

SAJ 教育本部 SAJ INSTRUCTION DEPT.
Examinee Handbook

受検者ハンドブック

SKI PATROL

— 安全対策部 —



公認スキーパトロール検定受検にあたって

1 公認スキーパトロール検定 受検にあたって

公認スキーパトロールとは (公認スキーパトロール規程より抜粋)

スキーパトロールの使命は、スノースポーツを楽しむすべての人々に、高品質の安全・安心なサービスを提供することです。

また、スキー場のマイスターとしてすべてのスキーヤーから信頼される存在となるために、スキーパトロールに必要な知識と技術に加え、ホスピタリティ、弛まぬ向上心、スキーパトロール同士の強い連帯感、リーダーシップ、責任感を兼ね備えることが望まれます。

これらを実現するために、次のような知識や技術を習得し、任務にあたる必要があります。

- ① スノースポーツのリスク分析と
傷害予防・安全マナー指導に関すること
- ② スキー場の整備と
巡視等の安全対策に関すること
- ③ 傷病者の救護・搬送・事故処理に関すること
- ④ 索道からの旅客救助に関すること
- ⑤ バックカントリー・雪崩・気象に関すること

申込み要件

- ① 本連盟登録会員
- ② スキー級別テスト1級以上の者
- ③ 赤十字救急法救急員認定証(有効期間5年)の交付を受けているか検定会までに取得見込みの者、救急I課程修了者(消防学校において、135時間以上の教育を受けた者)、医師、看護師、准看護師又は救急救命士いずれかの資格を有する者
- ④ 受検する年度の4月1日時点で20歳以上
- ⑤ 加盟団体が実施するスキーパトロール養成講習(以下「養成講習」という)を修了し、修了

さらにスキーパトロールは、次に掲げる義務・任務を負います。

- ① 公認スキーパトロールの使命を完遂するため、スキーパトロール研修会に2年に1回受講し、修了しなければならない。また、その他の関連研修も積極的に受けなければならない
- ② 公認スキーパトロールは、加盟団体や所属団体の事業には優先的に参加しなければならない
- ③ スキー場の常勤・非常勤・ボランティアスキーパトロールは、スキー場の安全管理・安全指導や救護活動に積極的に関与しなければならない
- ④ その他救護活動等への協力を求められた場合、積極的に関与しなければならない

証^{※1}(有効期間3年)によって証明された者又は修了見込みの者

※1 特例措置等は別に定める



申込み方法

- ① 本連盟会員管理システム「シクミネット」で受検年度の会員登録・決済を済ませてください。シクミネットから申込み出来ない場合は、所属クラブまたは所属加盟団体に相談してください
- ② 受検者は、シクミネットマイページから、申込み期間^{※2}に、下記必要書類をアップロードし、検定会の申込みをしてください
- ③ 加盟団体は、必要書類に不備がないか確認後、シクミネットで承認^{※3}してください
- ④ SAJ本部は、申込書類審査^{※4}を行い、不備がなければ参加費支払いに関するメールを、シ

クミネットマイページに登録しているメールアドレスに送信します。不備があった場合は申込みが差し戻され受検不可となります

- ⑤ 受検者は、支払期限^{※5}までに、参加費(検定料)を支払ってください。参加費の支払いがない場合は、申込みが取り消されます
- ⑥ 申込時の検定料、合格後の公認料、登録料、バッジ代については別に定める『各種公認・登録料金一覧表(抜粋版)』のとおりとする

※2、※3、※4、※5の日程等は別に定める

申込み時必要書類

- ① スキー級別テスト1級合格証(但し、スキー準指導員・スキー指導員・功労スキー指導員有資格者は不要)
- ② 下記いずれかの認定証等の写し
 - a. 有効期間内の赤十字救急法救急員認定証(有効期間5年)
 - b. 救急I課程以上の修了証(両面)
 - c. 医師、看護師、准看護師、救急救命士いずれかの免許状
 - d. 赤十字救急法救急員、救急I課程以上を取得見込みの場合は、赤十字・消防関係資格

