

平成30年度登山リーダー冬山研修会開催要項

1 目的

大学において登山活動を行うクラブ等のリーダーとリーダー候補者、並びに山岳団体等で指導的立場にある者を対象に、基礎的技術や基本的状況判断力を習得するための研修を行い、チームを率いて安全で確実な登山を実践できるリーダーを養成する。

2 主催

独立行政法人日本スポーツ振興センター

3 後援

スポーツ庁

4 協力

公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会
富山県警察本部山岳警備隊

5 期間

平成31年3月9日(土)～3月14日(木)の6日間

6 会場

独立行政法人日本スポーツ振興センター 国立登山研修所 及び大日岳周辺
〒930-1405 富山県中新川郡立山町芦峯寺ブナ坂6 TEL(076)482-1212 FAX(076)481-1534

7 募集コース・募集人員

(1) 募集コースと応募資格

〈応募資格〉 ※50歳未満の者(平成31年1月1日現在)

登山活動を行うクラブやサークル、団体等に1年以上所属していること。また、一定の体力・経験(※)を有し、所属団体の所属長等(大学長、会長、教育長、学校長等)が推薦する以下の者

ア 大学の登山活動を行うクラブやサークル等で活動しているリーダー、若しくはリーダー候補者

イ 都道府県山岳連盟(協会)等で指導的立場にある者

ウ 高等学校・高等専門学校の登山部等で指導する教職員等

エ 大学の登山活動を行うクラブやサークル等の指導者(顧問・コーチ)

※ 研修会では3泊4日分の装備・食糧等(25kg程度)を背負って大日岳周辺へ入山して各種研修を実施します。下記の項目をクリアできる程度の体力・経験が求められますので、参加申込の際は留意してください。

・5,000m走のタイムが25分以内である

・1時間に軽装(日帰りの一般登山道を想定した装備)で標高差400m以上を登る登高能力がある 等

【雪上研修コース】 積雪期の山行における安全確保技術や危急時対策等を学び、積雪期にチームを安全に率いるための基礎を総合的に研修します。

〈追加応募資格〉

上記応募資格に加え、以下のすべての要件を満たす者、若しくは以前に国立登山研修所が主催した大学生登山リーダー研修会(春山または冬山研修)を修了した者

・国内の2000m以上の山岳地域において、冬季条件下(12～3月)での山行及び登山の経験がある。

・冬季に10日以上(日帰りを含む)の積雪条件下での登山活動の経験を有しているとともに、連続3日以上冬季条件下の宿泊の経験がある。

(2) 募集人員 各大学、団体、学校若干名 計25名(両コース合計)

8 研修日程及び内容等

日程	内容	研修場所
3月9日(土)～10日(日)	受付 14:00～ 開会式、講義、班別研修・協議	国立登山研修所とその周辺
3月11日(月)～14日(木)	入山 ～ 班別研修 ～ 下山、閉会式 解散 16:30頃	大日岳周辺、国立登山研修所

※ 詳細な日程及び内容は、国立登山研修所ホームページ(<http://www.jpnsport.go.jp/tozanken>)で確認してください。



9 個人装備

国立登山研修所ホームページで昨年度の装備表を参考にしてください。参加承認者には後日装備表を送付します。

10 参加申込方法

(1)所属長等(大学長、会長、教育長、学校長等)が以下の書類をそろえて参加希望者を推薦し申込をしてください。

提出書類	備考
(ア)登山リーダー冬山研修会開催について【別紙1】	所属団体の代表者(大学の場合は事務担当部署)が記入してください。 ※大学長等推薦者の 公印が必要 です。
(イ)参加希望者個人票【別紙2】	参加希望者本人が記入 してください。
(ウ)登山経歴書【別紙3】	
(エ)健康・体力調査票【別紙4】	
(オ)参加確認書【別紙5】	参加希望者が 未成年の場合は本人及び保護者が署名、捺印 してください。 参加希望者が 成年の場合は本人のみが署名、捺印 してください。
(カ)返信用封筒(参加希望者宛)	必ず 角型2号 封筒を使用し、宛名の面に郵便番号、住所、氏名を記入し 140円 切手を貼付してください(参加希望者全員分を同封してください)。
(キ)返信用封筒(推薦者宛)	必ず 長形3号 封筒を使用し、宛名の面に郵便番号、住所、宛先名を記入し 82円 切手を貼付してください(1通のみ同封してください)。

