

## \* バックカントリーを楽しむ皆さん \*



### 《 わかっていますか? 》

目的はどうか、スキー場管理区域から外へ出た時点で“山岳エリア”となり、冬山登山と同じです。

山岳エリアでは、自分自身の身を守り、大切な家族のためにも無事に帰ってこなければなりません。そのために守らなければならない“大切な約束”があります。



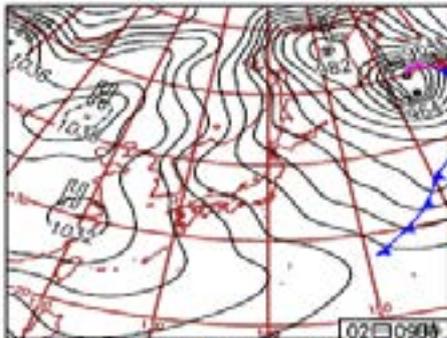
**全国スキー安全対策協議会**

## \* 大切な約束のチェック！ \*

### 〈 約束のチェック 1 〉

#### ◆ 仲間のレベル、ルート、山の地理と地形などの把握

- 仲間の中に経験豊かなリーダーはいますか？
- 仲間が自然条件に耐えうる体力と技術と知識が備わっていますか？
- 仲間の体力と技術に合ったルート設定ですか？
- 仲間の全員が計画されたルートが頭に入り、危険箇所を把握していますか？



1月2日（金）全国的に寒い雪の一日 〈気象庁HPより〉

### 〈 約束のチェック 3 〉

#### ◆ 万一のことを考えての冬山の主な装備

- |                                 |                                 |
|---------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 予備の防寒具 | <input type="checkbox"/> 雪崩ビーコン |
| <input type="checkbox"/> スコップ   | <input type="checkbox"/> ソンデ棒   |
| <input type="checkbox"/> 携帯電話   | <input type="checkbox"/> 食料     |
| <input type="checkbox"/> 救急キット  | <input type="checkbox"/> ヘッドランプ |
| <input type="checkbox"/> ライター等  | <input type="checkbox"/> 地図     |



### 〈 約束のチェック 2 〉

#### ◆ 天候、状況、雪の不安定性の予測

- 天候と最新予報を把握していますか？
- ルートの状況と雪の不安定性の傾向を予測できていますか？



### 〈 約束のチェック 4 〉

#### ◆ 登山計画と登山届

- 登山計画は作成しましたか？
- その登山計画は共通認識、情報共有のため、仲間の全員と大切な家族が確認していますか？
- リスク回避のため、登山届は提出しましたか？

※ 登山届の用紙は各スキー場で確認できます。



### 〈 なぜ届け出が必要なの？ 〉

想定されるリスクを自分自身と仲間や家族で認識し、確認することができる方法の一つです。覚悟（自己責任・自己判断での行動）を決めた意思表示でもあり、万が一の事態の際に迅速な捜索や救助に結びつきます。

家族や仲間を安心させるためにも、登山届の提出と定期的な通信を必ず行いましょう。

**約束を守り大自然との対話をお楽しみ下さい！**

# バックカントリーを楽しむために

## 1. はじめに

スキーの始まりは紀元前 2500 年ころの北欧であったと言われており、当初は雪山での狩猟のための移動手段であったと考えられている。

その後は軍隊の雪原や雪山での移動手段、やがてレジャーやスポーツへと発展していき、練習のために斜面のある山麓にゲレンデが生まれ、現在のような形に進化してきた。

近年では、手つかずの自然の中で、まっさらなパウダースノーでの滑走を満喫したいという欲求が高まり、それまでは雪山登山にスキーを持参して自然の山の中で楽しんでいたものが、スキー場のリフトやゴンドラなどを利用してスキー場管理区域を越え、気軽に雪山へ出ていく愛好者が急速に増加している。

スキーは元来、自然の中から生まれたレジャーであることから、こういった行為を一律に禁止するべきではないが、気軽に楽しめる反面、陰に潜むリスクを置き去りにし、雪山に対する十分な知識や経験、装備も無いままスキー場の管理区域を越え、自然の雪山の中へ出ていく無謀な行為は規制されて然るべきものである。

自然の雪山に潜む危険を極力回避し、バックカントリーを楽しむためには、雪山での危険を学び、十分な装備を整えた上で、万が一の遭難に備えた登山届の提出などを行うことが必要である。

## 2. バックカントリーとは

バックカントリーとは、自己の責任において自然そのままの雪山をスキーやスノーボードで滑走することを指すものである。

ここでは、スキー場のリフトやゴンドラなどを利用してスキー場管理区域外へ行き滑走することに限定して記述する。

## 3. バックカントリーに潜むリスク

- ① 雪崩の発生
  - ② 崖や急斜面、雪庇からの滑落や転落
  - ③ 深い沢の上部を雪が覆っている箇所からの落下
  - ④ 天候の急激な悪化によるルートの喪失
  - ⑤ ルート選択のミスによる進路の喪失
  - ⑥ 滑走斜面を登る以外帰還できないルートの存在
- など、バックカントリーには様々なリスクが隠れている。

