

2025年度 ロープワーク・セルフレスキュー研修会

日 時 : 2025年5月18日(土) 8:00～12:00

研修場所 : 登別川上 見晴公園

参加者 : 18名 (A班:F指導員+8名、B班:O指導員+7名)

装 備 : 普段の日帰り山行で持参する物

・テープスリング120cm前後×1本、ロープスリング60cm×2本

安全環付カラビナ×1枚、カラビナ×2枚

普通の登山装備で不安定な場所、難所を安全に通過する、トラブルを未然に防ぐ、
トラブル発生時のセルフレスキューを教え合いながら学ぶ。

前日の小雨で草地は多少濡れていたが、天気は晴れ、午後からは雨予報であるが八重桜満開の公園で行う。今年は入会されるか？ S石さんが下見がてら参加された。

まずO理事長より挨拶を兼ねて「ロープワークの必要性、心がけ」のメッセージを受け、
2班に分かれてロープワークを始める

まずは、ハーネスの代わりとなるチェストハーネスをスリングで作成、身に着ける所から始める。（結びを誤ると結び間がズレて首を絞めるので注意！）

以降は登山中での登攀、下降及び自分の身を確保(セルフビレイ)するための基本的なロープワークを使用目的や特徴を覚えながらひとつ、ひとつ反復練習。

教わる人によっては結びの仕方が異なり戸惑う人もいた。

結びのセット方法はシチュエーションによりさまざまあるが、基本は安全確保が大事なので、自分なりに確実にセットできる手法を身に着けることが今回の目的でもあり、繰り返し12時まで休憩なく（そう見えました・・・）真剣に練習され、熱心さが伝わってきた。

開始前のO理事長の「ロープワークの必要性・・・」が聞いて、いや効いたのかな！！

予報とおり12時ころから雨がぽつり、ぽつり降ってきたので、午後から斜面での総合演習は中止とし、12時で研修を修了した。

【研修風景】



O理事長の「ロープワークの必要性・・・」
の訓示



クライミング道具の選び方、使い方



簡易ハーネスづくり



クローブ ヒッチ結び



教え合い、チームワークです。



フィグ アイトフォロースロー ハーネスに結着システムが本格的



セルフ・レイを取り、ムンターヒッチ下降のセッテック



研修終了後、桜の下で昼食のひと時、和やか



レスキュー
負傷者を3：1システムで引き上げ



3：1システムで引き上げ

八重桜満開が

『ロープワークの必要性・・・』抜粋

登山中、想定外の危険個所に行き当たった時、あなたは仲間を安全に通過させる自信はありますか？ どうすればいいだろう？

中途半端な知識でロープを扱うのはかえって危険！

頭で理解しただけで現場で実際に試すのはやめてほしい

間違い・勘違いしてないか熟達者に確認してもらおう、繰り返し訓練しておくことが大切。

”ロープワークで自分、仲間の身を安全に守る”で夏山、沢登りを楽しもう！！