取得見込み(A4、SAJ HP内ライブラリー掲載様式参照)

- ③ 有効期限内の養成講習修了証(有効期間3年)受検年度に養成講習修了見込みの場合は、養成講習修了見込み(A4版、SAJ HP内ライブラリー掲載様式参照)
- ④ 上記①～③をそれぞれPDFファイルにまとめ(両面必要な場合は両面の写し)、アップロードしてください

公認スキーパトロール養成講習会概要

【1】公認スキーパトロール養成講習は、P5別表③のとおりとします。

【2】次の実技3種目については、講習内検定として実施し、その検定基準と実施要領についてはP6～7別表④・⑤・⑥のとおりとします。

- ④ 片開きプルーク
- ⑤ 救急法テスト
- ⑥ ロープ操法テスト



検定会理論・実技テスト出題範囲

検定は、「公認スキーパトロール検定規程」及び「公認スキーパトロール検定基準と実施要領」に示された内容・方法で実施します。

- ① 理論テストは、「本連盟の教程等刊行物」「規約・規程」より出題します
- ② 基礎種目テストは、P4別表①により実施し

ます
③ 搬送種目テストは、P5別表②により実施します

2 公認スキーパトロール検定及び養成講習の実施要領

別表① 公認スキーパトロール検定 基礎種目テスト実施要領

区分	実技種目	斜面/回転数	実技の内容	評価の観点
制動技術	プルークボーゲン	・整地/中急斜面 ・中回り ・6～8回転	・制動を主体とした回転技術	・ターン運動の構成(ポジショニング、エッジング) ・斜面状況への適応度(スピードと回転弧のコントロール) ・運動の質的内容(バランス・リズム・タイミング)
	横滑り	・整地/中急斜面 ・プルークスタンスでの左右の切り換え4回以上 ・ピボット操作での左右の切り換え4回以上	・種類の異なる切り換えを連続して行う ・スピードコントロールとフォールライン方向維持	
応用技術	パラレルターン(小回り)	・整地/急斜面	・各種地形・雪質への対応 ・滑らかで安定した操作	
	パラレルターン(大回り)	・整地/急斜面		

別表② 公認スキーパトロール検定 搬送種目テスト実施要領

区分	実技種目	斜面/回転数	実技の内容	評価の観点
搬送技術	制限搬送	・整地/緩～中斜面 ・大回りと浅回り10～15旗門を含む複合コース	・仮傷病者をのせたアキヤボートを後方1人操作で搬送する	・安定を優先したスムーズな操作 ・指定条件の達成
	真下搬送	・整地/中～急斜面 ・旗門間隔5m以内、旗門距離10m以内のオープンゲート4セットで構成されたコース	・仮傷病者をのせたアキヤボートを後方1人操作で搬送する	

別表③ 公認スキーパトロール養成講習実施要領

I. 理論講習 15時間 (集合講習 6時間、自主学習 9時間)

講習科目	時間	内容
序論	1.0	①スノースポーツを取り巻く環境 ②スノースポーツに内在する危険 ③スノースポーツ事故の実態 ④安全なスノースポーツ環境の創出に向けて
安全な滑走のために	1.0	①スキーヤーの責務 ②引率者・指導者および受講者の責務 ③救助義務 ④個性に対する安全対策 ⑤冬山の自然 ⑥用具と安全 ⑦事故の法的責任
山岳スキー	1.0	①雪山とスキー場 ②装備 ③訓練をする ④計画を立てる ⑤状況に気づく ⑥リスクを減らす
スキーパトロール概論	1.5	①スキーパトロールとは ②スキーパトロールの業務内容 ③スキーパトロールに求められる知識・技術 ④索道と雪上車両
スノースポーツの医学	1.5	①スノースポーツ救急法概論 ②スノースポーツの外傷・障害

