

平成30年

長野県

# 冬山情報

無事帰るまでが登山

信州山のプロフェッショナルVol.5

北アルプス登山案内人組合連合会 会長 松本正信氏

## ま え が き

何もかも凍りつくような厳寒の冬山、そこには登山者のみが味わえる絶景が広がっています。しかし、吹雪や寒冷、雪崩など、非常に厳しい自然条件下での登山となることから、冬山に挑戦する登山者は、それらを克服できる強靱な体力と確実かつ高度な技術・知識、経験と的確な判断力が必要となります。

昨年の冬山シーズン中（平成29年12月から本年3月）は40件の遭難が発生し、遭難者55名のうち11名が命を落としています。

登山をされる方は、事前に、必ず体力トレーニングを行うとともに、ピッケル・アイゼンを使用した歩行訓練を行ってください。

また、自分の体力・技術・経験に応じた山を選ぶとともに、天候や積雪の状況などの情報を必ず確認して、計画段階から厳しい冬山に対応できる装備を整え、余裕のある日程で引き返す勇気を持ち、安全な登山に心がけて下さい。

平成30年12月



# 冬山情報

平成 30 年冬山情報  
編集 長野県長野市大字南長野字幅下 692-2  
長野県警察本部山岳安全対策課  
長野県警察山岳救助隊  
発行 長野県山岳遭難防止対策協会  
(長野県観光部山岳高原観光課)

## もくじ

- 2 冬山の遭難事例 (平成 29 年 12 月～平成 30 年 3 月)
- 4 冬山で遭難しないために
- 6 山域別冬山遭難発生状況
- 7 天気概況

## 山岳情報

- |    |        |    |               |
|----|--------|----|---------------|
| 8  | 槍・穂高連峰 | 16 | 八ヶ岳連峰         |
| 10 | 後立山連峰  | 18 | 戸隠連峰、志賀高原     |
| 12 | 中央アルプス | 19 | 菅平・湯の丸高原、浅間連峰 |
| 14 | 南アルプス  | 20 | 御嶽山、奥秩父       |
- 
- 21 山岳ヘルメットを着用しましょう！
  - 22 緊急時を想定した装備品を携行しましょう！
  - 23 もしも遭難してしまったら…
  - 24 雪崩死亡事故を考える
  - 26 ロープの向こう側
  - 28 信州 山のプロフェッショナル Vol.5  
北アルプス登山案内人組合連合会 会長 松本正信氏
  - 30 白馬ルール

### 山岳情報の問い合わせは

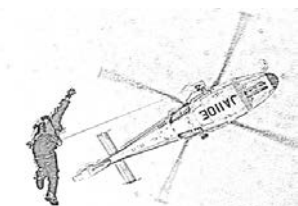
- 1 長野県警察ホームページ  
<http://www.pref.nagano.lg.jp/police/>
- 2 山岳情報電話(平日 8:30~17:15)  
**(026) 235-3611**  
長野県警察本部山岳安全対策課山岳遭難救助隊

**登山安全条例 (登山計画書の届出など) について**  
長野県観光部山岳高原観光課(平日 8:30~17:15)  
**(026) 235-7251**

# 冬山の遭難事例

◎ 態様別発生状況（H29年12月～H30年3月）\* 暫定値

原因	区分	発生件数	遭難者内訳			計
			死亡	負傷	無事救助	
転落・滑落		10	5	12		17
転倒		6		6		6
道迷い		7			13	13
雪崩		1	1			1
発病		3	1		2	3
疲労凍死傷		6	2	1	5	8
不明・その他		7	2	3	2	7
合計		40	11	22	22	55



北アルプス

## 【1/15 小遠見山】

オーストラリア 35歳 男性  
小遠見山北側斜面をスノーボードで滑走中、  
立木に衝突し、負傷

## 【1/20 小蓮華山】

東京都 40歳 男性  
船越ノ頭付近をスノーボードで滑走中、  
雪崩に巻き込まれ、死亡

中央アルプス

南アルプス

## 【3/3 宝剣岳】

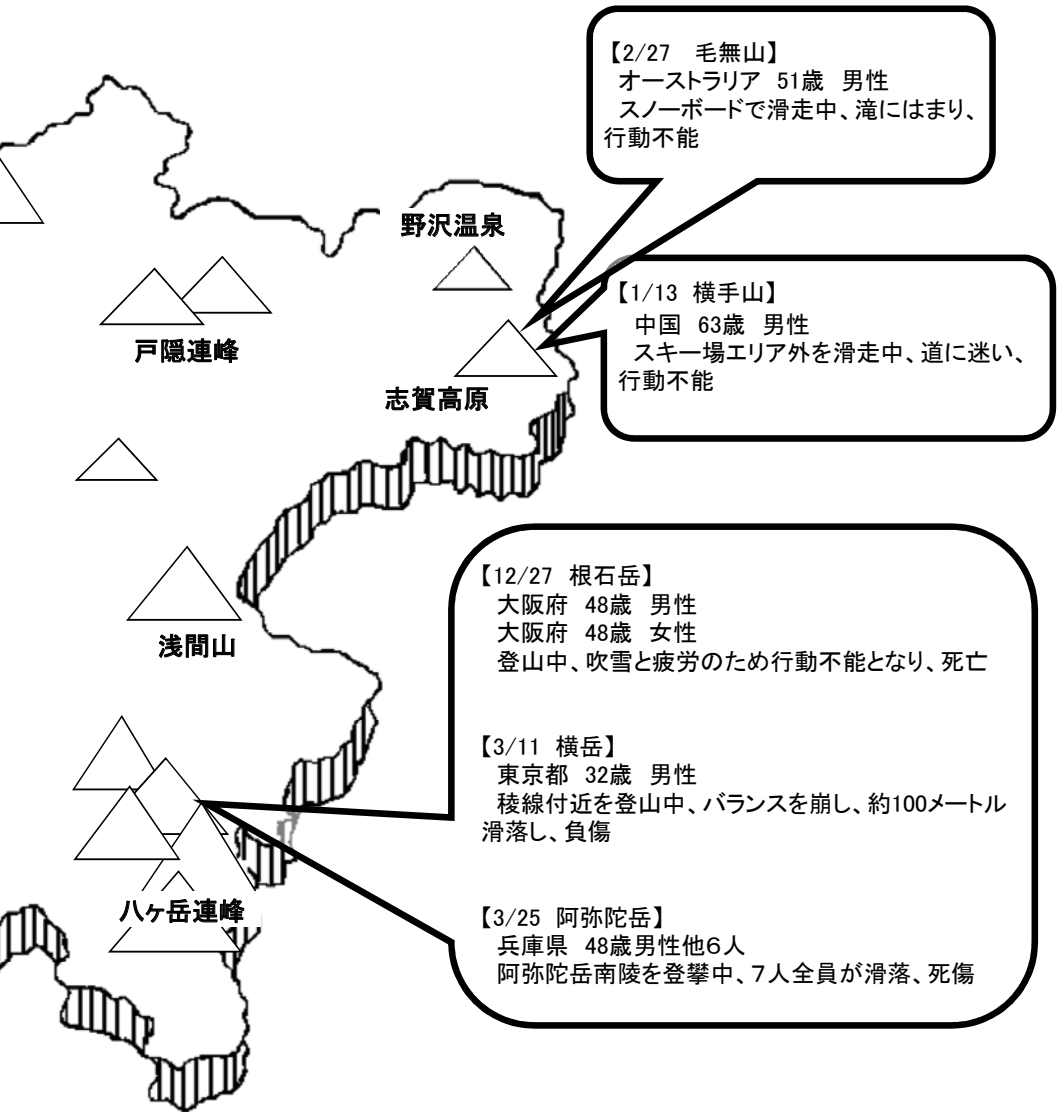
愛知県 45歳 男性  
宝剣岳山頂付近を登山中、何らかの原因により滑落、死亡

## 【3/9 宝剣岳】

愛知県 48歳 男性  
山頂から下山中、道に迷い、行動不能







◎ 過去5年間の発生状況

原因	発生件数	遭難者			計
		死亡※	負傷	無事救助	
平成26年	28	7	19	17	43
平成27年	35	11	22	9	42
平成28年	37	8	20	19	47
平成29年	50	13	26	23	62
平成30年	40	11	22	22	55

