

# IDEHA雪崩事故防止講習会

～雪崩の危険から身を守るために～  
協力 (独)防災科学技術研修所雪氷防災研究センター

日程 2019年1月26日(土)～1月27日(日) 受付AM8:30～ 解散翌PM3:30予定

会場 山形県最上町 簡易宿泊施設おらだずの宿「りんどう」 周辺エリア  
第二会場及び宿泊 簡易宿泊施設おらだずの宿「りんどう」

講師 大江洋文ドクター 外科医・認定国際山岳医  
鈴木 孝 日本勤労者連盟雪崩テキスト編集委員・全国雪崩講師  
石沢孝浩 日本山岳ガイド協会・東北山岳ガイド協会

## クラス3一般装備

### 滑降・登行装備

- ■ スキー・ボード・ブーツ・ストック・ワックス
- ■ シール・スノーシュー(ボード・アルペンの方)

### 服装

- ■ スキー&ボードウェア上下(出来ればゴアテックスなどが望ましい)
- ■ 皮製グローブ
- ■ 帽子(耳が隠れる物)
- ヘルメット
- ■ ゴーグル
- ■ サングラス
- ■ ネックウォーマー
- ■ 化繊の下着(上下)

### 一般携行品

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>■ ■ ザック(30L～45L位のもの)</li><li>■ ■ ザックの中身を入れる防水バッグ</li><li>■ ■ 時計</li><li>■ ■ 地図(国土地理院 1/25000)今回こちらで用意します</li><li>■ ■ コンパス</li><li>■ ■ 小型ナイフ</li><li>■ ■ ヘッドランプ</li><li>■ ■ ホイッスル</li><li>■ ■ 常備薬</li><li>■ ■ ライター、マッチ</li><li>■ ■ トイレットペーパー</li><li>■ ■ 保険証のコピー</li><li>■ ■ テルモス(お湯)</li><li>■ ■ 携帯電話</li><li>■ ■ ツェルト</li><li>■ <input type="checkbox"/> 無線機</li><li>■ ■ 予備電池</li><li>■ ■ ビーコン(レンタルあり)</li><li>■ ■ ゾンデ棒</li><li>■ ■ スコップ</li><li>■ ■ スノーソー</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>■ ■ 水(1リットルくらい)</li><li>■ ■ 非常食・行動食</li><li>■ ■ ごみ持ち帰り用袋</li><li>■ ■ 替えのグローブ</li><li>■ ■ 替えのゴーグル</li><li>■ ■ 26日昼食、27日朝・昼食</li><li>■ ■ 筆記用具、ノート</li></ul> <p>クラス3装備</p> <ul style="list-style-type: none"><li>■ <input type="checkbox"/> カラビナ×3</li><li>■ <input type="checkbox"/> スリング120cm×3</li><li>■ <input type="checkbox"/> 細引き 6mm×10m</li><li>■ <input type="checkbox"/> ルッチブロックコード</li><li>■ <input type="checkbox"/> サバイバルシート</li><li>■ <input type="checkbox"/> 銀マット</li><li>■ <input type="checkbox"/> 救急用品(三角巾、テーピングテープ他)</li><li>■ <input type="checkbox"/> ガスコンロ、カートリッジ、クッカー</li></ul> <p>■ ■ 最低限必要な物</p> <p>■ <input type="checkbox"/> あれば持って来て欲しい物</p> |
|---|---|

## 講習会の内容と予定(クラス3)

### タイムスケジュール(予定)

1日目 1月26日 (土)	08:30~ 08:50~09:00 09:00~09:30 10:00~12:00	集合・受付「りんどう」 スケジュール説明 所有ビーコンのチェック スタビリティテスト 待機時間中現場で昼食
	12:00~15:00  17:00~ 15:30~17:00 17:00~18:00 18:00~21:00  21:00~21:30	搜索法 複数埋没時の対応法 コンベアベルト法での掘り出し発展形 搜索の手順・埋没者掘り出し後のケア 宿舎へ移動 机上講習 入浴・夕食 ツアー装備内容の点検 搬出法に関する机上講習/実演 引き上げ(プルアップ)の机上講習 懇親会
2日目 1月27日 (日)	8:00~8:30 8:30~9:30  9:30~15:00 (待機時間中)  15:00~15:30	講習地へ移動 引上げ(プルアップ)支点の構築/引上げ法演習  ワンスルーでの総合訓練 現場で昼食(行動食を持参)  全体ディスカッション まとめ 解散 (ゲストハウス)

※ スケジュールは天候により変更になる場合があります。予めご了承ください。

募集人数 **15名** ※定員になり次第締め切らせていただきます。

参加費 **13,000円** (雪崩講習料・保険料・税込)  
 ※ 参加費は当日徴収致します。  
 ※ 参加料に宿泊費は含まれておりません。  
 ※ テキストをお持ちでない方は別途1,500円が必要となります。

参加対象 **※これまでにIDEHA雪崩座学講習(クラス2)を受講された方。**

※問合せ/申込み テレマーク&マウンテンガイドIDEHA 石沢孝浩  
 tele : 090-7067-0667  
 mail : ideha@khaki.plala.or.jp  
 申込みはIDEHAホームページ申込みフォームからどうぞ

第二会場及び宿泊先 **※山形県最上町 簡易宿泊施設おらだずの宿「りんどう」**  
 宿泊費:**5,000円**(夕食費込)  
 ※女性専用の部屋もありますので(別棟)安心してご参加ください。

修了証 講習終了後に修了証をお渡し致します。

※ 装備・タイムスケジュール等不明な点は携帯、メールに遠慮なく連絡をお願いします。