II. 実技講習 22.5時間 (集合講習 14.5時間、自主学習 8時間)

講習科目	時間	内容
基礎種目制動技術	3.0	スキーパトロールとして必要な、制動技術・回転技術・総合技術を用いたプルークボーゲン 横滑り 片開きプルーク (別表④、講習内検定)
基礎種目応用技術	2.0	パラレルターン (小回り、大回り)
搬送種目	5.5	仮傷病者をのせたアキヤボート後方一人操作で制限搬送(浅回り搬送、大回り搬送) 真下搬送
救急法	2.0	赤十字救急法講習教本に示す三角巾包帯法及び止血法 (別表⑤、講習内検定)
ロープ操法	2.0	本連盟の教程等刊行物に示すロープワーク (別表⑥、講習内検定)

別表④ 公認スキーパトロール検定 基礎種目テスト(片開きプルーク)実施要領(講習内検定)

区分	実技種目	斜面/回転数	実技の内容	評価の観点	合否判定
制動技術	片開きプルーク	<ul style="list-style-type: none"> ・整地/中斜面 ・左右の切換え 4回 ・直滑降、切換え、停止ゾーン指定 	<ul style="list-style-type: none"> ・スピードコントロールとフールライン方向維持 ・滑らかで安定した切換え操作 	<ul style="list-style-type: none"> ・ターン運動の構成(ポジショニング、エッジング) ・斜面状況への適応度(スピードと回転弧のコントロール) ・運動の質的内容(バランス・リズム・タイミング) 	100ポイント満点とし、75ポイント以上を合格とする。

別表⑤ 公認スキーパトロール検定 救急法テスト実施要領(講習内検定)

区分	課題	条件	方法	評価の観点	合否判定
止血	出血に対する手当として、直接圧迫止血法(1種目)と止血帯止血法(2種目)を出題する	<ul style="list-style-type: none"> ・検定員は、受検者を事前にパディを組ませ、一方を救助者、他方を傷病者とする ・具体的に、患部及び状態を指定する ・傷病者の体位は、検定員が指示する ・止血帯は、素早く実施することが原則であり制限時間は設けられないが、検定中に緊縛時間が長くないように配慮する 	<ul style="list-style-type: none"> ・救助者と傷病者は向かい合って位置する ・救助者は、検定員の「始め」の合図で、手技を開始する ・救助者は、検定員の「止め」の合図で、手技を終了する ・検定員は手技を採点する ・救助者と傷病者は、役割を交代する 	<p>a. 直接圧迫止血法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・患部の状況にあった保護ガーゼを当て、手全体で圧迫しているか ・救助者の位置、姿勢は良いか <p>b. 止血帯止血法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・止血帯を巻き付ける位置は正しいか ・棒やロッドの固定は確実にできているか ・三角巾やバンドは緩くないか ※種目ごとに以上のポイントを目安に判定する 	
包帯・固定(副子を使用しないもの)	<ul style="list-style-type: none"> ・きずに対する手当として、三角巾(額、頭、前腕 a、膝、腕のつり a から 4種目)を出題する ・骨折、脱臼、捻挫に対する手当として、副子を使用しない固定(鎖骨骨折固定、足首捻挫固定から 1種目)を出題する 	<ul style="list-style-type: none"> ・検定員は、受検者を事前にパディを組ませ、一方を救助者、他方を傷病者とする ・救助者は、保護ガーゼ、三角巾等を用意する ・具体的に、患部及びきずの状態を指定する ・傷病者の体位は、検定員が指示する ・三角巾は開き三角巾の状態から始める ・制限時間は、概ね次の時間を目安とする 三角巾 1枚を使用するものは 1分30秒 三角巾 2枚を使用するものは 2分30秒 	<ul style="list-style-type: none"> ・救助者と傷病者は向かい合って位置する ・救助者は、検定員の「始め」の合図で、手技を開始する ・救助者は、検定員の「止め」の合図で、手技を終了する ・検定員は手技を採点する ・救助者と傷病者は、役割を交代する 	<p>a. 保護ガーゼ(固定は除く)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・確実に患部を覆っているか ・きずにあった厚さ、広さになっているか <p>b. 包帯の巻き方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手順通りに出来ているか ・たるみがなく保護ガーゼが支持されているか ・患部を十分に覆えているか ・本結びになっているか ・末端の処理はよいか <p>c. 締め具合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・きずにあった締め具合になっているか <p>d. 結び目の位置</p> <ul style="list-style-type: none"> ・基本的に外側、上部で結ばれているか ・きずを避けた位置で結ばれているか <p>e. その他</p> <ul style="list-style-type: none"> ・傷病者を手荒に取り扱っていないか ・保護ガーゼ、包帯の扱いは良いか ・全体のバランスは良いか ・時間内にできたか ※以上のポイントを目安に判定する 	1種目あたり 100ポイントとし、8種目の合計が 600ポイント以上を合格とする