※死者数には、行方不明者を含む

# 冬山で遭難しないために ～遭難は他人事ではありません～

## ◎ 周到な計画を！

登山計画に無理があったり、装備が不十分だと、遭難につながるおそれがあります。

冬山は、一旦天候が悪くなると数日間吹雪が続くことがあるため、予定を変更して滞在（停滞）したり、撤退をしなければならない場合があります。

余裕ある日程と自分の体力・技術・経験に応じたコース選定や携行する装備などを十分検討して計画を立てましょう。特に、撤退する判断は遅れないように注意して下さい。



## ◎ 雪崩に注意！

気温の上昇や、積雪状況によっては雪崩が発生しやすくなります。

必ず雪崩ビーコンを携行するとともに、積雪、降雪の状況や気温の変化にも十分注意して、登山ルートやテント設営場所を慎重に選定しましょう。



八ヶ岳連峰で発生した雪崩跡

## ◎ 単独登山は大きなリスク！

単独登山者は、疲労や怪我で行動ができなくなった時、携帯電話等の通信手段が不通の場合、助けを呼ぶことができず、救助が遅れたり、行方不明となる可能性があります。

単独登山は控え、パーティを組んで登山をするとともに、単独登山をする場合は、必ず家族や友人などに登山計画を知らせておきましょう。

## ◎ 転倒・滑落しないために

山岳遭難の態様で最も多いのが転倒・滑落です。

雪上斜面で転倒や滑落をすれば、停止することが難しく、大怪我や命をおとす可能性があります。

雪山登山をする場合、ピッケルやアイゼン等の装備の使い方を正しく理解し、雪上の歩き方やピッケルを使った滑落停止等の雪上技術を身につけてから入山するようにしましょう。



雪上で救助活動中の県警救助隊員

## ◎ 必ず登山計画をたて、家族や友人等と共有しましょう！

登山で行方不明となった人を迅速に捜索し、救助するためには、帰宅しないことに最初に気が付く家族や友人等に、あらかじめ登山計画を伝えておくことが大切です。

長野県では平成28年7月1日から「長野県登山安全条例」により指定登山道を通行する場合は、登山計画書の届出が義務化されました。

なお、登山計画書は迅速な救助活動のため、検索しやすい「コンパス」を利用したインターネットによる作成、提出を推奨します。

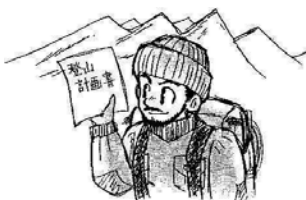
★日本山岳ガイド協会運営の「コンパス」

<http://www.mt-compass.com>



★長野県ホームページ（電子申請）

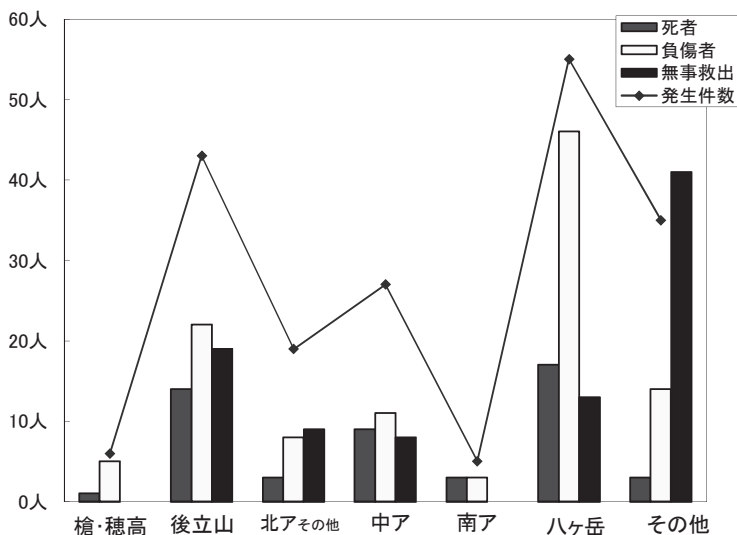
<http://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/tozanjorei/tozanjorei.html>



家族や友人に  
登山計画を託しましょう

# 山域別冬山遭難発生状況

過去5年間（平成26年～平成30年）の累計



山域別	発事件数	死者	負傷者	無事救出	計
北 槍・穂高連峰	6	1	5	0	6
後立山連峰	43	14	22	19	55
ア その他	19	3	8	9	20
中央アルプス	27	9	11	8	28
南アルプス	5	3	3	0	6
ハケ岳連峰	55	17	46	13	76
その他の山岳	35	3	14	41	58
合計	190	50	109	90	249

○北アルプスの後立山連峰周辺ではバックカントリースキー中の道迷いによる行動不能、転倒による負傷、雪崩による行方不明等の遭難が増加しています。

○ハケ岳は、アプローチが比較的容易な山域として人気がありますが、凍結や積雪のある急峻な尾根のルートが多いため、滑落等の遭難が多発しています。また晴天でも稜線等で受ける強風は低体温症に陥るおそれがあり注意が必要です。例年、パリエーションルートでの滑落事故が発生しています。自分の実力に見合ったルート選択を心がけましょう。

○中央アルプスではロープウェイを利用して千畳敷から比較的容易に稜線にアプローチができるため、準備や経験不足の登山者が遭難する傾向にあります。冬季の宝剣岳及び木曾駒ヶ岳周辺の稜線は滑落の危険の高い熟達者向きのコースです。初級者や単独での入山は控えて下さい。



# 天気概況

平成30年11月21日  
気象庁地球環境・海洋部 発表

## ○ 3か月予報(関東甲信越地方)

12月	平年と同様に晴れの日が多い。 気温は平年並か高い。 降水量はほぼ平年並。
1月	平年と同様に晴れの日が多い。 気温は平年並か高い。 降水量はほぼ平年並。
2月	平年と同様に晴れの日が多い。 気温は平年並か高い。 降水量はほぼ平年並。



天候判断は重要です！！

- ◎ 長野県の北部(日本海寄り)と南部(太平洋寄り)では、冬季の気候に大きな違いがありますが、いずれの山域でも気象の影響による遭難が後を絶ちません。

稜線上で強風、寒気等により低体温症となったり、積雪状況や気温の変化により雪崩が発生し、巻き込まれる遭難が発生しています。

- ◎ 冬山では、悪天候が予想される際に「前進」か「停滞」か、あるいは「撤退」するか状況判断が重要です。判断を誤ると低体温症や食糧不足等に陥って遭難するケースも考えられます。入山前に最新の気象情報をチェックするとともに入山中也携帯電話やラジオ等で気象情報の入手に努めましょう。また、悪天候等で予定どおり行動ができないことを想定して、計画段階から必ず予備日を設けるようにしましょう。

- ◎ 冬山では凍傷や低体温症になるリスクが高くなります。

吹きさらしの稜線や風雪時は、長時間の行動を控え、安全な場所で待機し、場合によっては撤退も考え、無理のない行動をしましょう。

# 槍・穂高連峰

## ア 積雪の状況

山 岳 ( 地 籍 )	年 末 年 始 の 平 年 量 ( m )
上高地、徳沢園一帯	0.5 ~ 1.0
岳沢、澗沢、槍沢 ( 槍ヶ岳 )	2.0 ~ 3.0
西穂山荘一帯	1.0 ~ 1.5
穂高連峰稜線	0.5 ~ 1.5
槍ヶ岳、西岳一帯	0.5 ~ 1.5
燕岳、大天井岳一帯	0.5 ~ 1.5
蝶ヶ岳、常念岳一帯	0.5 ~ 1.5
乗鞍岳位ヶ原一帯	1.5 ~ 2.0

※ 雪びは、例年岐阜県側からの強風により、稜線で長野県側に、横尾尾根は槍沢側に大きく張り出します。

## イ 雪崩の危険箇所

岳沢・澗沢・槍沢一帯、横尾本谷、千丈沢、天上沢、大天井岳東斜面、一の沢、県道上高地公園線、県道中房線（宮城ゲート～中房温泉）

## ウ 迷いやすい場所

奥穂高岳山頂一帯、蝶ヶ岳山頂一帯、大天井岳一帯、中岳から大喰岳一帯、乗鞍岳一帯は、荒天の視界不良時は特に注意しましょう。

## エ 登山相談所の開設予定

- ・宮城ゲート前（予定） 12月28日 ~ 12月30日
- ・中の湯釜トンネル前 12月28日 ~ 12月31日

## オ 交通機関等

- バス
  - ・新島々駅～乗鞍高原
  - ・松本ハスターミナル～岐阜県高山市
  - ・松本ハスターミナル～（平湯乗換え）岐阜県新穂高
- タクシー
  - 地元の各タクシー会社に要確認
- 冬期閉鎖道路
  - ・県道上高地公園線
    - ※中ノ湯一帯は駐車厳禁（登山者車両は沢渡駐車場へ）
  - ・県道槍ヶ岳矢村線（中房線）宮城ゲート～中房温泉

アルピコ交通株式会社  
(0263-28-3111)

