

ファーストエイド・キット

レスキュー装備 (最小限携行したい装備)

ファーストエイド・バッグ

グローブ (ラテックス、プラスチック手袋)

ポケットマスク (人工呼吸用)

滅菌ガーゼ

バンドエイド

バンドエイド (ハイドロコロイド素材)

テーピングテープ

弾性テープ

三角巾

伸縮包帯

消毒薬

ポイズンリムーバー

毛抜き

ハサミ

レスキューシート

ビニール袋



医薬品類

内服薬 (個人)

外傷用軟膏

虫刺され用軟膏

水 (ペットボトル)

その他 (必要に応じて)

経口補水液

アイシング用シート

携帯用カイロ



補助ロープ
φ7mm x 10m



スリング 120cm x 1本
スリング 60cm x 2本



安全環付カラビナ 1枚
カラビナ 2枚



ツェルト

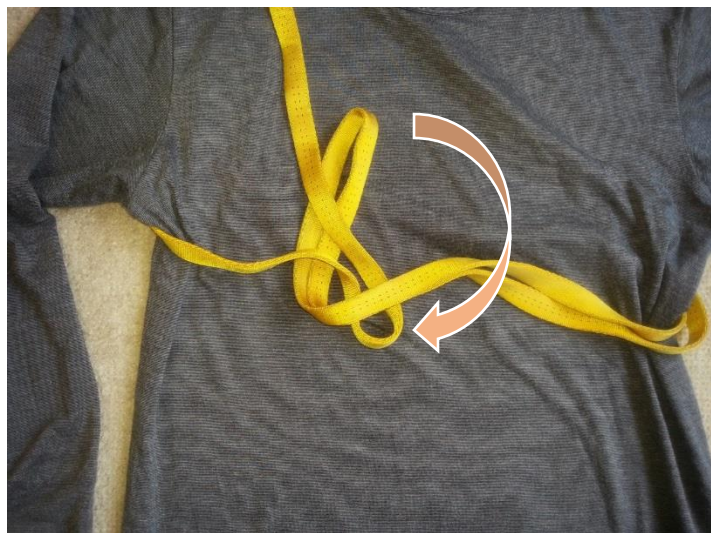
ダブルフィギュアエイト・オンアバイト



ダブルフィギュアエイト・フォロースルー



簡易チェストハーネス

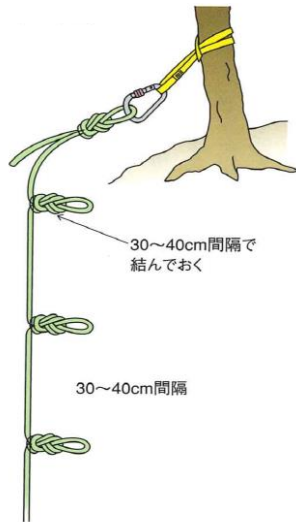


カラビナをかけて完成

転滑落した仲間を救助するときは、木や岩などに支点をつくり、そこにロープの一端をセットし、もう一端が事故者に届くように投げる。事故者はこのロープを使って斜面を登り返していく



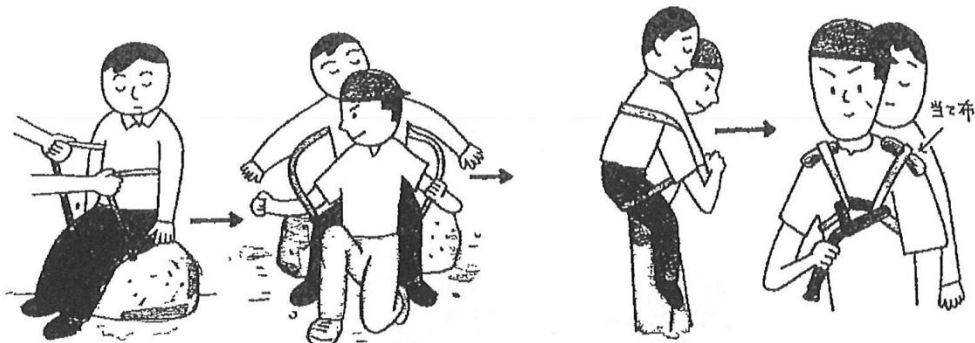
トラバースのシステム



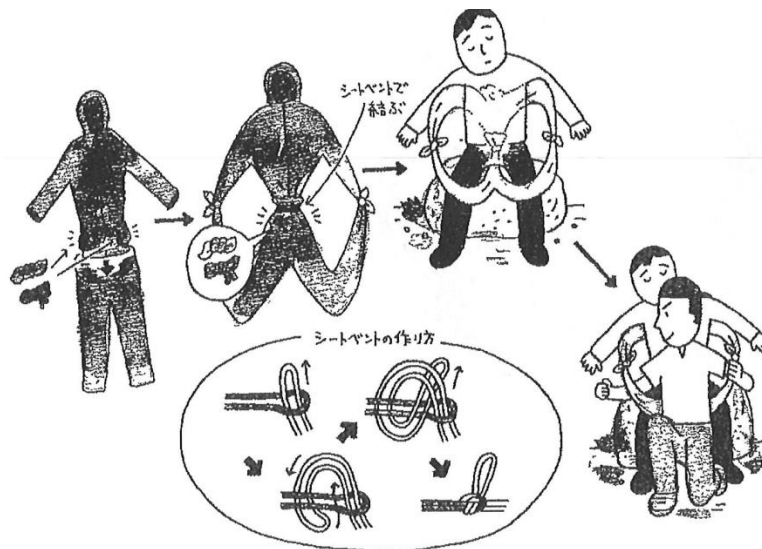
搬送法



ドラッグ法



背負い搬送 (スリング1本)



背負い搬送 (雨具上下)

ロープワークの3S

- SAFETY
- SPEEDY
- SIMPLE

忘れないように練習しましょう

- 中途半端な記憶で利用するのは逆に危険です。