※申し込み提出書類の様式は、国立登山研修所ホームページからダウンロードできます。

(2)申込先 独立行政法人日本スポーツ振興センター国立登山研修所

〒930-1405 富山県中新川郡立山町芦峯寺ブナ坂6 電話(076)482-1212 FAX(076)481-1534

(3)申込期間 **平成31年1月7日(月)～2月6日(水) 必着** ※承認通知の発送は2月中旬を予定

11 参加者の決定

(1)国立登山研修所で参加申込書類をもとに選考の上、参加者を決定します。

(2)参加の可否については、大学と参加希望者それぞれに通知します。

(3)参加承認者には日程表、個人装備表と健康診断書(当所指定の様式に限る)、保険申込書、事前課題等の提出物を同封します。

※ 健康診断書の提出に必要な経費は参加者の負担となります。

12 参加費用

(1)国立登山研修所の施設利用費(前後泊含む全日程分) 1,500円

(2)国立登山研修所における食費5食分

(朝食600円×2食、昼食700円×1食、夕食1,200円×2食) 4,300円

(3)傷害保険料 4,000円 または、5,000円 ※参加者で選択

(4)諸費用(集合写真代) 930円

(5)入山中の食費6食分、燃料等購入費 約4,000円 ※行動食4日分は参加者で準備

※ (1)～(4)は受付時に集金します(現金に限る)。なお、金額は変更する場合があります。

※ (5)は示した金額を目安に各自準備しておいてください。班毎に精算します。

13 参加申込の取り消しについて

参加申込後、何らかの理由によりやむを得ず申込を取り消す場合は、**必ず推薦者(事務担当部署)から国立登山研修所に申込取り消しの理由等を連絡してください。**

※参加希望者本人から直接国立登山研修所への申込取り消しは受け付けません。

14 その他

・別に開催する「安全登山サテライトセミナー(東京・名古屋・大阪)」にも参加されることで研修効果が高まります。いずれかの会場でセミナーに参加されることをお勧めします。

・研修会に際し、報道機関の取材・撮影が入る場合があります。

平成30年度登山リーダー冬山研修会日程表(予定)

	3月9日(土)	3月10日(日)	3月11日(月)	3月12日(火)	3月13日(水)	3月14日(木)	
	プログラム	プログラム	プログラム	プログラム	プログラム	プログラム	
	研修予定場所等	研修予定場所等	研修予定場所等	研修予定場所等	研修予定場所等	研修予定場所等	
5			起床 朝食 食堂	起床 朝食	起床 朝食	起床 班別研修	5
6		起床 清掃 所内各室等 朝食				テント撤収 幕営地出発 * 班別に決めた行動計画に従い、テント撤収有無・出発時間を決める。	6
7		研修準備 講義	研修所出発	幕営地出発	幕営地出発		7
8		講義室 「雪山での行動判断とリスク管理」 講師 杉坂勉	七姫平				8
9		全体研修 山岳スキー訓練場 雪崩浸没者捜索デモンストレーション				人津谷	9
10		班別研修 登山計画と準備	人津谷				10
11						七姫平	11
12		昼食(班別) 食堂等 *弁当配布				藤橋	12
13		班別研修 所内周辺					13
14			冬山前麓基地周辺泊	前麓基地～前大日岳間泊	冬山前麓基地周辺泊	登山研修所着 装備の整理・乾燥 入浴 昼食(班別) 食堂等 ※弁当配布 班別研修 研修会総括	14
15	受付 事務室前 14:40～オリエンテーション 所内生活の注意事項	*天気図の作成 (16時～、各班代表者)	*各班到着後テント設置・雪洞作成	*各班到着後テント設置・雪洞作成	*各班到着後テント設置・雪洞作成		15
16	閉会式 講義室 写真撮影・概念図テスト 班別研修(所内) 登山計画と準備 登山計画 行動計画 食糧計画 ※食糧注文票は19:30までに五十崎商店へ。	*登山計画及び登山の準備 *入山食準備 *装備点検	班別研修 幕営地での生活技術 *積雪観測実習	班別研修 幕営地での生活技術 *積雪観測実習	班別研修 幕営地での生活技術 *積雪観測実習	諸連絡・清掃 講師打ち合わせ会 (15:15～) 閉会式 (16:00～16:30) 解散	16
17							17
18	講義 「雪氷学の基礎」 講師 飯田望	講義 講義室 「気象遭難のリスクを減らすために登山前に行うこと」 講師 猪熊隆之	夕食	夕食	夕食		18
19	夕食準備 夕食 (講師打ち合わせ19:15～)	夕食準備 夕食 (講師打ち合わせ19:15～)	班別協議 研修第3日目の振り返り	班別協議 研修第4日目の振り返り	班別協議 研修第5日目の振り返り		19
20	班別研修(所内)	問診 研修生の健康状態の確認 班別協議 研修2日目の振り返り					20
21	研修第1日目の振り返り 就寝(宿泊室) 22:30までに消灯	入山準備 適宜入浴 就寝(宿泊室) 22:30までに消灯	就寝 テント泊	就寝 テント泊	就寝 テント泊		21