## カ その他

焼岳及び乗鞍岳は活火山で、平成30年11月30日現在、焼岳は気象庁が発表する「噴火警戒レベル1」、乗鞍岳は警戒レベルの指定はありませんが「活火山であることに留意」となっています。

警戒レベルは変更される場合があることから、必ず入山前に情報を確認して下さい。



# 後立山連峰

## ア 積雪の状況

山岳(地籍)	年末年始の平年量(m)
爺ヶ岳、鹿島槍ヶ岳	1.0 ~ 2.0
赤岩尾根、遠見尾根	1.0 ~ 1.5
五竜岳、唐松岳	1.0 ~ 2.0
八方池山荘	1.0 ~ 1.5
白馬岳	1.0 ~ 2.0
拇池スキー場拇の森	1.0 ~ 2.0

※ 雪びは、例年富山県側からの強風により、稜線で長野県側に大きく張り出します。

## イ 雪崩の危険箇所

各沢筋(針ノ木雪渓、扇沢、カクネ里、唐松沢、鍵温泉、白馬大雪渓)

## ウ 迷いやすい場所

裏銀座コース、遠見尾根(地蔵の頭付近)、八方尾根(八方池山荘～丸山までの間)、白馬大池一帯、天狗原一帯は、荒天の視界不良時は特に注意。

## エ 登山相談所の開設予定(12月28日～31日)

- ・ JR信濃大町駅前      ・ 七倉登山相談所      ・ JR白馬駅前
- ・ 五竜ゴンドラ駅      ・ 八方ゴンドラ駅      ・ 拇池ゴンドラ駅

## オ 交通機関等

### ○ バスの運行

- ・ JR信濃大町駅～日向山      北アルプス交通とアルピコ交通の共同運行(0261-22-0799)
  - ・ JR白馬駅～拇池
  - ・ JR長野駅～八方
  - ・ JR長野駅～八方～拇池
  - ・ 八方～コルチナ
  - ・ 八方～岩岳
- } アルピコ交通白馬営業所(0261-72-3155)

ゴンドラリフト 運行時間	五竜遠見スキー場 8:15～16:30	八方尾根スキー場 8:00～16:40	拇池スキー場 8:00～16:30
問い合わせ先	0261-75-2101	0261-72-3280	0261-83-2255

(天候により最終時間変更の場合あり)

## カ その他

後立山連峰では、登山者や山スキーヤー等が**強風や吹雪の中で、道に迷ったり低体温症となる遭難**が発生しています。



また、バックカントリースキーは雪崩の危険があります。



# 後立山連峰

クラストしたやせ尾根滑落注意

凡例

-  営業山小屋
-  冬期避難小屋

この山域では冬の気圧配置となった場合には吹雪など大荒れとなり、悪天候が長期間続く場合があるので注意

毎年、山スキー等によるゲレンデ外滑走による雪崩事故が発生しているので注意

八峰キレットは、クライミングが必要な危険ルートで注意が必要

スキー、ボードで滑走中、立木衝突多発、また悪天候時に迷いやすいので要注意

雪崩に要注意

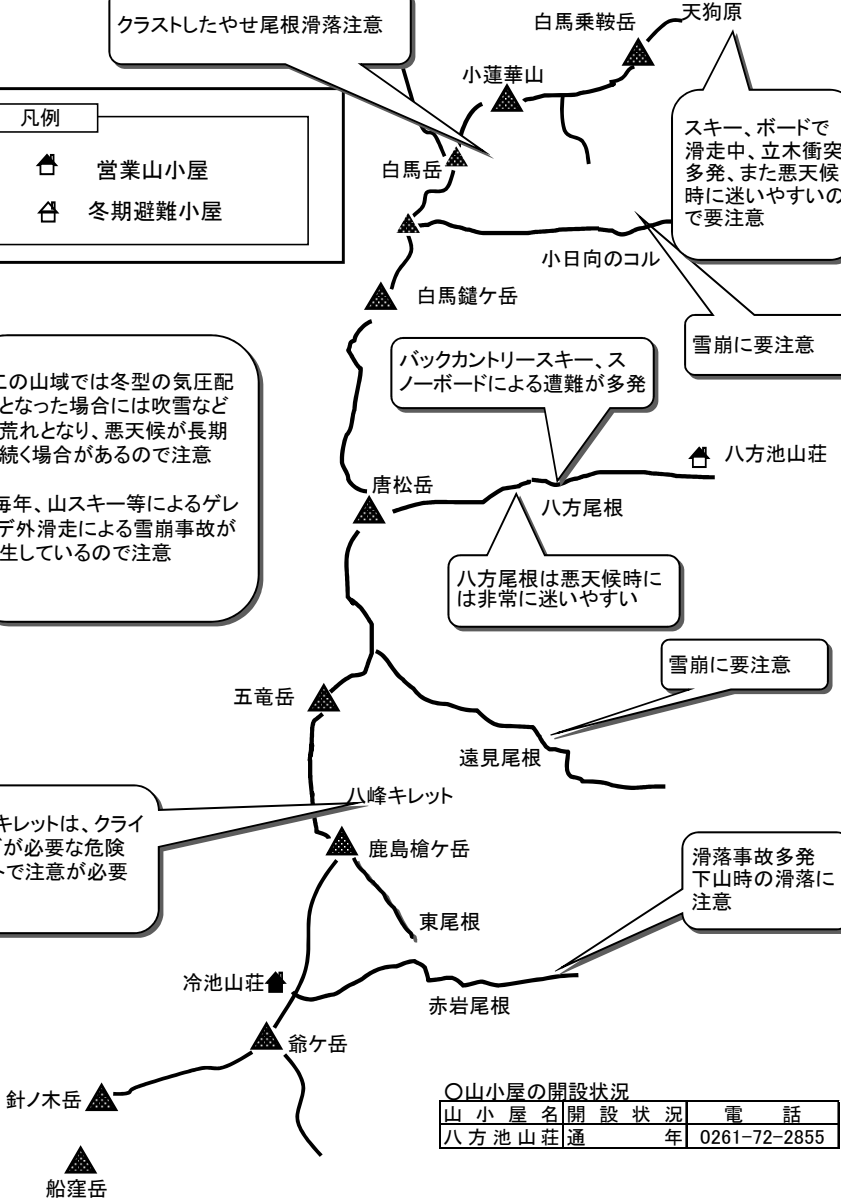
バックカントリースキー、スノーボードによる遭難が多発

八方池山荘

八方尾根は悪天候時には非常に迷いやすい

雪崩に要注意

滑落事故多発  
下山時の滑落到注意



## ○山小屋の開設状況

山小屋名	開設状況	電話
八方池山荘	通年	0261-72-2855

# 中央アルプス

## ア 積雪の状況

山 岳 (地 籍)	年末年始の平年量(m)
千畳敷カール一帯	1.0～1.5
稜線付近	0.3～1.0
木曾駒ヶ岳一帯	0.3～1.0

## イ 雪崩の危険箇所

千畳敷カール及び各沢筋。特に千畳敷カール内では、過去に何度も雪崩遭難が発生しています。

## ウ スリップの危険箇所

**宝剣岳一帯(滑落の危険性大!!)**。木曾駒ヶ岳往復は中岳の木曾側トラバースルートは通行しないで稜線ルートを通ること。空木岳北稜(木曾殿越からの登り)空木岳池山ルート(迷い尾根、大地獄、小地獄)。

仙涯嶺、濁沢大峰～檜尾岳間の岩場、檜尾根

※ 宝剣岳、木曾駒ヶ岳は、滑落する危険が高いためピッケル、アイゼン、ザイルを必ず携行するとともにそれらの取扱いに習熟しておきましょう。

## エ 迷いやすい場所・コース

池山ルート of 迷い尾根。檜尾根(赤沢の頭付近)。宝剣岳～木曾駒ヶ岳、越百山付近は、荒天で視界不良時は特に注意しましょう。

## オ 登山相談所の開設予定(年末年始)

・千畳敷相談所(ホテル千畳敷、ロープウェイ駅) 通年開設

※12月15日、22日、29日～31日、1月4日～8日(相談員2名常駐)

## カ 交通機関等

### ○ バスの運行

・JR駒ヶ根駅～しらび平 中央アルプス観光 (0265-83-3107)

・JR木曾福島～大原公民館 おんたけ交通 (0264-22-2444)

