

お申込みに際してよくある質問をまとめました。

その他ご不明点は事務局(jyounenn.sinnryoujyo@gmail.com)までお気軽にお問合せ下さい。

Q. 参加スケジュールはどのようになってますか？

- ・1泊2日の場合の一例です。

時刻(時)	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
登山前日 (必要な方)															移動 → 松本のホテル (前泊)			
1日目 (登山日)	登山口 へ移動	登山(一ノ沢～常念乗越)						昼 食	シフト交代 → 診療 (交代で散策可)					夕 食	自由時間 (患者が来たら対応)		就 寝	
2日目 (下山日)	朝 食	診療 → シフト交代 (交代で散策可)					下山準備 (昼食)	下山(常念乗越～一ノ沢)				帰路						

- ・基本的にはシフトの交代時刻を12時頃としています。遠方からお越しの方など、登山/下山のご都合に合わない場合は予めご相談下さい。

Q. 信州大学附属病院勤務や、信州大学OB/OGでなくても参加できますか？

- ・ご参加受け付けております。常念診療所は信州大学医学部山岳部の学生が主体的に運営しており、ボランティア医療スタッフ(医師/看護師)は信州大学に限らず広く公募しています。毎年多くの信州大学関係者以外の方にご参加いただいています。また、お知り合いにご興味のある方がいらっしゃればぜひご紹介下さい。

Q. 救急対応できるか不安ですが、大丈夫でしょうか？

- ・例年の傾向では、診療は高山病や軽い外傷など簡単なものが大半です。多くの救急専門外の方にボランティア医療スタッフとしてご参加いただいています。対応が難しい患者に対しては信州大学救急部とテレビ電話を用いた遠隔医療を行うことも可能です。ヘリコプターでの搬送例も年に数件あります。

Q. 登山経験が少なく不安ですが、大丈夫でしょうか？

- ・ある程度の体力があり、運動を制限するような持病や怪我がなければ、登山初心者でも登れるレベルです。
- ・一ノ沢登山口から常念診療所まで、登り約5時間、下り約3時間半が目安です。(標高差1,137m)
- ・ご希望があれば、山岳部員が登山/下山時に同行したり、お荷物をお持ちしたりすることができます。

Q. 家族などのゲストは同行可能ですか？

- ・医師・看護師以外のご家族や、山岳医療にご興味のある他大学の学生もゲストとしてお迎えしております。しかし収容人数の都合上、募集人数は医療スタッフ・ゲストを含め最大8人を目安としており、多い場合は別日程を提案させていただく場合やご希望に添えない場合がございます。お申込みの際にご相談ください。

Q. ボランティア中の生活設備はどうなっていますか？

- ・診療所内に起居するスペースがあります。水・ガス・電気が通っています。就寝スペースは寝具付きで男女別となっています。また、隣接する常念小屋にトイレがございます。

Q. 食事はどのようになっていますか？

- ・登山日の昼食～下山日の朝食までは、常念小屋で用意された食事を召し上がることが可能です。
- ・早朝常念岳に登頂される場合、その日の朝食は小屋で召し上がることができません。
- ・炊飯器、鍋、ガスコンロ等の調理器具が診療所にありますので、自炊していただくことも可能です。

Q. 費用はどれくらいかかりますか？

- ・山岳保険未加入の方はボランティア保険に入っております。(500円/人)
- ・診療所での宿泊費、小屋での食費はボランティア医療スタッフ(医師/看護師)の方はかかりません。ゲストの方につきましては小屋での食費として一食500円いただいております。
- ・前泊/後泊の宿泊費、登山口までの交通費はご自身でのご負担をお願いしております。

Q. 登山口まではどのように行ったら良いでしょうか？

- ・自家用車をご利用の場合、一ノ沢登山口にある駐車場に停めることが可能です。
- ・JR大糸線穂高駅からタクシーがあります。(約4,800円)
- ・登山口までのアクセスが無い場合、駅(松本駅/穂高駅)から車で送迎することができます。お申し出ください。



登山道



診療所の外観



薬品管理



診察風景