

セルフレスキュー研修 三轟山公園 5月15日

参加者(10名) 講師:S、F、W CL:N SL:O、I
T、K、K、N



5月15日(日)、セルフレスキュー研修に参加させて頂きました。

万が一の時のために、とても大切な研修です。

足が攀ったときのマッサージの仕方、怪我の予防のためのテーピングの貼り方、足首を捻挫したときのテーピングの巻き方、スリングを使っでの足首の固定の仕方、骨折した時の処置で新聞紙やレジ袋が使えるなど、大変勉強になりました。

今回の研修で学んだことを実際に使うことがないよう、**事故を起こさないように気つけて、安全に登山を楽しみたい**と思いました。ありがとうございました。(KK)

5月に入会したNです。

5月15日の三轟山でのセルフレスキュー教室に参加しました。

登山の技術において後回しになりがちな負傷時、緊急時の対応について学ばせていただきました。なんとなく分かったような気になっていたことから、全くわからないことまで、刺激の多い教室でした。

今後も、**登山を続けていく中では避けては通れない技術だ**と思いますので、これを機会に徐々に学んでいきたいと思えます。(でも、使わないで済むのが一番ですね)

ご指導いただいた講師の皆さん、いい雰囲気での指導ありがとうございました。(TN)

一度講習を受けていましたがすっかり忘れているのと、最近高齢者の事故怪我が増えているのを考え受講しました。

座学と実技を一日で行うのは合理的でとてもよかったですと思いました。

テーピング・骨折時の応急処置など分かりやすく説明実演していただきました。

安全登山をするには事故を起こさないことですが一番ですが、万が一事故怪我に遭遇した時に慌てず対処できれば自己脱出下山、救助要請できるのですから。

講師・アシスト・CL・SL 皆さまお世話になりました。!(^^)! (ST)