### ○ ロープウェイ(通年)しらび平～千畳敷 (9時～16時)

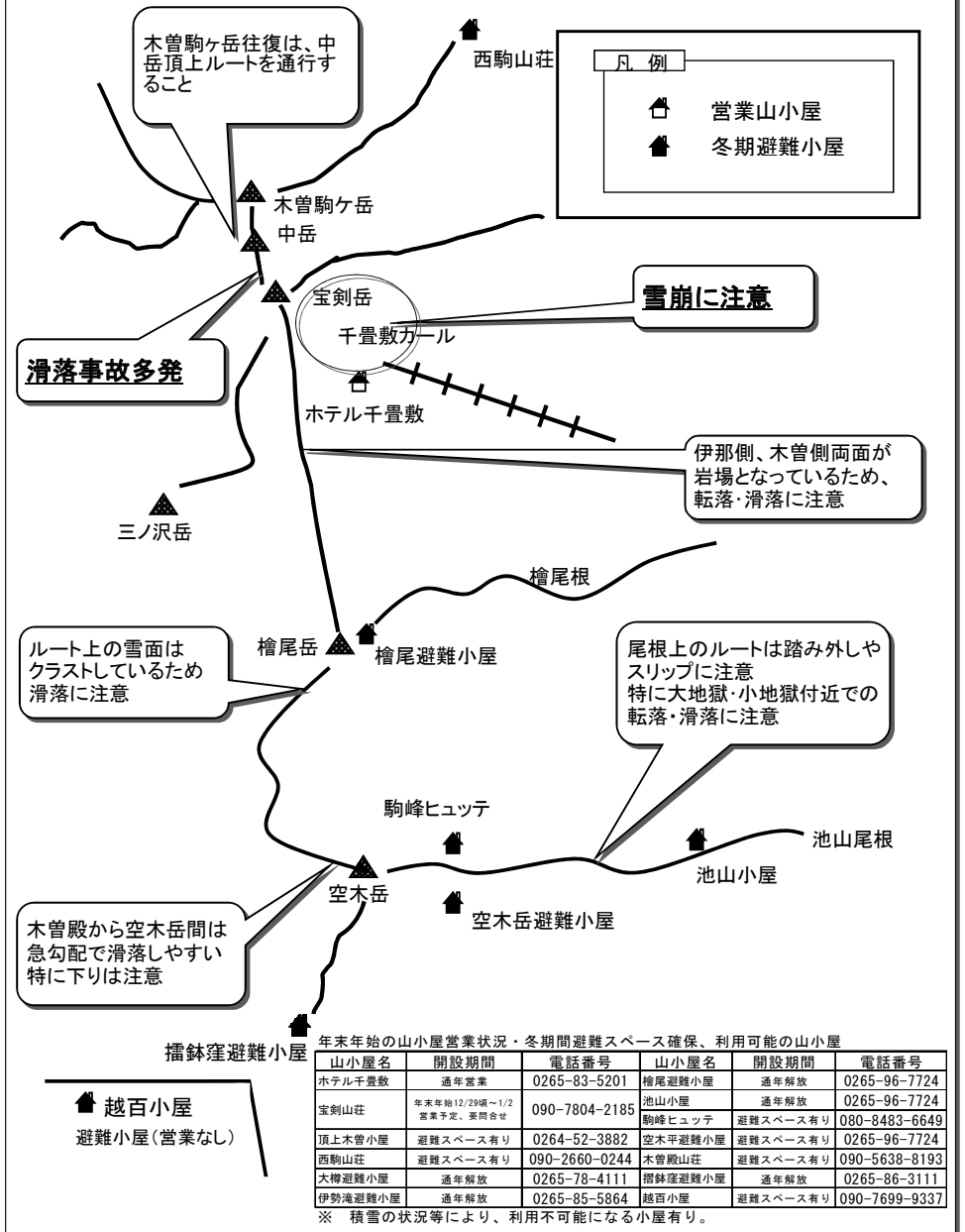
中央アルプス観光 (0265-83-3107)

### ○ マイカー規制

県道駒ヶ岳公園線は、黒川平(新太田切発電所ゲート)～しらび平までマイカー通行禁止です。

菅の台の駐車場(有料)に駐車し路線バスを利用して下さい。

# 中央アルプス



# 南アルプス

## ア 積雪の状況

山 岳 ( 地 籍 )	年末年始の平年量(m)
甲斐駒ヶ岳	0.5 ~ 1.5
仙丈ヶ岳	1.0 ~ 1.5
北沢峠	0.3 ~ 1.0
塩見岳	1.0 ~ 1.5
駒津峰	0.5 ~ 1.0
赤石岳～上河内岳	1.0 ~ 1.5

※ 雪びは、例年甲斐駒ヶ岳、仙丈ヶ岳、駒津峰などでは山梨県側へ、塩見岳や荒川岳では長野県側へ、小赤石岳では静岡県側へそれぞれ張り出します。荒天時はマイナス20度、風速20m以上になります。

## イ 雪崩の危険箇所

鋸岳第1高点～第2高点の間の下部、甲斐駒ヶ岳六方石～摩利支天、仙丈ヶ岳大平山荘～藪沢新道、仙丈ヶ岳五合目～馬の背の間は特に危険性が高く立入らないこと。荒川岳頂上付近及び中腹南面、大聖寺平直下、塩見岳天狗岩周辺、赤石岳西稜、百間平付近大沢岳頂上付近、兔岳東南稜、上河内岳頂上付近も要注意です。

## ウ 迷いやすい場所

各頂上付近、稜線では積雪により登山道が判然としないため荒天で視界不良時には特に注意しましょう。

甲斐駒ヶ岳一帯、仙丈ヶ岳一帯、塩見岳一帯、荒川小屋～大聖寺平～赤石岳小渋広河原への下山分岐、面平、三吉平一帯は荒天時は特に注意しましょう。

## エ 登山相談所の開設予定（年末年始）

- ・戸台の河原

## オ 交通機関

○ バスの運行(問い合わせ先)

- ・ JR伊那北駅～伊那里方面 JRバス関東(0265-73-7171)
- ・ JR伊那大島駅～大鹿村鹿塩・大河原行き 伊那バス (0265-72-5111)
- ・ JR平岡駅～和田行き 信南交通 (0265-24-0009)



## カ その他

- ・ 大沢岳登山口に通じる林道は当分の間通行止めです。
- ・ しらびそ峠方面道路は、冬期間閉鎖されます。(4月上旬まで)
- ・ 北又渡から易老渡、便ヶ島方面は路肩崩壊のため、全面通行止めです。



# 南アルプス

## 凡例

-  営業山小屋
-  冬期避難小屋

山小屋名	開設状況	電話
長衛小屋 完全予約制 素泊まりのみ	12/29～1/5	090-2227-0360 期間外 090-8485-2967
北沢峠こもれび山荘 (完全予約制)	12/25～1/5	080-8760-4367 期間外 0265-94-6001