独立行政法人日本スポーツ振興センター
国立登山研修所長 殿

団 体 名
(大学、協会、連盟、山岳会、教育委員会、学校、クラブ等の名称)

所 属 長 印

所 在 地 〒

[事務担当部署・氏名

TEL]

平成30年度登山リーダー冬研修会の開催について (回答)

平成30年12月17日付け、日ス振 登 第120号で通知のあった標記のことについては、下記の者を適当と認め参加を申し込みます。

推薦 順位	氏 名	年齢	住 所	電 話	大学生のみ	
					学 部	学年
1			〒			
2			〒			
3			〒			

添付書類

- ・参加者個人票 (別紙2)
- ・登山経歴書 (別紙3)
- ・健康・体力調査票 (別紙4)
- ・参加確認書 (別紙5)
- ・返信用封筒 (参加希望者宛)
※必ず角型2号封筒を使用し、宛名の面に郵便番号、住所、氏名を記入し14.0円切手を貼付してください。
- ・返信用封筒 (推薦者宛)
※必ず長形3号封筒を使用し、宛名の面に郵便番号、住所、宛先名を記入し8.2円切手を貼付してください。

※上記の欄が足りない場合はコピー等で対応してください。

応募総数が多い場合は同一の団体(部・クラブ等)からの参加人数を調整することになりますが、その際は推薦順位上位の者から参加を認めていきますので御了承ください。

※参加申込者から取得した個人情報については、利用目的の範囲内で適切に取り扱います。

平成30年度登山リーダー冬山研修会 参加者個人票

ふりがな				性別	男 ・ 女
氏 名					
生年月日		年	月	日生	歳(平成31年1月1日現在)
現住所		〒			
		電話()		携帯電話	()
緊急連絡先 ※大学生は自宅住所と保護者名		〒			
		氏名 (保護者名)		続柄()	
		電話()		携帯電話	()
所属団体名 (大学名)					
※大学生 のみ	学部・学科名				学年
	所属クラブの名称				
所属団体住所		〒			
		電話()		携帯電話	()
所属長名					
所属団体での役職				所属年数	年

※参加申込者から取得した個人情報については、利用目的の範囲内で適切に取り扱います。

平成30年度登山リーダー冬山研修会 参加者登山経歴書

ふりがな 氏 名		所属団体名 (大学名)	
※ 大 学 生	学部・学科名	学年	
	所属クラブ の名称		

登山研修所での研修会参加歴	平成	年度	研修会
	平成	年度	研修会

- あなたがこの研修会に参加する目的について記入してください。
(どのような伝達講習をするため、どのようなリーダーになるためなど)

- 意見交換したいテーマ(クラブや山岳会の運営について、活動の活性化策など)

- 特に学びたいこと(登山技術について、体カトレーニングについてなど)

- 研修会参加後は所属クラブ等への伝達講習を実施していただきます。
伝達講習の実施状況について、追跡調査(アンケート形式)に協力いただけますか。

はい	いいえ
----	-----

NO. 2へ続く

所属団体名	氏名
-------	----

●直近3年の山行経験について回答してください。

これまでの山行日数

合計	無積雪期	日
日	積雪期	日

これまでの幕営日数

合計	無積雪期	日
日	積雪期	日

連続日数と回数

連続日数	合計回数(テント・山小屋別)
～2泊3日	回(.)
3泊4日～6泊7日	回(.)
7泊8日～	回(.)

内訳

無積雪期	積雪期
回(.)	回(.)
回(.)	回(.)
回(.)	回(.)



