

## 10月例会は26名が出席、 学習は救急法と秩父の山岳事故、合宿を話し合う

### 学習は「救急法と秩父地域の山岳事故」〈講師：飯塚岳さん〉

「10月の学習は飯塚 岳さんを迎えて救急法の講習を実施した。人命救助の対応ポイント及び注意点を人形の使用や具体的な状況交えて、わかり易く説明して頂いたので関心を持って耳を傾けることができた。又、会員の皆さんが活発に質問され、それらの回答で再確認をすることができ、更に理解を深めることができた。

今後日常生活や山岳の場で人命救助の機会にぶつかることがあるかも知れない。今回の講習で学んだ事を役立たせ対応していきたい。

次に救急法のポイント及び注意点をメモ書きですが、記しておきます。

#### (1) 心臓マッサージは第一優先で

- 呼吸や意識があるのか、肩をたたき、声をかけ、口・腹と全体をみて、状況を知る。
- 119番に電話連絡して状況を知らせる。対応は先方の指示従って対応する。
- 心臓マッサージは意識が回復するまで続ける。救急車が現場に到着するまでの時間は約7分。意識がない場合はここまで続ける。
- 心臓マッサージは1分間に100回以上胸の中心部を強く押す。子供は片手、乳幼児は中指と薬指で押す等の配慮が必要。
- 出血がある場合はその部分にガーゼをあて強く押す。
- 山岳は起伏が多いが、なるべく平な場所で心臓マッサージを実施する。
- 風雨がある場合はまず心臓マッサージをはじめ、その後ツェルトを張る等して風雨を防ぐ。雪上は固める。
- ヘリコプターの発動を110番・119番に電話連絡して依頼する。現在地はGPS, GPS付き携帯で確認する。GPSがない場合は携帯が電波を発信しているのである程度場所を確認できる。バッテリーに消耗を防ぐ為に無用の発信は避ける。
- ヘリコプター所要時間は離陸まで約20分、現場まで15分かかる。料金は無料。天候の不順、夜間は発動しないのでツェルト・食糧。水は必ず備える。

#### (2) AEDの使い方

- 心臓が痙攣している状況だけに使用する。AEDがこの状況を判断してくれる。
- パッドは肌の上に直接張る。
- AEDの声に従って行動する。ショック時は200V発生するので、直ちにAEDの場から離れる。
- AEDは公共の場に置いてある。

以上」(感想：相澤記)

### 秋は天候と気温の急変と、日没の早さに注意を

「秋の山は一日のうちにも四季がある」と言われます。11月の山はそれだけ天候の見極めが難しい季節。街で生活していると、高山の季節の移ろいに想像が及ばないことがあります。

「秋の日は釣瓶落とし」※釣瓶とは小さな器、それに縄などを繋いで井戸の水を汲むのに使います。釣瓶が井戸に落ちていく様子と、日の落ちるのが早くなった様子を重ねている。

秋の日入りは1日に1分以上早くなっていきます。ちなみに夏至後の7月から8月頃は1ヶ月で20分程度の変化しかありません。参考に谷川岳の日没時間10/21…17:09/11/21…16:40

## 第18回同人総会<12/7(土)>に向けてのお知らせ

### ◆アンケートの回答をお願いします

回答期限は11月1日(金)です。未提出の方は豊島さん宛に至急提出してください。

### ◆◆総会の出欠確認票を、次回例会に持参してください

同封した出欠確認票に記入の上、11月例会時に石川さんに渡してください。(例会欠席者は11月24日(日)までに郵送、FAX、Eメールで送付のこと)なお、都合により総会不参加となる方は、お手数ですが「委任状」の提出をお願いします。

また、宿泊を申し込んだ方で参加できなくなった場合は、早めに連絡をしてください。キャンセル料が発生した場合は実費負担となりますのでご了承ください。

<「国民宿舎温泉旅館若富士」山梨県南都留郡富士河口湖町船津大池6713-90 0555-72-0858>

### ◆◆◆決算書作成のため会費を納入していない方は大至急手続きをお願いします

#### 総会 任務分担

全体統括…大嶋、石川、宮田 / 会全体2013年総括&2014年方針等骨子作成…宮田  
具体活動として各種委員会、登山技術委員会の2013年総括&2014年活動方針…各担当ごと  
2013年決算&2014年予算案…新井浩 / 2013年活動経過…豊島、宮田  
例会&会山行参加表…豊島、宮田 / 装備一覧…大嶋  
アンケート集約…豊島、木下 / 総会出欠、部屋割…石川、宮田  
宿との連絡調整…宮田 / 配車…石川、木村 会場準備…白根、逸見、豊島、福田、宮田  
総会会計…石川、木村他 / ハイク計画…軽石、木村

### 当面の会山行計画

#### 1 富士を眺めに、雁ヶ腹摺山 [計画者:新井勇]

日 程: 11/16(土)~17(日) 初日に雁ヶ腹摺山、翌日に蛾ヶ岳(ひるがたけ)

参加者: CL新井 SL軽石 並木、堀、大嶋、栗原幸、高橋武、黒澤、高橋仁、須藤俊

#### 2 丹沢主稜周回 [計画者:駒崎]

日 程: 11/16(土)~17(日) 神ノ川ヒュッテ→檜洞丸→蛭ヶ岳→袖平山→神ノ川ヒュッテ<小屋泊>

#### 3 恒例立山初滑り<上級> [計画者:宮田]

日 程: 11/20(水)~22(金)or23(土)~24(日) 雷鳥荘泊、室堂周辺&真砂岳or雄山滑降

参加者: <前半>L宮田、福田、菅谷 <後半>新井久、木下

#### 4 初冬の恵那山&荒島岳 [計画者:宮田]

日 程: 11/29(金)~12/1(日) ①初日恵那山、②2日目荒島岳、③福井観光

参加者: CL宮田 SL福田 栗原幸、豊島、青木(荒島岳)

#### 5 南八幡平・松川温泉 [計画者:宮田] ※11月例会で確定します(15名で予約済み)

日 程: 1/3(金)~5(日) 松川温泉松楓荘泊、源太ヶ岳周辺山スキー&ブナ散策

参加者: CL宮田 大嶋、橋本、石川、浅見、駒崎、福田、栗原昌&聡、花森、菅谷、木村、林

#### 次回例会のお知らせ

11月9日(土) 午後3時30分~ 市民ホール

学習:「放射線と登山道」<講師:須藤裕>

#### お知らせ、当面の日程等

- ・新入会員 須藤さん
- ・県連安全登山講演会11/24(日)13:30 高島コミュニティセンター 金邦夫氏(元青梅署山岳救助隊副隊長)
- ・1月例会1/11(土) 15:30~ 市民ホール 「雪崩ビーコン机上講習」(講師:木下)
- ・2014年労山カレンダー例会で申込み受け付けます(1部1000円)