駒津峰からの下り  
踏み抜き・スリップ注意  
また視界不良時の道迷  
い注意

稜線付近アイスバーン  
滑落注意。荒天時は迷  
いやすい。特に小仙丈  
直下トラバースで事故  
多発、要注意

稜線クラスト  
滑落注意

山頂付近岩盤もろく、雪面クラスト  
転落・滑落・落石要注意

急斜面雪崩注意

荒天時迷いやすい

静岡側へ大きな雪びの張り  
出しあり要注意

急なやせ尾根  
転落・滑落到注意

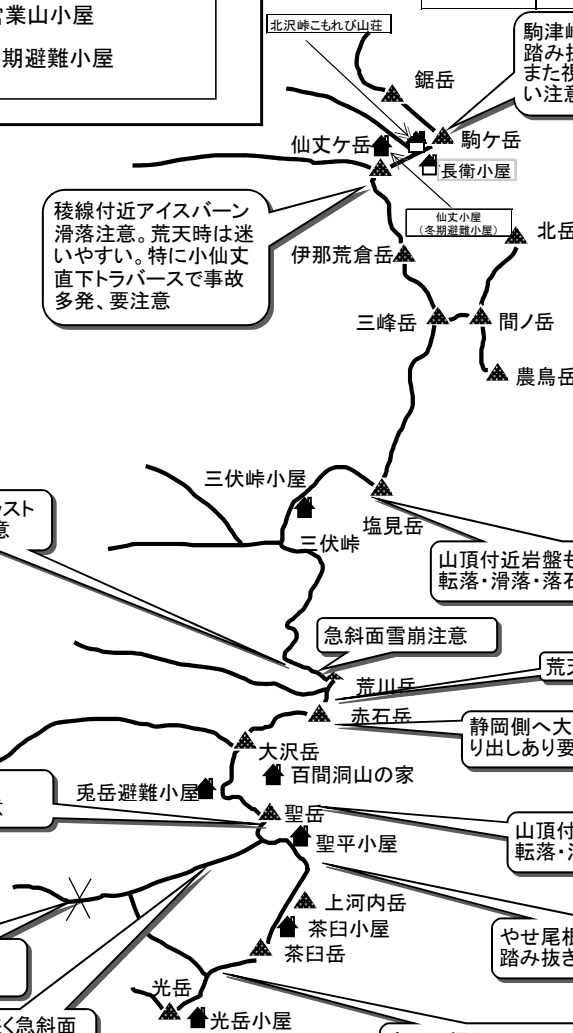
山頂付近岩盤もろく  
転落・滑落・落石要注意

路肩崩壊により  
全面通行止め

やせ尾根通過時、雪び  
踏み抜きスリップ注意

登山道狭く急斜面  
転落、滑落到注意

広い尾根上のルート  
荒天時迷いやすい



# 八ヶ岳連峰

## ア 積雪の状況

山 岳	年末年始の平年量(m)
赤岳鉱泉一帯	0.3～0.8
南八ヶ岳稜線	0.2～0.5
北八ヶ岳一帯	0.5～1.0

※ 雪びは例年、硫黄岳～赤岳間や東天狗岳の稜線で佐久側（東側）に張り出します。

## イ 雪崩の危険箇所

横岳一帯（アイスクライミング対象の沢筋）、天狗岳の佐久側、阿弥陀岳～中岳周辺の各沢筋、大天狗～小天狗までの県界尾根

※ 過去には、阿弥陀岳直下及び中山尾根上部の各沢筋や、赤岩の頭付近の斜面において雪崩による遭難が発生しています。特に降雪後や気温上昇時には表層雪崩の危険性が高くなるので慎重に行動してください。

## ウ スリップの危険箇所

南八ヶ岳の各頂上及び稜線一帯、天狗岳周辺、北横岳～双子池、將軍平～蓼科山頂

## エ 登山相談所の開設予定(年末年始)

- ・美濃戸口、奥蓼科
- ・稲子湯唐沢橋

## オ 交通機関等

- バスの運行
  - ・ JR茅野駅～美濃戸口
  - ・ JR茅野駅～奥蓼科

アルピコ交通(株)茅野駅前案内所  
(0266-72-2151)
- 北八ヶ岳ロープウェイ [通年運行9時～16時] (0266-67-2009)
- 国道299号線は4月下旬まで通行止めです。

## カ その他

- 八ヶ岳連峰はアプローチが容易なことから、冬山の入門コースとして人気がありますが、稜線付近は西風が強く、凍結した斜面や岩場が連続します。確実な技術としっかりとした冬山装備が必要です。
- 毎年、バリエーションルートでの滑落遭難が発生しています。自分の実力に見合ったルート選択を心がけてください。



## 戸 隠 連 峰

### ア 積雪の状況

山 岳	年末年始の平年量 (m)
戸 隠 山	1.0 ~ 1.5
西 岳	1.0 ~ 1.5
高 妻 山	1.0 ~ 1.5
黒 姫 山	1.0 ~ 1.5

### イ 雪崩・スリップ等の危険箇所

- 西岳一帯、蟻の戸渡
- 西岳～本院岳一帯、本院岳～八方睨～一不動、表山百間長屋～西窟、稜線上の斜面及び帯岩、大洞沢、八方睨～西岳の分岐、西岳P1尾根～上楠川への下りコース(猿の踊り場～天狗原)、高妻山八丁ダルミから上部
- 九頭龍山手前、一不動付近は裾花川方面に、西岳P1の下りは鬼無里方面(P2、P3方面)に迷いやすいので注意しましょう。
- 黒姫山、佐渡山付近ではバックカントリスキー中の道迷い遭難が発生しているので視界不良時等は注意が必要です。

### ウ バスの運行 (問い合わせ先)

長野バスターミナル～長野駅～戸隠スキー場      アルピコ交通(026-254-6000)

### エ その他

- 戸隠は、標高が低くアプローチは短い、気象条件は北アルプスと変わらないので、天候や積雪状況をよく見極めて入山しましょう。

## 志 賀 高 原

### ア 積雪の状況

年末年始は、平年1.0m前後

### イ 雪崩の危険箇所

岩菅山ノッキリ付近、笠岳松尾根、横手山横吊付近で発生が予想されます。

### ウ 迷いやすい場所

- 焼額山スキー場～竜王ツアーコース、洗峠～山田牧場ツアーコース  
ノノ瀬コースは、視界不良時は特に注意
- 横手山(ガラン沢方面)の立入禁止区域に迷い込みやすいので注意しましょう。

### エ バスの運行 (問い合わせ先)

・長野電鉄湯田中駅 ～ 硯川・奥志賀      長電バス(0269-33-2563)



## 菅平・湯の丸高原

### ア 積雪の状況

根子岳、四阿山一帯で、年末年始は平年0.5～1.0m

湯ノ丸山、烏帽子岳で、年末年始は平年0.3～0.5m

雪びは、例年根子岳、四阿山とも北西側へ、烏帽子岳は北東側へ張り出します。

### イ 危険箇所

根子岳～四阿山縦走コース、烏帽子岳尾根付近はスリップしやすいので注意しましょう。

湯ノ丸山頂～角間峠、烏帽子岳山頂～真田方面、四阿山頂～群馬県パルコル孺恋スキー場と菅平高原・四阿高原方面は迷いやすいので注意しましょう。

### ウ 登山相談の開設予定

- |                 |      |                |
|-----------------|------|----------------|
| ・菅平高原国際リゾートセンター | (通年) | (0268-74-2003) |
| ・湯の丸高原ホテル       | (通年) | (0268-62-0376) |
| ・ロッチ花紋          | (通年) | (0268-64-3377) |

### エ バスの運行 (問い合わせ先)

- |               |      |                |
|---------------|------|----------------|
| ・JR上田駅～菅平高原   | 上田バス | (0268-22-1504) |
| ・しなの鉄道小諸駅～湯ノ丸 | 千曲バス | (0267-22-2100) |
- (運行日の確認を)

## 浅間連峰

### ア 浅間山の登山規制

浅間山周辺は、災害対策基本法に基づく「警戒区域」として、山頂火口から4km以内は立入禁止区域となっています。

ただし、噴火警戒レベルに応じ、登山道のみ立ち入りを認めています。

浅間山は平成30年11月30日現在、気象庁が発表する「噴火警戒レベル1」で入山規制がされています。火口から概ね500m、前掛山の山頂までの登山が可能です。

噴火警戒レベルは変更になる場合があることから、必ず入山前に情報を確認してください。

詳しくは、

小諸市役所 (0267-22-1700)

軽井沢町役場 (0267-45-8111)

へお問い合わせください。

# 御 嶽 山

## ア 御嶽山の登山規制

御嶽山は平成26年9月27日に水蒸気噴火が発生し、平成30年11月30日現在、噴火警戒レベル1（活火山であることに留意）です。

火口周辺は、突発的な噴火に対する安全対策を講じる必要があるため、災害対策基本法に基づく警戒区域を火口から概ね1km以内として立入を禁止しています。

規制エリアは変更になる場合があることから、必ず入山前に情報を確認してください。

詳しくは、

木曾町役場（0264-22-3000）

王滝村役場（0264-48-2001）

へお問い合わせ下さい。

# 奥 秩 父

## ア 積雪の状況

奥秩父連峰一帯の頂上及び稜線で、年末年始は平年0.3～0.6m

## イ 危険箇所（迷いやすい場所）

金峰山小屋下方の樹林帯は、登山道が積雪で埋まると迷いやすいです。

## ウ バスの運行

・JR信濃川上駅～梓山・川端下

川上村営バス(0267-97-2121)

活火山とは...

