

**登山道下山中の転倒・滑落：疑似体験も停止技術も未確立**

OWCC 中川和道 20221020

昨年 2021 年から中川はシルバー人材の仕事で体育館受付業務を始めた。プロの体育指導者たちが市民に向けて、テニス、バレーボール、フットサルなど多種のスポーツ指導をしておられる。その指導の姿を目の当たりにして、登山の事故防止について考えた。

コーチの方々の指導を見て気づいたのは、ケガをしないためにはどうするかを重く教えておられることだ。小中高の部活の地域委託についての報道でも、水泳教室だか水球教室だかで、外部のプロコーチに頼んで、溺れる疑似体験をさせてもらうことで水難事故を防止するとの記事を読んだ記憶がある。まさしく、意図的ヒヤリハットだ。どなたかご存じならお教えてください。

ヒントとなる知見は「子どもが溺れる時は静かです」という記事[1,2]にみられる。子どもは助けを求めてわめいたり騒いだりすると想像しがちだが、それは映画の中の話。実際は逆に、子どもが溺れる時は静かだという。「本能的溺水反応」と呼ばれ「呼吸をするのに精いっぱい声を出せない」現象だとのこと。1~2歳の娘が入浴中に溺れたとき「目を見開いて沈んでいく感じ。今でもぞっとします」というお母さんの体験と救出経験が語られている。

登山の話に戻ろう。山の事故というと、冬山雪山大岩壁で起きるもので、普通の登山道では起きないと想像しがちだ。これは上記の「助けを求めてわめいたり騒いだりすると想像しがちだ」に対応する。ところが実際には「子どもが溺れる時は静か」。これは「普通の登山道で起きる事故が大阪労山では一番多い」ことに対応する[3]。有効な対策が打たれないまま数十年が経過した。

事故が多発する場所は「危ない場所」、その行動を「危険な行動」というのが普通だ。すなわち「登山道は危ない場所」であり、そこを歩く「山歩き」は「危険を伴う行動」ということになるが、「山は危険」との新人への導入はなく、新人は「山は安全」だと誤解している可能性が高い。

最初に述べたスポーツ教室のケガをしないための指針には、ケガや事故（溺れる）などの疑似体験も含まれる。こう足を着くとねんぎする、この角度でボールを打つと危ない、こういう倒れ方が危ない、と身につくまで繰り返してからスポーツ本体の練習開始だ。

登山について考えると、山スキーでは倒れ方を学び、沢登りではスリップの疑似体験を学んでから山に入る。雪山では滑落停止技術を学んだ後に雪山に入るのが常識となっている。ところが無雪期の山歩きの転倒・滑落停止技術はない。それどころか、下山中の転倒・滑落の疑似体験もない。

そこで考えた。「登山道下山中の転倒・滑落の疑似体験」ができないだろうか？身の回りの識者の方々3,4人にこの質問をぶっつけてみた。中川を含め全員の答えは「アイデア、今はなし」。この現状はゆゆしき事態だ。

大阪労山で機会を設けて、関心ある方々が一堂に会して自由討論をしてみたいかがだろう。**テーマは、「登山道下山中の転倒・滑落の疑似体験法の考案」である。**

[1]朝日デジタル有料 2021 年 4 月 5 日、「子どもが溺れる時は静かです！」デザイナーの伝える力：該当のイラストは 2017 年佐久総合病院小児科が中心となって制作・運営するウェブサイト「教えて！ドクター」に掲載され、注目の的となったという。作者は江村康子さん。

[2] J-CAST ニュース 2017 年 10 月 03 日、「子どもが溺れる時は静か」 ツイッターで話題、小児科医に聞いた

[3]事故が最も多数発生する場所は登山道であることを明らかにしたのは河野 仁氏の功績である。事故事例集 p.16。