別表⑥ 公認スキーパトロール検定 ロープ操法テスト実施要領(講習内検定)

区分	課題	条件	方法	評価の観点	合否判定
ロープ操法	本連盟の教程等刊行物に示す結びの種類から 8種目を出題する	<ul style="list-style-type: none"> ・検定に使用するロープは、外径 7.0 ~ 12.0mm、長さ 5m、材質はロープ検定種目に適したものとす ・検定員は、結びの種類を指定する ・受検者は、ロープ末端を片手で保持した状態で待機する ・制限時間は、全種目とも 40秒とする 	<ul style="list-style-type: none"> ・受検者は、検定員の「始め」の合図で、手技を開始し、「止め」の合図で、手技を終了する ・検定員は評価の観点に基づき採点する 	<ul style="list-style-type: none"> ・輪の大きさ(種目の用途に適しているか) ・末端の長さ(一握り程度の長さか) ・結束の強さ(結びが緩んでいないか) ・時間(制限時間内に結束できたか) 	1種目あたり 100ポイントとし、8種目の合計が 600ポイント以上を合格とする



3 公認スキーパトロール検定



基礎種目テスト 制動技術

① ブルークボーゲン

整地 / 中急斜面

中回り

6 ~ 8 回転

中急斜面での制動を主体とした回転技術です。ターン前半では、脚の屈伸と上体の外傾を用い、回転外側に身体を移動させ外スキーに荷重していきます。ターン後半は、さらに外スキーへ荷重し、制動を強めます。身体の上下動も活用しましょう。

基礎種目テスト

制動技術

基礎種目テスト 制動技術

② 横滑り

整地 / 中急斜面

フォールライン方向へ横滑り

- ブルークスタンスでの左右の切換え 4 回以上
- ピボット操作での左右の切換え 4 回以上

フォールラインからズレずに、横滑りと切換えを連続で行います。基本的には、両方向とも左右均等荷重とし、スキーの性能を活かせる荷重ポジションを保ちます。その上で、胸や腰の方向とスキー長軸方向との交角（外向）を維持し、バランスをとりながら進行方向へ進みます。雪面状況をよく観察し、雪がたまってきたら、スキーの角づけをゆるめて排雪して進みましょう。遅すぎても滑りづらいので、斜度や雪面状況に合ったスピードを選ぶことが必要です。

