

ヒヤリハット報告：2024.9.1～2025.8.31

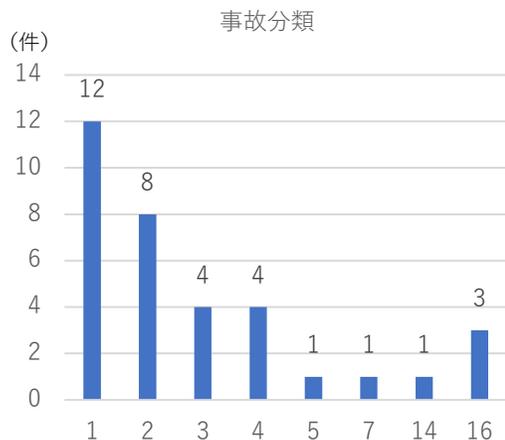
丸亀しわく山の会

【会での取り組み】

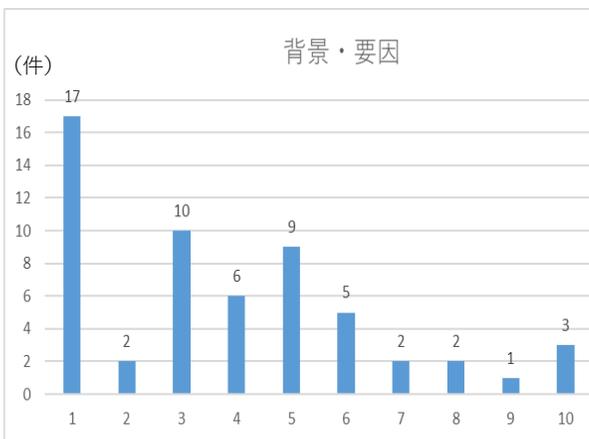
1. 例会時にミニ講座を実施
2. 装備管理講習
3. 歩荷トレーニングを開始

「歩き方」「体調管理：水分・食糧・栄養」
 わかん、アイゼン：砥石購入し研ぎ方を情報共有
 毎週火曜日 19：30～ 飯野山

【結果】



事故分類	詳細
1	転倒
2	転・滑落
3	疲労
4	病気発症
5	道迷い
7	熱中症
14	野生動物襲撃
16	その他



背景・要因	詳細
1	つまづきスリップ
2	山歩きの経験不足
3	バランス体勢
4	注意力散漫(足元不注意)
5	トレーニング
6	体力不足
7	体調
8	計画不足
9	装備
10	気象変動
その他	その他

【考察】

1. つまづきやスリップの件数が依然多い。
 要因：①足元を見ていない ②山歩きの経験不足 ③バランスを崩す
 背景：①体力不足 ②加齢による前庭感覚の鈍化に加え、③「せっかく来たから」「ダメならなんとかしてくれる」など個人主義的な考え
2. 体調不良は、同じ人が繰り返す傾向にある。
 「過去には登れた」という認知バイアスやリスク評価の歪み、「行きたい」と「行ける」の客観的自己評価や現在の身体能力の過大評価などの起因すると考えられる。
3. 日ごろから体力維持に努めている人は、山行時に心理的余裕がありリスク回避が可能
4. 準備会では、参加者が受動的であったり、リーダーの山行準備や、情報発信・共有方法・内容にばらつきがある。
5. 二次災害や装備不良が起きている
6. 事故報告を行うようなアクシデント（レベル3b以上）の発生はない。

【課題】

1. ミニ講座の継続し、歩き方も含め、歩荷トレーニングの参加者拡大
2. リーダー教育を実施・充実させる
3. 高齢になると、高山病にも1500m以上での発症や、肺活量の減少、動脈硬化の進行、糖尿病やサルコペニアによる身体能力の変化があることについての、知識と対応を周知伝達をおこなう
4. 個人で行う具体的な装備の管理方法を伝達
5. 二次災害防止