



## バックカントリーで遭難しないために

長野県警察本部 山岳安全対策課

長野県内で十分な経験や準備のないまま安易にバックカントリーへ飛び出し、道迷いや雪崩などにより遭難する事案が多発しています。

バックカントリーは自己責任ですが、遭難をすれば、救助側にも雪崩や悪天候などのリスクが高い上、行方不明になった場合は残された家族にも大きな負担となり、自己責任では済まされません。

以下の注意点を厳守してもらうとともに、県内で発生した遭難の態様・原因を参考にバックカントリーによる事故防止に努めてください。

### 1 厳守事項

#### (1) 事前準備の徹底

滑走後にスキー場や林道などに戻れるよう、事前に滑走するコースや地形を必ず確認してください。動画による確認では不十分です。

経験が少ない場合は専門のガイド等に依頼するなど検討してください。

#### (2) 計画書の作成・提出（行き先の伝達）

バックカントリー前に計画書を提出するか、又は宿泊先や知人に行き先を伝えてください。

#### (3) 装備品の携帯

- 雪崩対策 … ビーコン、プローブ、ショベル、エアバック等
- ハイクアップ装備 … クライミングスキン（シール）、スノーシュー等
- 現在地確認装備 … GPS、携帯電話、地図、コンパス等
- 緊急時対応装備 … 携帯電話の予備バッテリー、ヘッドランプ、防寒着、エマージェンシーシート、非常食等

#### (4) 積雪状況の確認

バックカントリーは、粉雪・新雪を楽しむものですが、白馬や飯山一帯は「世界有数の豪雪地域」であり、一晩に1m近く積めることもあります。特に降雪直後はクライミングスキンも役に立たず、またスキーが外れれば探すことは困難です。

積雪量を甘く見ることなく、積雪状況などに応じたコース選びをしてください。

#### (5) 滑走前の雪崩チェック

スキー場に設置されている雪崩注意情報の確認や、弱層テストなどにより積雪の断面を確認するなど、必ず雪崩の危険度をチェックしてください。

#### (6) スキー場で決められたルールの厳守

規制ロープや注意看板が設置してある理由は、雪崩防止や誤って通常のスキー・スノーボーダーが立ち入らないようにするためなどです。

「雪崩が発生し人を巻き込んだら…」「自分のシュプールに素人がついていってしまったら…」と自分以外の人のことも考えて規則を守って行動してください。

## 2 長野県内の遭難態様と原因

### (1) 道迷い・行動不能による遭難

- 事前に地形やコースの確認をしていないためスキー場や林道などに戻れない
- 地図やGPSなどを所持していないため現在地が分からない
- 他人のシュプールを頼って現在地が分からなくなる
- 技量不足により身動きが取れない
- ハイクアップ装備（クライミングスキンやスノーシュー等）がなく登れない
- スキーが外れたり、クライミングスキンが使えず身動きが取れない



【他人のシュプールに頼らない】



【ハイクアップ装備は必ず準備】



【スキーが埋まることも】

### (2) 立木への衝突・転倒による遭難

ゲレンデの感覚で、自分の技術や体力を越えるコースに入り立木に衝突したり、転倒して負傷

### (3) 窒息による遭難

新雪・粉雪を滑走中に転倒し、自力で立ち上がることができず雪に埋もれたまま窒息死

### (4) 雪崩による遭難

自分で発生させた雪崩に巻き込まれるだけでなく、仲間や他のスキーヤーが発生させた雪崩に巻き込まれる。

仲間や周囲の者がビーコンやプローブ等を所持していなければ発見が遅れ、助かる可能性が極めて低くなり、またビーコンやプローブを所持していても、短時間に発見できない場合は生存率が一気に下がる。

