

## 長野県山岳総合センター 安全登山講座

### 2017(平成29)年度 リーダーコース受講者 募集要項

#### 1. コースのねらい

基礎的な登山経験を積んだ方が、自立した登山者として、より安全な登山を行うために知識・技術・判断力を養い、リスク管理能力を高める。

#### 2. コースの概要

(1) コースは、必修の講習7回と、オプションの岩登り講習3回があります。

① 必修7回の講習全てを受講したときの目標到達レベル

- ・ 自分たちの力量に合わせた、安全な登山を計画することができる。
- ・ 登山行動の中で不測の事態に対応し、安全に下山できる。

無雪期：一般登山道をリーダーとして安全に登山できる。

(一般登山道とは「山のグレーディング表」に記載されたAからEレベルのルート)

積雪期：力量に応じた山域・ルートを選択し、リーダーとして安全に登山できる。

② オプションの岩登り講習3回を受講したときの目標到達レベル

岩登りの基本的なシステムを学び、無雪期のロープを必要とする岩稜ルートをリーダーの下で安全に登山できる。

(2) 講習内容 別紙記載

(3) 講師 日本体育協会・日本山岳協会公認山岳指導員 他

(4) 参加費用 (講習料の他に宿泊費、食事代、講習中の移動費、保険代等を含む)

- ・ 必修7講習合計の参加費は、17万円程度
- ・ オプション3講習合計の参加費は、8万円程度

※ 講習毎、受講当日に参加費を持参して下さい。

(5) その他

- ・ 山岳保険は講習毎に山岳総合センターで一括加入します。
- ・ 個人で使う装備は各自で用意して下さい。共同で使う装備はセンターが用意します。
- ・ 必修7講習を修了した方に、修了証を授与します。
- ・ 原則として、1年間で必修7講習を受講して頂きますが、都合で参加出来なかった場合は、次の年度に限り未修講習の受講が出来ます。

### 3. 募集について

(1) 応募の要件 次の5つの要件を充たす方。

① 最近2年間で無雪期登山日数30日以上、及び積雪期登山日数10日以上の方。

※受講申込書に登山履歴を記入して下さい。

② 夏山と冬山でのテント泊経験のある方。

③ ピッケル・アイゼンを使用して安全に登下降できる方。

④ 自立した登山者になる強い意志のある方。

⑤ 年齢60歳以下の方

(2) 募集人数 25名程度

(3) 募集期間

・ 2017(平成29)年1月25日(水)から 2月22日(水)

・ 事前説明会は、2017(平成29)年2月4日(土)午後1時30分から行います。

なお、事前説明会への参加希望者は山岳総合センターまで連絡をお願いいたします。

(4) 受講者決定について

・ 申込みをされた方について、応募の要件に合っていることを確認し、決定します。

・ 該当者多数の場合は、抽選で決定します。

・ 決定の結果は、【2月28日(火)頃】までに、郵送にてご連絡します。

### 4. 申込み方法

・ ホームページの申し込みフォーム(下記アドレス)より申し込んで下さい。

[http://www.sangakusogocenter.com/moshikomi\\_tozan2017F.html](http://www.sangakusogocenter.com/moshikomi_tozan2017F.html)

・ インターネットが使えない場合は、郵送・FAXでも可能です。

・ 不明の点があればメールまたは電話でお問い合わせ下さい。

### 5. 問い合わせ先

・ 講習の内容、申込み方法など、不明の点があれば下記にお問い合わせ下さい。

#### 長野県山岳総合センター

〒398-0002 長野県大町市大町8056-1

TEL(0261)22-2773 FAX(0261)22-5444

ホームページ <http://www.sangakusogocenter.com/>

e-mail : [info@sangakusogocenter.com](mailto:info@sangakusogocenter.com)

