

# SOS Card

## 2023-2024

このカードは、記入後三つに折りたたみ、行事中携帯してください。

### タントスキークラブでは「公式行事」参加者全員へ、 旅行傷害保険を掛けています。

- 【保険会社】 日新火災海上保険  
 【保険の種類】 国内旅行傷害保険  
 【代理店】 (株)ライフプラザパートナーズ東京FA第一営業部  
 ○担当扱者 福田敬文(ふくだひろふみ) 様  
 TEL 090-1033-9664 E-mail: h.fukuda@lifeplaza.co.jp  
 ○契約内容: 死亡/500万円、入院日額/ 5千円、  
 通院日額/ 2千円、賠償/ 1億円、携行品損害/5万円、  
 救護者費用/20万円  
 ○保険期間: 自宅出発から帰宅までを保障するよう設定  
 \* 事故が発生した場合は、行事幹事又は、代理店に連絡



## タントスキークラブ 緊急時対応カード

出発前に必要情報を確認し、メモしておきましょう!

氏名 \_\_\_\_\_ 性別: 男・女 ( 歳 ) \_\_\_\_\_  
 血液型: A・B・AB・O (RH +, -) \_\_\_\_\_  
 アレルギー: 無・有 ( ) \_\_\_\_\_

---

緊急連絡先TEL \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_ (続柄: ) \_\_\_\_\_

任意加入保険: 有・無 証券番号: \_\_\_\_\_  
 保険会社: \_\_\_\_\_ 事故受付TEL \_\_\_\_\_

傷害保険、賠償責任保険などへの加入をお勧めします。

グレンデに出たら、グレンデマナーを守りましょう!

### FISの安全10則

1. 他者の尊重  
他者を危険にさらしたり、損害を与えることがないように
2. スピードとスキーのコントロール
3. 滑走ルートを選択  
前方を滑っているスキーヤーに邪魔にならないルートを
4. 追い越し  
追い越されるスキーヤーが無意識に動けるスペースを残す
5. 合流と滑走再開  
合流したり、再滑走開始時は、周囲を確認
6. ビスデでの停止  
狭い場所での停止は避ける
7. 徒歩での登り降り: グレンデの端を
8. 標識やマーキングの遵守
9. 援助  
事故の場合は、援助が最優先
10. 身元の確認  
事故の場合は、責任の有無に関わらず目撃者も含め身元を交換

### ☆☆事故発生時の対応☆☆ あわてずに対応しましょう

- (1) 自分自身の安全を確保  
二次事故にならないよう、周囲に注意して安全を確認してから近寄る  
安全確保できない状況なら(崖など)近寄らずにパトロールへ連絡
- (2) 周囲の状況とケガ人の状態を把握
- (3) できるだけ早くパトロールへ連絡  
最寄のリフト小屋から連絡してもらう(正確な場所を伝えられる)
- (4) 二次事故防止のための安全確保  
スキー板をクロスして立てる  
(ケガ人がいることをパトロールや他のスキーヤーに知らせるため)  
\* 立てたスキー板が倒れても自分自身やケガ人に当たらない距離をとる  
\* エッジを谷側にして立てる
- (5) ケガ人の保護  
パトロールが来るまでの間、できればウェア等を利用して保温(敷く、かける)  
してあげましょう。ケガ人に付き添い、声を掛け続けてあげましょう
- (6) ケガ人の事故証明書をパトロールに書いて貰う(保険請求に必要)

◎グレンデに出る前に天気予報を確認し、  
低温や風の強い日は、防寒のために  
インナーウェアをもう一枚着用しましょう!



【スキー場 連絡先】 事前にCHECK! 準備万端で出かけましょう

No.	スキー場名	連絡先	電話	備考 ※各行事の宿泊先
①	丸沼高原スキー場	丸沼高原総合案内	0278-58-2211	木もれ陽の家 ゆきだるま 0278-58-2401
②	エイブル白馬五竜スキー場	エスカルプラザ	0261-75-2101	スキーハウス ウルル 0261-75-2774
③	志賀高原熊の湯スキー場	パトロールセンター リフト事務所	0263-34-2166	硯川ホテル 0269-34-2921
④	ホワイトワールド尾瀬岩鞍	尾瀬岩鞍リゾート	0278-58-7777	シャレー ラ・ウルス 0278-58-7323
⑤	ブランシュたかやま	ブランシュたかやまスキーリゾート	0268-69-2232	ジョイハウス 0268-69-2103
⑥	野沢温泉スキー場	(株)野沢温泉	0269-85-3166	ロッジでんべえ 0269-85-3838
⑦	湯沢高原スキー場	湯沢高原株式会社	025-784-3326	KKR湯沢ゆきぐに 025-784-3424

【その他 メモ など】 覚えておこうと思った事・初めて知った事・スキーについて・安全について・改めて感じた事・友達になった人 e t c