

道迷いの防止対策

* 日山協主催中高年安全登山指導者講習会 (H23. 10. 21)

<山行前の用意>

- ① 登山届の作成・提出
登山前に必ず登山届を提出し、家族・所属する会にも登山計画を伝えておくこと。
- ② 連絡手段の確保
電波事情が悪いところでも携帯電話を持参する。(無線機があれば持参)
- ③ 非常用バッグの携行
非常用バッグには、ビバークに備えてのレスキューシートと救援合図用の笛・発炎筒、夜間に備えてのライト、ライター、ナイフ、予備食等を入れておく。

<歩き方>

- ④ 無理をしない
方向感覚の鈍い人は可なり訓練しないと道に迷う。無理をせず、ベテランについて歩く。
- ⑤ 補助機器を積極的に使う
GPSが使えるなら精度は最も優れている。しかし、谷筋では受信感度が悪い場合もあり、電池の消耗も早いので要注意。
また、高度計も、初期設定を間違わなければ効果的である。
- ⑥ 位置を確認する
地図とコンパス等を有効に活用して、常に自分の位置を確認するよう心がける。
- ⑦ 目標を持って歩く
山道を歩くときは、常に次の目標(交点、独立点)を定めて歩く。
- ⑧ ヤブコギの怖さ
見る角度を変えても登山道が見えなくなるようなヤブに入ったら、直ぐに止まり、来た道を引き返す。

<道に迷ったら>

- ⑨ とにかく考える
道に迷ったら、直ぐには歩き出さない。先ず座り、5分間、考える。
- ⑩ 常に引き返す
道に迷ったら、元の道に引き返す。
- ⑪ 進行方向の判断は慎重に!
道に迷ったら、上・下どちらの方向に移動するのが適切なのか、慎重に判断する。
絶対的な判断基準はなく、各自の判断に任されるが、谷筋に入るときは特に滑落に注意する。
- ⑫ 早めのビバーク
道に迷って夕暮れ近くになったら、早めにビバーク地点を探し、ビバークする。
- ⑬ 救助を求める
ヘリコプターによる上空からの指認には、煙が一番効果的である。発炎筒等が無ければ、レスキューシートか「光るもの」を振る。