火山噴火予知連絡会は、活火山を「概ね過去1万年以内に噴火した火山及び現在活発な噴火活動のある火山」を定義しています。

日本には、110の活火山（平成25年3月現在）があり、そのうち長野県内及び近隣には10の活火山があります。

- 長野県内の火山  
浅間山、御嶽山、焼岳、乗鞍岳、アカンダナ山、横岳
- 近隣の火山  
草津白根山、新瀉焼山、妙高山、弥陀ヶ原

# 山岳ヘルメットを着用しましょう！

県遭対協では、平成25年度から滑落、転落、転倒事故の多い山域を「山岳ヘルメット着用奨励山域」に指定し、登山時のヘルメット着用を呼びかけています。積雪期の登山はスリップによる滑落の可能性が高まります。ロープで安全を確保するとともに、ヘルメットを着用し頭部を守りましょう。

## ヘルメット着用の効果が認められた遭難事故の実例



平成26年1月

八ヶ岳連峰阿弥陀岳から行者小屋方面に向けて下山中、立場沢方面に約300m滑落。腰部を骨折する重傷を負うも、ヘルメットを着用しており、**頭部の負傷なし。**



頭部のヘルメットを確認したところ、大きなくぼみがあり、衝撃の激しさを表しています。

もし、ヘルメットを着用していなければ・・・

長野県山岳遭難防止対策協会

## 緊急時を想定した装備品を携行しましょう！

冬山では、遭難が発生した際に、二重遭難の危険性(雪崩、落石等)や天候等により、救助ヘリや救助隊が容易に近づくことができない場合があります。

日帰りのスキーや登山であっても、必ず緊急時に対応できる装備品を携行しましょう。



冬季装備品の例

冬山登山は、夏山装備のほかに、ピッケルやアイゼン等重量のある装備品が必需品であり、夏山登山に比べて荷物は重くなります。

荷物の軽量化のために、必要な装備まで削っていませんか？

アクシデントに遭遇した際、命に関わる大きなリスクを伴います。

入山前に、必要な装備品を準備するとともに、使いこなせるようトレーニングを行いましょう。

# もしも遭難してしまったら…

登山中、予期せぬアクシデントにより行動不能となり、仲間内での救助や自力下山ができない場合は、救助要請をすることになります。

現在は、山岳地帯でも携帯電話の通話エリアが広がり、携帯電話による救助要請が多くなりましたが、携帯電話が通じない場所では通り掛かりの登山者や仲間に救助要請を託すことになります。

以下の項目は救助要請時に救助者側が必要になる情報です。あらかじめ項目に沿ったメモ等を作成しておくとい良いでしょう。

また、単独登山で遭難して救助要請ができない場合は、登山計画書を唯一の手掛かりになります。必ず、登山計画書を作成・提出し、家族や友人等にも託しておきましょう。

## 救助要請時に伝える事項

### ①遭難者本人に関すること

- ・ 傷病の部位、程度
- ・ 氏名、年齢、住所、携帯電話番号
- ・ 緊急連絡先
- ・ 着衣等の色（帽子・上衣・下衣・ザック）
- ・ 通信手段と電池残量
- ・ ビバーク装備の有無



### ②現場の状況に関すること

- ・ 天候、視界（上空と水平）、風の強さ
- ・ 場所

具体的な目標物による指示⇒「〇〇登山口と〇〇分岐の間」  
GPS端末による緯度経度など

### ③その他

- ・ 通報者の氏名、連絡先（第3者や仲間による要請の場合）
- ・ 登山日程、今後の行動予定
- ・ 登山計画書の提出の有無（提出先）
- ・ 山岳保険加入の有無 など



- \* 長野県では条例により、指定登山道を通ずる際は、登山計画書を長野県知事宛に届け出ることが義務付けられています。
- \* 山岳遭難は、費用が発生する場合がありますので、山岳保険への加入をお勧めします。
- \* 山岳遭難は、全て報道機関へ広報されます。

# 安全な登山を Safety Mountaineering



## 雪崩死亡事故を考える

本格的な冬山シーズンを迎え、いろいろな山行計画を立てている方も多いと思います。冬季山岳の危険である雪崩を、皆さまにお考えいただくヒントとして雪崩死亡事故のデータを整理しました。

### 年平均6件9人

#### 8割がレクリエーション

過去28年間で150件以上の死亡事故が発生し、250名近い方が亡くなっています。これは年平均6件の死亡事故が起こり、9名が亡くなることとなります。死者の8割をレクリエーションが占めており、積雪が不安定な期間と週末が重なると死亡事故が多発する傾向があります。一方、著しい暖冬少雪の年は死者数が減少します。昨シーズンは1件の雪崩死亡事故が発生し、1名が亡くなりました。死亡事故及び死者数は少ないシーズンでしたが、怪我人が発生する雪崩インシデントは複数報告されています。→図1

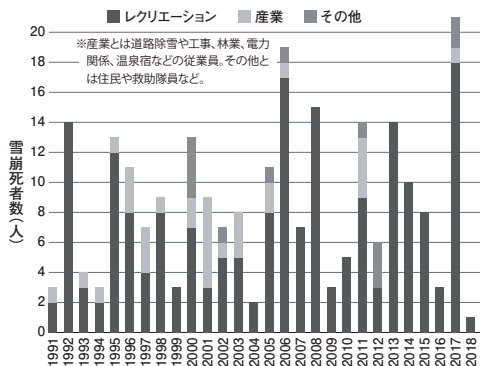


図1: 雪崩死者数の推移 (1991-2018)



## 登山の死者が減り

### 滑走での死者が増加する傾向

レクリエーションのカテゴリにおける山岳での雪崩死者数を5年ごととまとめました。これにより、登山の死者が減り、滑走での死者が増えていることがわかります。この雪崩死者において、登山の8割、滑走の4割は、山岳会や大学山岳部などの組織に属した方です。また、滑走者においては、バックカントリー初級者の死者はとてども少なく、一般的に「経験ある」と表現される熱心な山岳ユーザーが典型例です。→図2

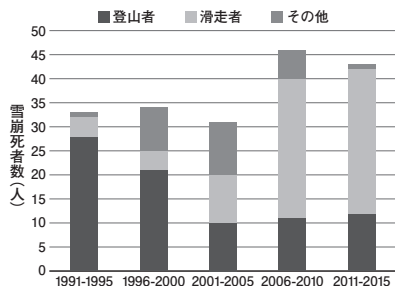


図2: 山岳における雪崩死者の活動別推移 (1991-2015)

## 死者の8割が男性

### 30～40代で半数を占める

レクリエーションのカテゴリにおける雪崩死者の8割が男性です。また、年齢構成をみると30代～40代で死者の半数を占め、夏山の死者の傾向とは大きな違いとなっています。最年少は18歳、最年長は76歳です。また、24歳以下の死者の半数が大学生です。→図3

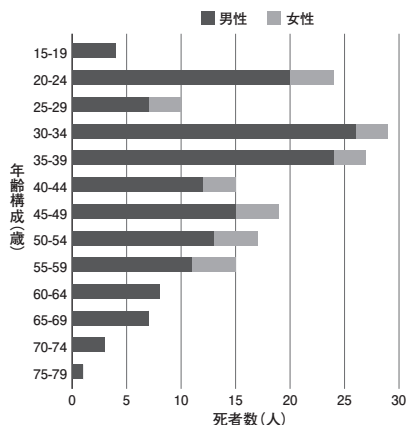


図3: レクリエーションにおける死者の年齢構成 (1991-2015)

## 山岳での死亡事故の7割で

### 複数人が雪崩に巻き込まれている

山岳での雪崩死亡事故において、一つの雪崩に同時に複数の人が巻き込まれるケースが7割を占めます。雪崩地形とグループマネジメントの整合が悪いと、事故は大きなものとなり、捜索救助活動は困難を極め、生存救出の可能性も下がります。休憩する時は雪崩地形を外す、雪崩の危険に曝される場所では間隔を空けるといった、昔から指摘されている行動様式を守ることが大切です。→図4

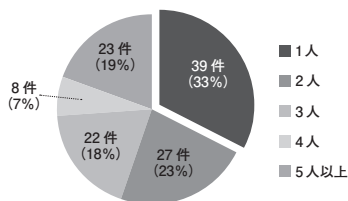


図4: 山岳での雪崩死亡事故における雪崩遭遇人数の割合 (1991-2015)

## 登山の死者の9割が

### 雪崩ビーコンを携帯していない

最近10年間のデータによると、登山者の死者の9割がビーコンを装着していません。1993年に国産の雪崩ビーコンが発売され、その年の1月には国内初の生存救出事例があります。そして、90年代後半には、複数の海外メーカーの製品が手軽に入手できるようになっています。プローブラインによる捜索は20人を用いても、100m×100mの範囲の粗い捜索をするのに4時間、丁寧な方法であれば20時間も掛かるという調査結果があります。左頁の写真は、白馬大雪渓で発生した雪崩事故において、ビーコンを装着していない登山者の捜索にあたる長野県警察の隊員です。→図5

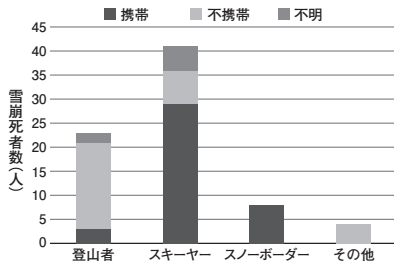


図5: 雪崩死者におけるビーコンの携帯状況 (2007-2016)

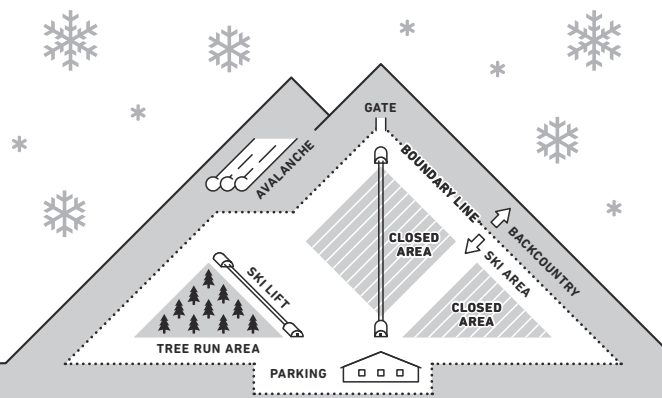
データ: 日本雪崩ネットワーク調べによる



滑走者への安全の呼びかけ

# □——の 向こう側

SAFETY MESSAGE FOR RIDERS  
BEYOND THE ROPE



あなたの安全を  
守るのはあなた  
Your safety depend on  
YOUR decision making.