制動技術



基礎種目テスト 制動技術

③ 片開きブルーク

整地 / 中斜面

左右 4 回の切換え

直滑降、切換え、停止ゾーン指定

制動技術



基礎種目テスト

応用技術

基礎種目テスト 応用技術

④ パラレルターン

整地 / 急斜面

小回り

応用技術の検定種目になります。

切換えや山回りの方法に規制はありません。スタートからゴールに向かう直線上を、一定スピードを維持し、滑らかで安定したスキー操作で滑走しましょう。

応用技術

小回り



基礎種目テスト 応用技術

⑤ パラレルターン

整地 / 急斜面

大回り

応用技術の検定種目になります。

回転弧とスピードをコントロールし、適切な内傾角を維持しましょう。左右のターン姿勢を均一にして、滑らかで安定したスキー操作で滑走しましょう。

応用技術

大回り

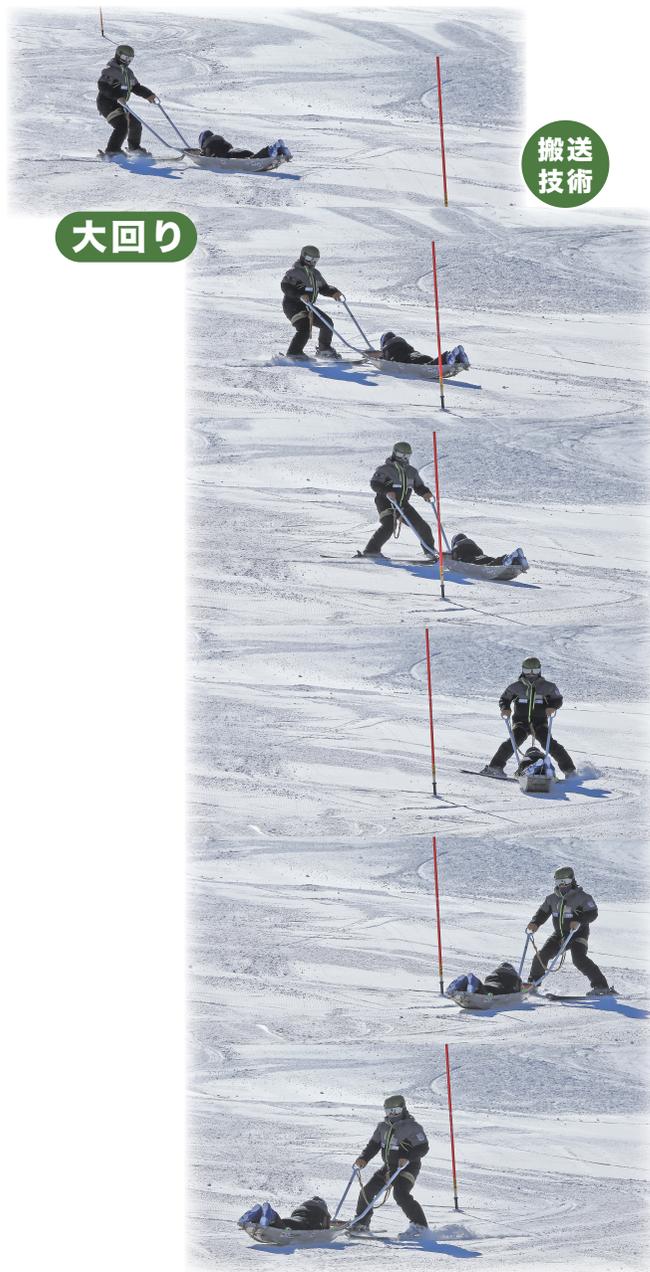


⑥ 制限搬送

整地 / 緩～中斜面

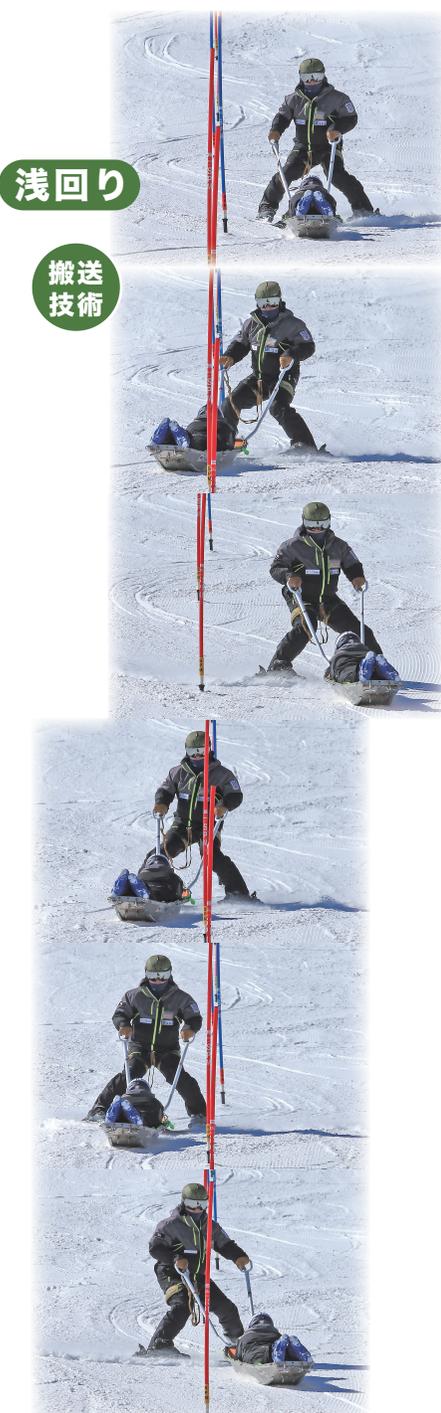
10～15 旗門

ポールで制限したコースに合わせた、大回りや浅回り技術で停止ゾーンまで搬送します。大回りでは、プルークスタンスだけではなく、パラレルスタンスや横滑りを活用します。浅回りでは、ボートの素早い回転が求められるので、搬送者の早めの切換えとコンパクトな左右移動でボートの進行方向とスピードを制御し、最短距離で通過します。転覆やポールへの接触に注意しましょう。



大回り

搬送技術



浅回り

搬送技術

搬送技術

⑦ 真下搬送

整地 / 中～急斜面

旗門間隔 5 m 以内、
旗門距離 10 m 以内のオープンゲート
4 セットで構成されたコース