●主な山行歴を記入してください。

年月	日程	行程	役割 (参加人数)	山行形態	平均行動時間
		※2000m以上の山は○で囲んでください。			
記入例 HO.△月	2泊3日	奈良田-御池小屋(テント泊)-北岳-間ノ岳-農鳥小屋(テント泊)-農鳥岳-大門沢-大門小屋-奈良田	リーダー (5人)	テント泊縦走	10時間

●体格:身長 _____ cm 体重 _____ kg ●5000m走記録 _____ 分 _____ 秒

●1時間に軽装で標高差何mを登ることができますか? _____ m

●自分の体力を5段階で評価してください。 自信がある 普通 自信がない
 5 4 3 2 1

●雪崩埋没者捜索訓練を実施したことはありますか? はい いいえ

●積雪断面観測を実施したことはありますか? はい いいえ

●登山以外のスポーツ経験があれば種目と経験年数を教えてください。(例:野球3年間)

小学校(_____) 中学校(_____) 高校(_____)

健康・体力調査票

所属

氏名

年齢

歳

性別

- 1 アレルギーはありますか？ ない あるいはある(具体的に)
 ・ハチに刺されたことがありますか？ ない あるいはある(具体的に)

- 2 生活習慣 喫煙 すわない すう 1日に()本x()年間
 飲酒 しない する (種類と量)

3 既往症

4 服用している薬

5 身体状況

身長 _____ cm

体重 _____ kg

平熱 _____ °C

血圧 最高 _____ mmhg 最低 _____ mmhg

- 6 凍傷に罹患したことはありますか？ いいえ はい (罹患部位・程度:)

●健康状況について

- 日常生活
- ・疲れやすい はない あるいはいいえ
 - ・睡眠が不足している はない あるいはいいえ
 - ・普段、朝食は食べない はない あるいはいいえ
 - ・日常感じている不具合を記入してください。

- 山行中の問題点
- ・山行中に膝が痛くなる はない あるいはいいえ
 - ・重たい荷物を背負うと息が切れる はない あるいはいいえ
 - ・バランスを崩した場合、リカバリーができずよく転倒する はない あるいはいいえ
 - ・山行中は快眠(熟睡)できない はない あるいはいいえ
 - ・これまでの山行中における健康上のトラブルあれば記入してください。

● 日常的なトレーニングの様子について

・合同トレーニングを する ・ しない

・トレーニングの種目と内容

・トレーニングの頻度 1週間に 回 1回あたり 時間

※参加申込者から取得した個人情報については、利用目的の範囲内で適切に取り扱います。

参加確認書

独立行政法人日本スポーツ振興センター 国立登山研修所 (以下「国立登山研修所」という。) は、登山の健全な発展を図るため、登山指導者養成のための研修を行うことを目的として設置されております。

平成 30 年度登山リーダー冬山研修会は、大学山岳部をはじめ、登山活動を行うクラブ等のリーダー及びリーダー候補を対象に、チームに妥当な目標と計画を立案した上で、安全にそれらを達成するために必要な基本的技術や基本的状況判断力を習得するための研修を行い、チームを率いて安全で確実な登山を実践できるリーダーを養成することを目指します。

実技研修は自然の中で実施する研修であり、研修場所には予期せぬ危険性が内在しています。研修場所は雪で覆われ (氷や岩を含む。) 雪庇等があり、潜在的に雪崩、転滑落などのリスクのある場所です。あらためて、登山は危険を内包した自然の中で行われるスポーツであることを十分に認識した上で参加してください。

国立登山研修所及び実技講師は、安全管理上の指導もしますので、その指示を踏まえ安全に研修会が運営されるようご協力ください。

国立登山研修所としては、研修会における安全対策には万全を期してまいります。登山は自然の中で行う活動であるため、それでも万が一、事故が発生した場合には応急処置を施し、必要に応じて、最寄りの病院まで搬送いたします。その際、国立登山研修所職員が随行または病院に待機するとともに、ご本人の緊急連絡先に連絡いたします。

また、傷害保険につきましては国立登山研修所がご紹介しますので、かならず加入してください。

上記の留意事項をご確認いただいた上で、下記にご署名、捺印いただき、他の必要書類と併せて提出して下さるようお願いいたします。

平成 年 月 日

氏名

印 (本人署名捺印)

現住所

以上のことを確認しました。

保護者名

印 (保護者署名捺印)

現住所

※ 参加申込者が未成年(20歳未満)の場合は、保護者の方もご確認のうえ、署名捺印をお願いいたします。

平成 30 年度登山リーダー冬山研修会の概要

標高 500m の国立登山研修所に宿泊しながら、2 日間の講義・実技研修を行った後、標高 3000m 級の大日岳もしくは皷崎山に登り、テントに宿泊しながら積雪の多い山岳地帯で研修を行います。

入山中は全行程急峻な地形を含む山岳地帯での活動になり、20kg~30kg の荷物を背負って 8~10 時間行動します。