

G19「冬山登山の実践（雪洞泊）」要項

1 ねらい 雪洞利用の冬山登山を、実践を通して学ぶ

講習内容

- 雪洞を利用した冬山登山について学ぶ
 - 雪洞構築の知識と技術を学ぶ
- * 宿泊は個人での雪洞泊となります**

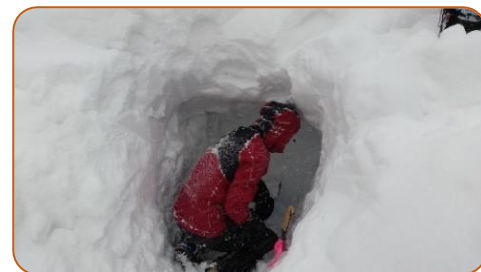


2 期 日 2019年2月16日（土）～17日（日） －1泊2日－

3 講習場所 黒沢尾根（鹿島槍スキー場北方の五竜遠見尾根支稜）

4 受講対象 雪山でのテント泊登山経験者 65才以下 定員15名

5 講 師 山岳ガイド協会認定山岳ガイド ステージⅡ
国立登山研修所 講師
日本プロガイド協会 所属ガイド
JAN（日本雪崩ネットワーク）レベル1
佐藤 祐樹氏 他



6 日程の概要

【2月16日（土）】

• 受付 10:00～10:10

（「鹿島槍スキー場セントラルプラザ1130」チケット売り場にて）

※ 中綱グレンデ側ではありませんのでご注意ください

• 開講式 10:10～10:20

• 講習 講義「雪洞泊の冬山登山の魅力と安全」
実技「装備確認・入山準備」→「雪上歩行」→「雪洞構築」→
「雪洞泊（各自で夕食）」

【2月17日（日）】

• 講習 実技（各自で朝食）→「雪洞適地の選定と効率的な掘り方」→
「緊急用雪洞構築」→（雪上歩行 下山）→「講習のまとめ」

• 閉講式 14:30～14:50

• 解散 15:00（鹿島槍スキー場にて）

※天候・積雪の状況によって場所、日程を変更する場合があります

7 受講料 19,000円 ※当日現地にて集金（保険代含む。別途、リフト券は各自購入）

8 服装・持ち物（別紙参照）

9 申込み

要項末尾の申込書の必要事項を、ホームページから申し込む。FAXでの申し込みも可能。

申し込み締め切りは、**2月4日（月）**

* 受講対象要件確認後、先着順にて受付します。

* 申込時に、最近の主な雪山テント泊登山の経験をお書きください。

* 締め切り日前でも、定員に達した場合は、申し込みをお断りする場合があります。

◎ G19 山行装備表

I 服装・靴・装備（※s：セット）

品目	数	備考
防寒用帽子	1	バラクラバ（目出帽）等
アウタージャケット	1s	冬用（防風雨・雪） ※しっかりした雨具でも可
アウターズボン		
防寒着（フリース等）	1	化繊、ウール
冬用の中間着	1s	長袖・長ズボン 綿不可
冬用の下着	1s	綿製品は不可
冬用の靴下	2s	綿製品は不可
冬山用登山靴	1	防寒防水
冬用グローブ	1s	材質によりオバ-手袋も必要、イナ-手袋替えも要
ロングスパッツ	1s	

品目	数	備考
ザック	1	
ツェルト	1	
わかんじき	1s	スノーシューでも可
ストック	1s	冬用のバスケット付
ピッケル	1	ピッケルバンド付き
サングラス	1	ゴーグルも可
時計	1	
※雪崩ビーコン	1	
※プローブ	1	
※ショベル	1	
※スノーソー	1	（のこぎりでも可）

※雪崩ビーコン、プローブ、ショベル、スノーソーについては若干数貸し出しが可能です

II その他携行品

品目	数	備考
地形図（神城）	1	国土地理院発行 1:25,000
コンパス	1	プレート付タイプ
ヘッドランプ	1	電池は新品 予備電池も要
ナイフ	1	
ホイッスル	1	
筆記用具	1	
携帯用トイレ	適	

品目	数	備考
行動食	適	2日分
飲料水	適	テルモス・水筒
非常食	適	ブドウ糖、チョコレート、 コンデンスミルク等
非常用品	適	マッチ、ガムテープ、 細引き等
救急用品	適	持病薬、三角巾等
洗面用具	適	
健康保険証	適	写しでよい

III 雪洞泊で必要となる用具・食料

品目	数	備考
個人用マット	1	
食器、スプーン・箸	適	
コップ、コンロ、燃料	適	炊事用具
マッチ、ライター	適	

品目	数	備考
シュラフ	1	冬山に対応できるもの
シュラフカバー	1	
（テントシューズ）	1	あれば便利
夕食・朝食	各1	1日目夕食・2日目朝食

※雪洞は個人で設営した雪洞です。

10 その他

- (1) 受講料は、当日受付にてお支払い下さい。
- (2) 受講を取り消される場合はすみやかに連絡して下さい。
尚、3日前から前日のキャンセルの場合は30パーセント、当日キャンセルの場合は受講料の50パーセントのキャンセル料が発生します。
- (3) 天候の状況などにより日程の一部を変更する場合があります。

11 申込・問い合わせ先（前・当日の連絡については、必ず電話でお願いします）

★長野県山岳総合センター（8：30～20：00）休館日は月曜日、祝日の翌日

〒398-0002 長野県大町市大町8056-1

【電話】(0261)22-2773

【FAX】(0261)22-5444

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

【E-mail】 info@sangakusogocenter.com

2018（平成30）年度 長野県山岳総合センター安全登山講座

G19「冬山登山の実践（雪洞泊）」受講申込書

フリガナ			性	男	生年月日		
氏名			別	女	年	月	日
住所	〒						
電話番号			携帯番号				
・緊急時連絡先							
TEL	氏名			続柄			
交通手段（○をつけてください）							
<ul style="list-style-type: none"> ・マイカー（駐車場あり ※中央グレンデ方面へ。中央駐車場又は黒沢駐車場） ・公共交通機関利用（JR信濃大町駅よりシャトルバスあり ※詳細はスキー場HPで確認） 							
・装備の借用希望（どちらかに☑印）							
<input type="checkbox"/> 借用を希望しない <input type="checkbox"/> 借用を希望する【※希望される場合は下記にもチェックください】 ★ 借用希望装備 <input type="checkbox"/> 雪崩ビーコン <input type="checkbox"/> プローブ <input type="checkbox"/> ショベル <input type="checkbox"/> スノーソー（のこぎり）							
* 講習で学びたいこと 聞きたいことがありましたらお書きください。							
* 2年以内の主な雪山テント泊登山の経験を記入のこと（例：2018年4月 爺ヶ岳南尾根 1泊2日 個人）※個人、ツアー、ガイド登山などの別もお書きください							
・連絡事項：心配なこと、不明なこと等がありましたらお書きください							

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