コース幅と切換えゾーンをポール規制します。急斜面では制動だけに気を取られると、コース取りや切換えが難しくなります。必要最低限の制動に留め、ボートと一体となって落下しながら、ボートの方向をコントロールする余裕が大切です。真下搬送では谷脚に負荷が集中しやすいので、搬送中は脚の入れ換え（切換え）が必要となります。しかし、切換え操作の際には、搬送者の左右移動と制動減少が生じ、それが原因でボートの進行方向やスピードが変わってしまいます。ボートが斜面下に進む大きな力（ボートと傷病者の重力は、斜度が大きいほど斜面方向の力の成分が大きくなる）に耐えながら、短時間で左右移動の少ない切換えをするには、高い技術が必要となり、十分な練習が必要です。転覆やポールへの接触に注意しながら、規制ポールを目安に左右切換えをし、スタートから停止ゾーンに向かって真っすぐ搬送し、停止ゾーンで停止します。



搬送技術



公益財団法人全日本スキー連盟
Ski Association of Japan



SAJ 教育本部 受検者ハンドブック —安全対策部—

- 発行：公益財団法人全日本スキー連盟 教育本部
- 発行人：白石博基
- 編集人：白石博基
- 編集：白石博基／土田茂／武井香樹／富樫泰一／藤井宣文／畑中淳子／小林康之／上杉一哲／守屋希英子／皆川義隆／芹澤伊香
- 写真撮影：今村隆志
- 映像撮影&編集：株式会社アルジー／福田啓介／小市秀明
- デザイン：雪村うさぎ
- 撮影協力：菅平高原スノーリゾート／菅平高原ハーレスキーリゾート
- 発行日：令和6年9月1日

本誌の掲載内容（文章、写真、イラスト、映像など）の無断転載及び複製等の行為はご遠慮ください。

©2024 SKI ASSOCIATION OF JAPAN All rights reserved.