

【連載17】教えて！ 救急の人

講義17

雪崩に遭ったときの対処法

スキーヤーの皆さんに起きやすいケガや病気への疑問・質問に北海道のお医者さん、歯医者さん、救急隊員さんがお答えします。

対策が大切だぞ！



答える人
石川佳信

(いしかわ よしのぶ)

富良野広域連合
上富良野消防署

1980年生まれ、北海道南富良野町出身。成績は良くありませんでしたが、高校まで競技スキーをしていました。趣味はゴルフとスキーです。今は子供と一緒にスキーを楽しんでいます。

ビーコン、プローブ、シャベルの使い方の覚え方は？



繰り返し使用して、道具の特徴を確認するのが重要です。

今回はビーコン、プローブ、シャベルの使い方の確認方法を簡単に解説していきます。

①説明書を読みましょう

当たり前のことですが説明書は確認しましょう。機器の特徴、使用方法、保管方法などが記載されています。雪崩に遭遇したときに役立つ、ビーコン、プローブ、シャベルの説明書は最低でも確認しましょう。

②道具の特徴をつかみましょう

◎ビーコン(写真1)

発信・受信モードの切りかえ方、画面の読み方(マークなど)を確認しましょう。2台ビーコンがあれば、どのぐらいの距離で反応するか、どのように表示されるかを確認してください。もし仲間がいれば2台のビーコンを使って宝探しのようにビーコンを探してみるのもトレーニングになると思います。雪のなかに隠しても良いですし、家のなかに隠すのも良いでしょう。トレーニングを繰り返すとビーコンの特徴がわかってき

ます！

◎プローブ(写真2)

折り畳み式になっているので、すばやく接続できる方法を見つけましょう！ 長いので周りの人に当たってケガをさせないように気をつけましょう。雪がついてしまうとうまく接続できず、使用できなくなることがあるので気をつけてください。プローブを使うときは感覚が重要になります。リュックを埋めて探す感覚をつかむようにしましょう。

◎シャベル(写真3)

伸縮式や組立式など、さまざまなものがあります。実際に雪を掘ってみて特徴を確認しましょう。硬い雪、重い雪、軽い雪など、あらゆる状況で使用すると特徴をつかむことができると思います。

③実践を想定したトレーニング

ある程度道具の特徴をつかんだら、実際の場面を想定したトレーニングをしてみましょう。何人かで集まり仲間とトレーニングしてみると良いでしょう！ より道具の特徴を確認できますし、いざというときに役立ちます。ここではトレーニングの一部を紹介します。

まずはリュックにビーコンを発信モードのまま入れて埋めましょう。受信モードや電源を切った状態で埋めしまうと、どこに埋めたかわからなくなるのでご注意ください。また、当たり前ですが人を埋めてトレーニングするのは危険な

のでやめましょう。

次に目標時間を決めます。スタートからどのぐらいの時間で探して掘り出すことができるか確認しましょう。

実際に行ないます。人数がいるのであれば、ひとりとはトレーニングを行わず、全体的に見て良かった点、悪かった点を伝えてあげると効果的なトレーニングになります。

トレーニングはそのまま終わるのではなく、「振り返り」をすることが重要です。時間が短縮できる部分があったか、道具の使い方はあったか、苦手な道具はないかなどを振り返りましょう。

何回か繰り返すことで、道具を覚えることができます。毎年、シーズン前にトレーニングをすることで、いざというときにあわてずに道具を使用できますし、故障していないかを確認することもできます。雪さえあれば空き地や公園などでもできるトレーニングです。

④まとめ

そろえた道具をじっくり確認することが、バックカントリーを安全に楽しむための第一歩です。普段はなかなか使用することがない道具なので、使い方のポイントをすぐ忘れてしまいがちです。毎年実際に使ってみることで、いざというときに役立ちます。それでも自信がない場合は、各地で開催されているセミナーを受講してみるのもひとつの手です。

写真1 ビーコン



写真2
プローブ



写真3
シャベル