ロープの向こう側にある「管理されていない斜面\*」に潜む危険に気づいていますか？  
Do you notice the dangers of "uncontrolled powder slopes"??

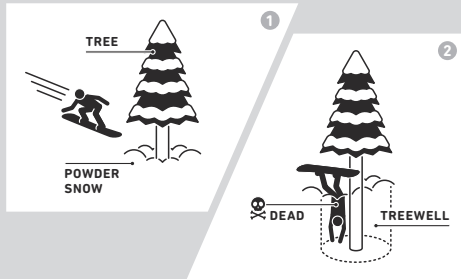
- \*「管理されていない斜面」とは
- ・スキー場内の「ロープの向こう側」にある立入禁止区域
- ・スキー場境界線の「ロープの向こう側」に広がる山岳エリア(バックカントリー)

- \*"Uncontrolled powder slopes" means:
- Closed areas "beyond the rope" inside a ski resort.
- Backcountry "beyond the rope" - outside a ski resort boundary.

ツリー脇のパウダーに当て込むと  
自然が造った落とし穴にはまった。

A

Looking for powder snow near a tree.  
I fell in a trap made by nature.



お気に入りのファットスキーが深雪に消えた。  
ツボ足になると2mも登り返せなかった。

B

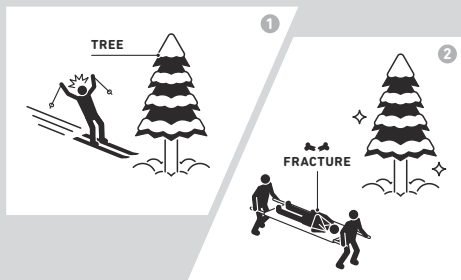
My favorite fat skis came off in deep snow.  
I couldn't even walk 2 meters uphill in my boots.



木は、動かない。動くのは、あなた。  
木は、硬く、骨は弱い。

C

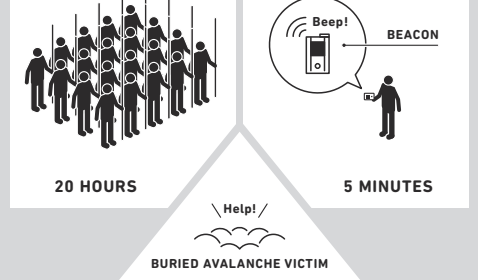
Trees do not move. You move.  
Trees are hard. Bones are fragile.



20人で20時間 vs. 1人で5分。

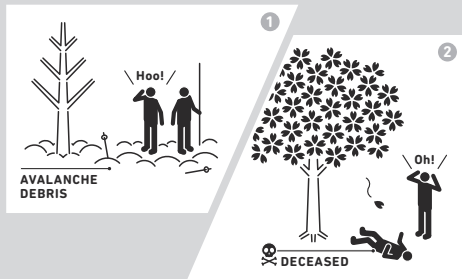
D

20 people, 20 hours vs. 1 person, 5 minutes.

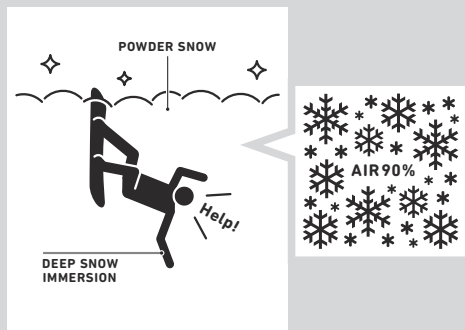


1月、ビーコンなしで友人が雪崩に埋まった。  
彼が発見されたとき、街では桜が咲いていた。 E

In January, a friend of mine was buried in an avalanche without a beacon.  
It was cherry blossom season, when we found him.

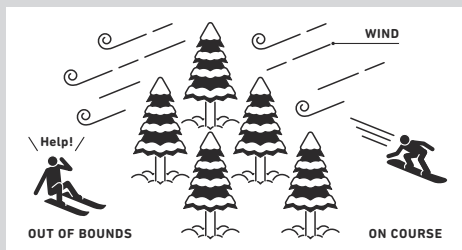


90%が空気なのに窒息するなんて…。 F  
Powder snow is 90% air, but we can still suffocate in deep snow.



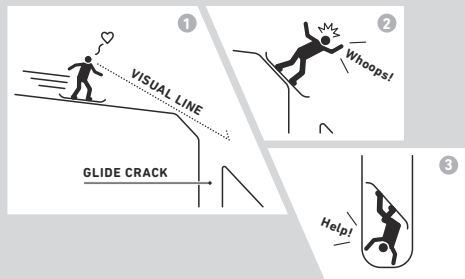
転んで膝を痛めた。  
助けを求めて叫んでみたけれど  
返ってきたのは、風の音だけだった。 G

I fell and injured my knee.  
I screamed for a help but the only thing that I heard was the wind.



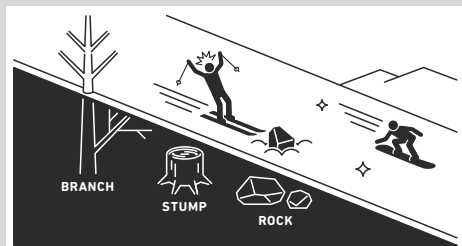
見えない先に何かがあるかわからない。  
スノーボードは急に止まれない。 H

No one knows what the future holds.  
Snowboard cannot stop immediately.



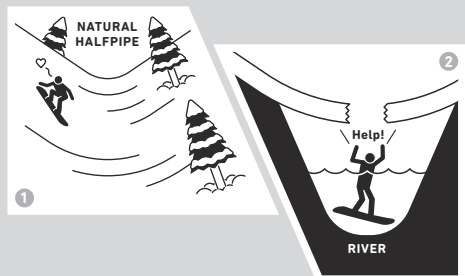
綺麗な花には棘がある。  
美しいノートラックの斜面も  
シーズン始めは地雷がいっぱい。 I

Beautiful flowers have thorns. Beautiful untracked powder slopes  
have a lot of land mines at the beginning of a season.



ナチュラルパイプの沢底で止まったら  
水温2℃の川で泳ぐことになった。 J

Stopping at the bottom of gully in a natural halfpipe,  
I ended up swimming in a river with 2 degree water.





©2005 石塚真一/小学館

島崎三歩の山岳通信 特別連載 Vol.5

# 信州 山のプロフェッショナル

長野県の山岳地域で発生した遭難事例を原則1週間ごとにお伝えしている「島崎三歩の山岳通信」。その特別連載として、季節ごとに発行する「山岳情報」に登場！

信州の山で多方面に活躍する“プロフェッショナル”の方々の声を、皆様にお届けします！（聞き手：編集部）

## Vol.5 “山岳ガイド”のプロフェッショナル

北アルプス北部地区山岳遭難防止対策協会 白馬班 救助隊長  
北アルプス登山案内人組合連合会 会長 松本正信さん

### <プロフィール>

1948年白馬村生まれ。会社員を経て、長野県夏山常駐パトロール隊の白馬班に所属し山岳救助に携わる。また、五竜岳・唐松岳・白馬岳など後立山連峰エリアの山岳ガイドのプロフェッショナルでもある。「日本の名峰 絶景探訪」をはじめ、数多くのテレビ番組に出演。バックカントリーのガイドとしても造詣が深い。民宿経営。



「夏山も怖い、冬山はもっと怖い」（松本）

—現役の信州登山案内人で、地区の民間救助隊長でもある松本さん。登山者と遭難者を見つけてきて、最近の登山者の傾向、特徴などでお気づきの点はありますか？

松本 今年の夏山は、猛暑で脱水や熱中症になる方、登山道が乾燥してスリップや転滑落する中高年登山者が多く、大町署では過去最多の77件の山岳遭難が発生しました。個人登山者は各自の体力・技術に見合ったコース選定を、ツアー登山では、ツアー会社が参加者の登山経験をしっかりチェックしてほしい。また、猿倉の登山相談所で、猿倉～大雪溪～白馬岳～祖母谷温泉の1泊2日以上必要なルートを、日帰りする予定で入山した単独の女性登山者に、白馬岳で宿泊するよう指導しましたが、宿泊せずに今でも行方不明になっているケースがあります。相談員のアドバイスに耳を傾けて、素直に聞いてほしい。