## 4. リスク管理について

雪山に入るに際しては、

- ① 雪の状態、天候、気温など、どのような状況になると雪崩が発生しやすいのか
- ② 予定しているコースに雪崩が多発しているようなことはないか
- ③ これからの天候の変化を予測するポイントは何か
- ④ 山の地形はどうなっているのか。ルートは確かか
- ⑤ 必要な装備は揃えたか。情報収集はしっかり行ったか

などの正しい知識と判断力が必要となる他、万が一に備えた複数（二人以上）での行動、天候悪化や体調不良などによる中止や引き返すことなどの心構えが必要となる。

## 5. 生還するために

危機に直面した時、それを切り抜けるために必要となる装備としては、最低限

- ① 雪崩ビーコン
- ② ソンデ棒
- ③ スコップ
- ④ 十分に充電した携帯電話（可能であれば予備バッテリー携帯も）

などが必要となる他、天候の悪化などで救助に数日の日数が必要となる場合に備えた食料の用意も必要である。

## 6. 登山届

何よりも大事なことは遭難しないことであるが、不幸にして遭難した場合、迅速な捜索を可能にするために『登山届』を提出することが重要となる。

登山届の提出は警察などが捜索を行う際、提出された『登山届』から行動ルートを確認し、広大な冬山の中から捜索範囲を絞り込むことができるため、迅速な発見と円滑な救助につながる可能性が高くなる。

遭難した場合に自らの生還の確率を高めるためにも『登山届』の提出は最も大切であり、また提出の際にスキー場係員などから、その日に危険な箇所や天候の状況などの情報を得ることができる。

※ 登山届の用紙は各スキー場で確認可能。

## 7. その他

スキー場では、管理区域に隣接する区域や管理区域の特定区域において、次の理由などにより立入禁止区域を設定している場合がある。

- ① 禁止区域を滑走することによってゲレンデ内に雪崩を誘発する危険のある区域
- ② つづら折りになっているコースを直線的に滑走することによって他の滑走者との衝突が予測される区域
- ③ 滑走すると木々や鉄塔などと衝突する危険のある区域
- ④ 地形の変化が激しく、滑落や転落などの危険がある区域
- ⑤ その他の理由により危険であると考えられる区域

この他にも、コースが交差しているような区域ではスピードに注意して他の滑走者との衝突の危険を回避しなければならない場合や、バックカントリーなどで管理区域外に出た後、管理区域内にコース途中から突然飛び出す行為も他の滑走者に危険をもたらす恐れがある。

## 8. まとめ

バックカントリーを楽しむためには守るべきルールが存在していることを認識しなければならない。

例えば、グループでスキー場管理区域外に出た場合、一斉に斜面を滑走してはならない。滑走している時に雪崩が発生すると全員と一緒に巻き込まれる危険があり、雪崩に巻き込まれた者を救助する者が居なくなってしまうだけでなく、外部に救助を求めることもできない。

また『登山届』に記載した行動ルートを大きく逸脱した行動を取ることは、万が一遭難した場合の捜索を困難にさせ、生還の可能性を大きく減少させることになりかねない。

この他にも、山によってその地形や環境が大きく異なるため、スキー場によってはローカルルールを定めていることがあり、そのルールにも注意が必要となる。

基本的ルールやローカルルールを守っても、厳しい冬山の自然の中に入っていくことから、100%のリスク回避はできないと考えなければならない。

バックカントリーは自己責任のもとで楽しむものであるから、危険を回避するために何より大事なことは慎重な行動と冷静な判断、それと『登山届』を提出することであり、『登山届』に正確な行動ルートを記載することが万が一の遭難の際の迅速な捜索や救助に結びつくということを認識しなければならない。

### 《 覚えておいてほしいこと 》

バックカントリーとは …… スキー場の管理区域以外で、自然そのままの雪山を滑ることをいいます。

スキー場管理区域とは …… スキーコース、ゲレンデ等の安全管理されている区域を『管理区域』といい、それ以外の区域を『管理区域外』といいます。スキー場の管理区域では、そのスキー場のパトロールの指示と定められているルールに従わなければなりません。

立入禁止区域とは …… 管理区域内でロープや看板などで立入を禁止している区域をいいます。滑走すると他の人と衝突する危険があったり、コース内に雪崩を誘発する危険、地形的に危険な箇所があるなどの理由で、立入を禁止している区域です。

## 【 協賛団体 】

長野県

長野地域振興局



公益財団法人

全日本スキー連盟

