ(固定チェーン)との連結
   スリング、カラビナを使った滑落防止登り（フリクションノット、お助けひもの出し方、鎖場の対応）
   ⑤ 登行、又は、下降時カラビナ利用(ムンターヒッチ)やスリング(フリクションノット)利用する(使い方注意)。

3.お助け４点セット
   スリング３本以上
   ① テープスリング(幅 20 ㎜、長さ 120～150cm) 1 本、簡易チェスト用
   ② 細引き　太さ 5 ㎜×60 ㎝ 1 本、5 ㎜×80 ㎝ 1 本
   ③ カラビナ３個以上（安全環付大きめの物洋ナシ型１個、通常型２枚) 3 、補助ロープ
   ④ 7～9 ㎜×10m 又は 20m ロープ１本
   ⑤ ツエルト（支柱名なくてもよい）

4.お助けセットで出来ること（危険箇所の通過、救助、ビバーク他）
   ・簡易チェストハーネスをつくる
   ・セルフビレイを取る。クローブヒッチ（インクノット)、エイトノット　他

・フリクションノットで確保する。プルージック、オートブロック
・ムンターヒッチでブレーキをかける（引き上げ・斜面下降、ビレイ）

5. ツエルト利用

道迷い、滑落等によるケガ、日没などにより、自力下山の機会、又は、救助待ちの間、ツエルト利用により安全に過ごす

ツエルトを利用して(広げたり巻きつけたり)、風雨、寒気を防ぎ、体温の低下を防ぐ
ツエルトの張方と道具（ツエルトにあらかじめ細引きをセットしておく、立木、岩、ストック、傘、ロープ、スリング等利用する）

ロープの支点

ダブルエイトノット(8 の字結び)　　ラビットエイトノット　　バタフライノット





連結

ロープ、細引き連結　スリング(シュリンゲ)結び　ダブルフィッシャーマンノット





フリクションノット(支点を移動させる場合)

プルージック



マッシャートレイン



クレイムハイスト



バックマン



クローブヒッチ(インクノット)



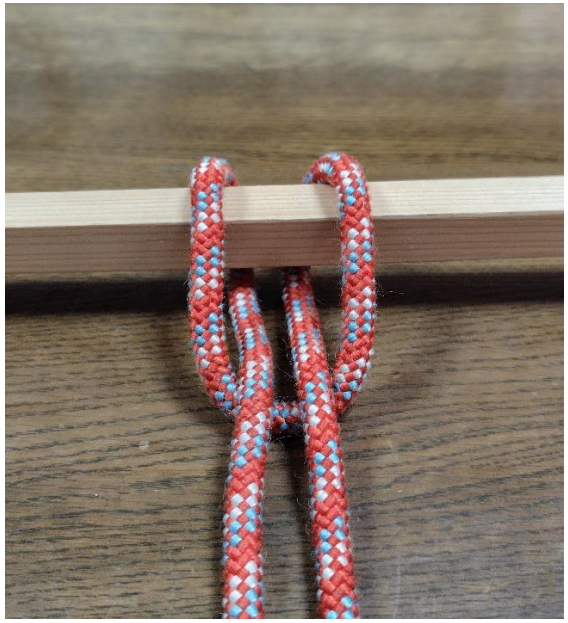
ムンターヒッチ(半マスト)



危険カラビナ方向×



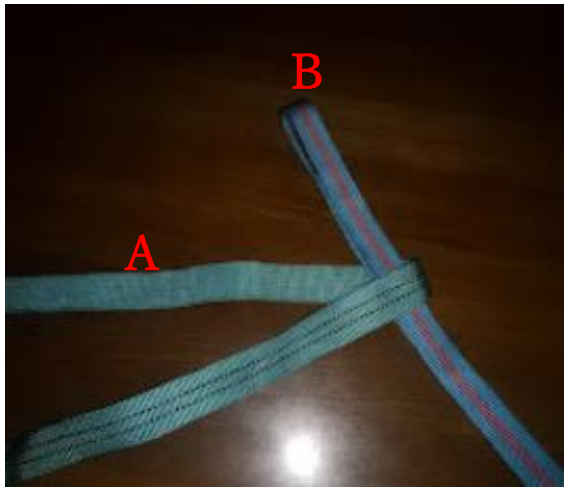
タイオフ(カウヒッチ)



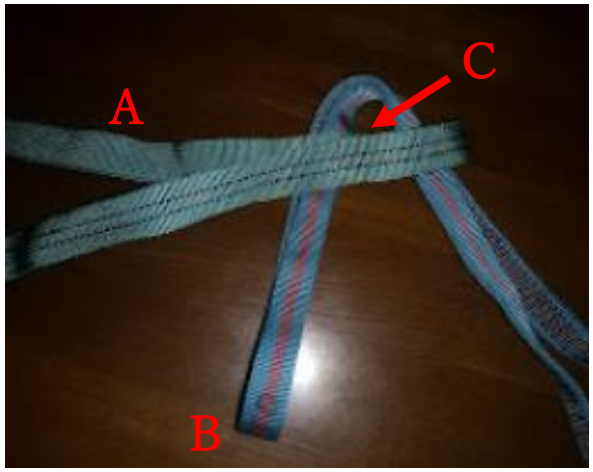
簡易チェストハーネス

チェストハーネス(右利きの方が、左腕に通したテープスリングを通してその先端を背中に回して右脇の下から胸の前に持ってきた場合です、左利きの方は説明と反対になります)

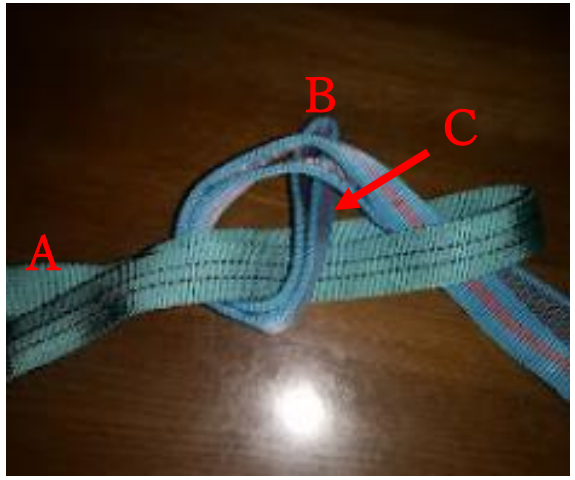
左側の肩と脇の下からきたテープ A の輪の中に、
共脇の下からきたテープ B を重ねて下から通す



重ねて通したテープに先端を折り返して
A の下を潜らせて手前に引く、C に余裕を持たす



B の先端を A の上を渡して C に出来た穴に通す 2 本
テープは依れないように綺麗に重ねる



各交錯部を丁寧に詰めて締め B の先端輪に大きめの安全環付カラビナをセットする





簡易ハーネスセット