北ア登山案内人組合連合会、南北遭対協合同研修会にて

—具体的にどのような遭難がありましたか？

松本 今年の9月に、唐松岳ツアーに参加した60歳代の女性が唐松岳頂上山荘から下山中、登山道でスリップ転倒、骨折し、背負い搬送して八方池山荘に降りました。本人は、思った以上に大変なコースでしたと話していました。10月には五竜岳から遠見尾根西遠見山付近を単独で下山中の40歳代男性が足を滑らせて骨折、15時に通報、17時30分に現場到着、22時30分にテレキャビン山頂駅着、県警と救助隊員6名で70kgの遭難者を背負い搬送で降りました。より早く病院へとの思いで、テレキャビンを運航して

いただき、索道会社の御協力のおかげで救助活動がスムーズに出来ました。

**―登山者をガイドしていて「危ないな」と感じる登山者の方はいらっしゃいましたか。**

松本 初めての雪渓で、アイゼンの履き方も知らずに現場に来る方、雪渓トラバースでアイゼンをひっかけ方、足つきや歩き方が危うい方など、登山の基本を説明することが多々あります。登山中に膝がわらったり、疲れてくると思考力が落ちて、ザレ場で滑る方も多いです。

**―バックカントリーのガイドもされていますが、スキー・スノーボーダーの最近の傾向や特徴を教えてください。**

松本 ジャパウ（ジャパンパウダー）の雪を滑りたいインバウンドの方、未圧雪を滑りたい方が増えています。雪崩の誘発、木に衝突して骨折、ホワイトアウト状況下での道迷い、沢筋に下りて戻れない等の遭難が発生しています。昔と違い、目的別にスキーも多様化しています。ビーコン・ブローブ・スコップ等があるから大丈夫でなく、滑ることにより雪崩が発生することを認識して、雪崩のメカニズムを知り、弱層テストをした上で、気象・斜面・地形にそったバックカントリーをしてほしい。特に、許可されたコース外（パトロールエリア）を滑り、白馬ルール（P30 参照）を理解して準拠していただきたい。「積雪＆斜度があれば雪崩はおきる」「夏山より冬山はもっと怖い」のです。



「事前に山をしっかりと調べて計画を立てることが、山の楽しみの一つ」（松本）

**―登山者やバックカントリースキー・スノーボーダーが安全に山を楽しむために、ぜひアドバイスをお願いします。**

松本 登山では、自分の足で登る体力や登山技術など総合力を身につけて、自分に合った山選びを特に考えてほしい。また、より高い山へ、より難しい山へのチャレンジ意識はいいが、ステップアップと山に登る回数を増やしてトレーニングを積むことを実践してほしい。バックカントリーでは、雪崩に巻き込まれないように、未然に雪質チェック、コース判定、ルートファインディング、天候、気候の状況を把握して入山してほしいです。



三国境から小蓮華山へのガイド中。高山植物のガイドにも定評がある

**―長年にわたって登山者やバックカントリースキー・スノーボーダーを見守る松本さんの熱い想いをお聞きました。夏山も冬山もオールシーズン楽しめるのも、登山・バックカントリーの大きな魅力ですよね。ステップアップしながら、信州の山を安全に楽しみましょう！**

# 白馬ルール

## Hakuba Rules



このルールは、ウインタースポーツを安全に楽しむために作られた地域の公式ルールです。

1

「立入禁止区域」への侵入は、雪崩がゲレンデ内に流れ込む重大事故につながります。いかなる理由があろうとも侵入を禁止します。違反のあった場合には、リフト券没収の上、退場していただきます。

※立入禁止区域のシュプールはパトロールが安全点検のために滑ったものです。

2

閉鎖されているコース・立入禁止区域には絶対立ち入らないことのほか、看板・標識・係員・スキー場パトロールの指示に従うこと。

3

エリア外は国有林または村有林であり、国立公園です。エリア外はスキー場によって管理されていません。

4

エリア外で事故が発生し、捜索救助活動が行われた場合、当事者に関係機関の定める実費が請求されます。

5

スキー場エリア内外を問わず、白馬ルールは、全ての利用者がスキー場パトロール及び関係機関の指示に従うことを求めます。

6

白馬ルールは滑走者に対し、常に安全への配慮と十分な理解を求めます。

2016.11

白馬村索道事業者協議会 白馬村 白馬村観光局

大北地区観光客安全対策連絡会議 長野県大町警察署

北アルプス北部地区山岳遭難防止対策協会(北アルプス北部地区山岳救助隊)

※各スキー場にはそれぞれ定められたルールがあります。ルールを守って安全にお楽しみください。

## 長野県からのお知らせ

# 御協力ください！山を楽しむ皆さんの安全対策のために ～ふるさと信州寄付金～



長野県では、県が取り組むさまざまな事業にご参加をいただく「ふるさと信州寄付金」を募集しています。

お寄せいただいた寄付金は、次のような取組みに活用されます。多くの皆様のご協力をお願いします。

### 【活用例】

- 山岳遭難救助活動
- 山岳遭難防止のための活動
- 登山道や遊歩道の整備
- 山岳パトロール活動
- 登山口での案内相談 など



お寄せいただいた寄付金は、ふるさと納税制度による税制上の優遇措置が適用されます。  
また、1万円以上寄付いただいた方には信州ブランド品等を贈呈します。

※寄付時には「その他」を選択いただき、  
「山岳遭難対策」と記述してください。

〔お問い合わせ先〕  
〒380-8570 長野県長野市大字南長野字幅下 692-2  
長野県庁総務部税務課総務係  
TEL 026-235-7046 FAX 026-235-7497  
Mail zeimu@pref.nagano.lg.jp

ふるさと信州寄付金  
ウェブサイト







しあわせ信州

# 登山計画書を出して 信州の山へおいでよ!

日本を代表する山岳県としてふさわしい登山の安全対策を総合的に推進するため、「長野県登山安全条例」が制定されました。山に登る前にしっかりと計画を立て「山を知る」ことが、安全で楽しい登山につながります。

登山計画書はWEBからの提出がオススメだよ!

## 登山計画書 Q&A

Q1

### なぜ作成・提出が必要なの?

事前に登山計画書を作成し提出することで、山の特性を知り十分な準備ができるため、遭難を防ぎ**安全で楽しい登山につながります**。また、万が一遭難した際には迅速な救助活動につながります。

Q2

### どの山に登るときに必要なの?

長野県内で指定された登山道を通行する際に必要です。詳しくは県ホームページで確認!

Q3

### いつ出すの? 登山中にも必要なの?

山に登る前、出発前に計画書を作成し、提出しましょう。また、県に提出するだけでなく、**家族にも知らせ**、登山中も携行しましょう。

## さらなる安全な登山のために…

- 万が一に備えて、**山岳保険への加入**をおすすめします。
- 県では、**登山を安全に楽しむためのガイドライン**を作成しました。ぜひ県ホームページからダウンロードして、登山の参考にしてください。

【島崎三歩 特別隊員】

© 2005 石塚真一/小学館

## 信州で登山を楽しまれる際には登山計画書の提出が必要です

**提出方法** 特に**WEBからの提出**が手軽におすすめです!

【WEBで提出】

① 山と自然ネットワーク「コンパス」から



② 県ホームページの電子申請から



【紙で提出】

- ③ 郵送、持参 提出先 → 長野県山岳高原観光課、長野県内の県地域振興局(10か所)
- ④ 登山ポストへの投函 ※登山ポストがない登山口もありますので注意!
- ⑤ FAX → 03-6862-5035 コンビニからも送信できます

●対象山域と代表的な山岳に関しては県ホームページで確認できます

【お問い合わせ・ご連絡は…】 **長野県観光部山岳高原観光課**

〒380-8570 長野県長野市大字南長野字楯下 692-2  
☎ 026-235-7251 ✉ sangaku@pref.nagano.lg.jp  
ホームページ http://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/tozanjorei/tozanjorei.html  
山と自然ネットワーク コンパス http://www.mt-compass.com/

登山安全条例



世界級リゾートへ、ようこそ。山の信州



長野県山岳高原観光課  
アライクウ(信州DC)  
©長野県アルプス

信州 DC

7月 第4日曜日  
【信州 山の日】

8月 11日  
国民の祝日【山の日】

「山の日」は信州で自然を満喫しましょう!

