

## 神戸市少年団登山教室活動（7月8日）報告

1. 参加者 教室生 18名 岳連理事等 11名 大学生ボランティア 1名

2. 記録 天気：曇り時々小雨

12:40 神戸登山研修所 集合完了

12:45 クライミング（ボルダリング、ロープクライミング各約50分）体験  
2グループに分かれてボルダリング（2階）、ロープクライミング（屋外）を体験する。（途中、交代準備や休憩時間約15分を入れる）

14:55 クライミング体験終了

15:05 本日の活動の注意後、座学「山の救急法」（50分）（3階大集会室）

15:55 活動終了後の全体会（3階大集会室）

16:05 解散

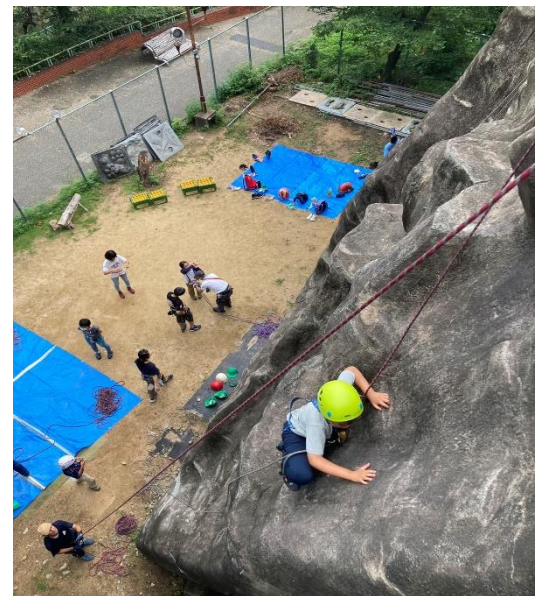


3. 準備物 「山の救急法」（プリント）、レジ袋（救急法で使用）

4. 活動内容と感想

当日朝の天気予報では昼頃から雨予報で屋外のロープクライミングはできないと思われていたが幸いなことに予定通りの内容のプログラムを実施することができた。雨を避けるためプログラムを替えてクライミング体験を先にし、「座学」を後に回した。

大粒の雨が今にも降りそうな空の下ではあったが何とかピラミッドウォール、人工岩壁でのロープクライミング体験ができた。前回の反省を踏まえて人工岩壁のルートを1本増やして2本にした。また、クライミングや「座学」の時間を5分増やして50分にし、受付時間を早めた。熱中症対策は前回と同様に麦茶や経口補水液、氷などを準備していたが雨が降りそうな天気のため日照がなくその心配は減った。それでも熱中症に気をつけるためこまめな水分補給の注意喚起に気をつけた。幸い体調不良を訴える者はでなかった。ボルダリングは屋内で雨の心配もなくエアコンを効いているので熱中症の心配もない。快適にボルダリングを体験できた。指導者も3人で行い内容



の濃い指導になった。ロープクライミングでは2回目のこともあり前回よりも登ることができた。それでも苦勞して登ることに代わりがない。力尽きてロープにぶら下がって降りてきてまたチャレンジして壁に向かう。時間が経つのも忘れて登っていた。

「座学」は熱中症や怪我の対処法、ヘビ・ハチ・マダニなどの有害動物に対する注意点を説明した。熱中症予防の水分補給では自分の体重から必要な水分量を計算してもらった。またレジ袋や雨具を使って怪我などした部位の固定法を体験した。教室生から「ハチに刺されたときはどうしたらいいか？」などの質問もあり熱心に聞いていた。



(文責 大西)