長野県山岳総合センター 安全登山講座

2017(平成29)年度 リーダーコース 年間計画

番号	講習名	開催日程	講習内容	受講条件
F1	開講式 オリエンテーション	4月1日(土)～ 4月2日(日)	2日 1. 自立した登山者に必要なこと 2. コースで使う装備 3. 救急法基礎講習・登山の運動生理学 4. F2の登山計画を作成	必修
F2	残雪期登山の実践	4月29日(土・祝)～ 5月1日(月)	3日 1. 残雪期のルートファインディング 2. 危急時のビバーク場所選定、設営、生活 3. 残雪期の歩行技術 ・つぼ足・アイゼン歩行・滑落停止技術 4. フィックスロープの通過	必修
F3	登山のリスクと その対処	7月15日(土)～ 7月17日(月・祝)	3日 1. 危険個所の通過技術 ・ 支点構築、フィックスロープ、懸垂下降 2. ツェルト等を使ったビバーク 3. 負傷者の手当と搬送 4. F4の登山計画作成(班)	必修
F4	無雪期登山の まとめ	9月16日(土)～ 9月17日(日)	2日 1. 登山計画の実行 ・ 装備や食料の準備 ・ チームワーク ・ 行動中の安全管理 2. 危急時の対応策(救急法・搬送)	必修
F5	冬山登山の準備	12月9日(土)～ 12月10日(日)	2日 1. 冬山登山の基礎知識 ・ 冬の気象と読図 ・ 雪崩対策 ・ 冬山登山の装備 2. F6の登山計画作成	必修
F6	冬山登山の実践 (2018年)	2月10日(土)～ 2月12日(月・振)	3日 1. 冬山登山の実践(わかん歩行、ラッセル) ・ 読図とルートファインディング 2. 共同テント泊の場所選定、設営 ・ 快適なテント生活を行う方法 3. 緊急用雪洞構築(雪洞泊)	必修
F7	修了講習 閉講式 (2018年)	3月10日(土)～ 3月11日(日)	2日 1. 危険箇所の登下降等、総合的な登山技術 2. リーダーとしての知識や技術のまとめ 3. 危機管理能力を養うための訓練方法 4. 登山を楽しく安全に継続するために	必修
F8	岩登りの基礎	10月8日(日)～ 10月9日(月・祝)	2日 1. クライミングシステムの基礎 ・ 用具の扱い方法 ・ システムの理解と確保理論の基本 ・ 易しい壁でのクライミング 2. 懸垂下降	オプション (F3・F4受講者 から選抜)
F9	岩登りの応用	10月21日(土)～ 10月22日(日)	2日 1. リードクライミングの方法 ・ 人工岩場でのクライミング ・ 自然の岩場でのクライミング 2. 自然の岩場での支点構築 ・ 確実な支点と懸垂下降	オプション (F8受講者)
F10	岩登りの実践	11月3日(金・祝)～ 11月4日(土)	2日 1. 自然の岩場でのクライミング 2. 技術確認と確保理論の理解 ・ 確実な支点構築と安全対策 3. クライミングを楽しく安全に継続するために	オプション (F9受講者)

2017（平成29）年度 長野県山岳総合センター「リーダーコース」受講申込書

フリガナ 氏名		性別		生年月日 西暦	年
				月	日
住所 〒	所属山岳会				

電話番号	携帯電話
------	------

メールアドレス

緊急時連絡先	氏名	続柄
--------	----	----

電話番号	携帯電話
------	------

アレルギーの有無

食物： 無 有（原因食物）

蜂(アナフィラキシー)： 無 有

志望動機

最近2年以内の主な山行履歴を記入して下さい。

無雪期

日程（日数）	山名	ル	一	ト	役割	人数	宿泊	○を記入
例 2016年10月(2日)	爺ヶ岳・鹿島槍ヶ岳	赤岩尾根	～	鹿島槍ヶ岳～爺ヶ岳	リーダー	5	テント	山岳会 <u>グループ</u> ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会

積雪期

日程（日数）	山名	ル	一	ト	役割	人数	宿泊	○を記入
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会
								山岳会・グループ ガイドツアー・講習会

※ご記入いただいた個人情報は、プライバシー保護のため、受講者募集以外の目的での使用は致しません。