

令和7年度 積雪期登山基礎講習会開催要項

1 目的

「雪に親しむ」をコンセプトに、気象学と雪氷学の観点から雪について学び、雪上での歩行技術や生活技術、危急時対策を中心に積雪期登山に必要な基礎の習得を目指す。

2 主催

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

3 共催

公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会

公益財団法人全国高等学校体育連盟

4 後援

スポーツ庁

5 期間

令和8年1月30日(金)～2月1日(日)の3日間

6 場所

※令和7年度は、国立登山研修所施設改修のため宿泊(入浴を含みます。)することができません。

【宿泊施設】

山野スポーツセンター

〒930-1452 富山県富山市本宮12

<https://www.sanya.jp/access.htm>



【研修施設】

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:076-482-1211 E-mail:tozanken-info@jpnssport.go.jp

<https://www.jpnssport.go.jp/tozanken/tabid/117/Default.aspx>



【入山エリア】(予定)

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周辺山域

※ 大品山及び瀬戸蔵山を中心に活動します。

※ 天候等により入山エリアを変更することがあります。

7 参加対象・募集人数

(1) 参加対象

所属長等(教育長、大学長、学校長、会長等)が推薦する以下の者

ア 地域、職域等における登山クラブ(グループ)のリーダー・指導者

イ 都道府県山岳連盟(協会)の関係者、都道府県・市区町村の関係者(登山担当者、スポーツ推進委員等)

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 旅行会社等が主催するツアー登山の関係者(企画担当者、引率者等)

オ 登山用具店の担当者、登山教室等の企画や指導に携わる者

- カ トレイルランニングなど、登山技術・知識が必要なアウトドアスポーツの愛好者
- キ 小学校・中学校等の野外活動を担当する教職員等
- ク 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者
- ケ 山岳遭難救助組織に所属する者

(2) 募集人数
25名

8 日程及び内容

日程	内容	研修場所
1月30日(金)	受付7:30～ 開講式、講義、班別研修、班別協議	国立登山研修所及び周辺山域
1月31日(土)	入山、班別研修、班別協議	国立登山研修所及び周辺山域
2月1日(日)	班別研修、下山、閉講式 解散15:30頃	国立登山研修所及び周辺山域

※ 詳細な日程及び内容は、別添1(国立登山研修所ウェブサイトにも掲載)をご参照ください。

(<https://www.jpnspport.go.jp/tozanken/syusai/tabid/167/Default.aspx>)



※ 天候不順等により下山日が遅れることがありますので、ご理解の上、お申し込みください。

※ 1月29日(木)前泊希望の方は、参加者選考・参加承認後のご案内時にお申し込みください。

【電車で前日お越しの方】 1月29日(木)は、富山地方鉄道立山駅16:30着の電車でお越しください。立山駅⇄山野スポーツセンター間は、国立登山研修所手配車両にて送迎します。集合場所等の詳細は、前泊希望者に個別にお知らせします。

【電車で当日お越しの方】 1月30日(金)は、富山地方鉄道立山駅7:07着の電車でお越しください。

【車で前日お越しの方】 1月29日(木)は、山野スポーツセンターに18時までに到着してください。山野スポーツセンターに駐車できます。

【車で当日お越しの方】 1月30日(金)は、山野スポーツセンターに7時30分までに到着してください。山野スポーツセンターに駐車できます。

9 個人装備

別添2(国立登山研修所ウェブサイトにも掲載)を参考にしてください。

10 申込方法

- (1) 所属長等(教育長、大学長、学校長、会長等)が、参加希望者を推薦して、お申し込みください。
- (2) 国立登山研修所のウェブサイトに掲載のお申込フォーム(※令和7年12月1日(月)掲載予定)にアクセスし、推薦者の事務担当部署ご担当者様が入力、ファイル(Excel形式)をアップロードしてお申し込みください。
- (3) 「参加申込者個人票」(別添3・国立登山研修所ウェブサイトにも掲載)をご参照の上、事前に参加希望者に入力いただいた上で、お取りまとめの上お申し込みください。
- (4) 申込期間:令和7年12月1日(月)～令和7年12月12日(金)

11 参加者の決定

- (1) 国立登山研修所において、参加申込内容をもとに選考の上、参加者を決定します。
- (2) 参加可否については、電子メールにて、**令和7年12月下旬**を目途に通知します。
- (3) 参加承認者には、健康診断書(当研修所指定の様式に限りまゝ)の提出、傷害保険申込等に関して事務連絡を行います。

※ 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。

※ 天候や感染症の拡大等により研修会を中止した場合でも、主催者側では負担しません。

※ 研修会は、班単位で行動します。また、参加者の体力、登山経験等を参考にして班編成します。ただし、参

加者の状況によっては、この限りではありませんので、ご承知おきください。

12 参加費用

内訳	金額
(1) 山野スポーツセンターにおける宿泊料金(全日程分) (※1/29(木)前泊者は、別途1,440円かかります。)	2,880円
(2) 山野スポーツセンターにおける朝食・夕食料金 (※1日目夕食1,300円、2日目朝食900円)	2,200円
(3) 国立登山研修所における施設利用料(全日程分)	500円
(4) 昼食(弁当)料金 (※1日目1,000円、3日目1,000円)	2,000円
(5) 傷害保険料 (※公務災害、ご自身の山岳保険等で対応される方は、申込の必要はありません。)	3,000円又は4,000円 ※参加者で選択
(6) 諸費用(資料代ほか)	1,100円
(7) 幕営研修中の食費 (※2日目夕食、3日目朝食分について、国立登山研修所でインスタント食品等を用意します。)	2,000円

※ 受付時に合計金額を集金しますので、お釣りのないよう現金でお持ちください。

※ 2日目の昼食はありません。日中の行動食も含め、参加者で準備してください。

※ 1月31日(土)から2月1日(日)まで、富山県・大品山／瀬戸蔵山周辺山域にてテント泊し、夕食及び朝食を自炊します。

13 参加申込の取消について

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、申込取消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消の連絡は受け付けません。

14 その他

- ・ 研修会期間中の写真・動画の撮影は禁止です。特に、ヘルメットにアクションカメラのアタッチメントを装着しての撮影や、行動中のスマートフォンによる撮影等は危険なため、お控えください。
- ・ 主催者及び講師が撮影・録画した静止画・動画を、主催者又は講師が広報活動、報告書等に使用・公開する場合があります。

以上

令和7年度 積雪期登山基礎講習会 日程表(予定)

	1月30日(金)	1月31日(土)	2月1日(日)	
5			起床【入山中】 ・朝食自炊	
6		起床【山野】	朝食【入山中】	6
7		朝食【山野】		
8	受付【山野】 (本部打合せ7:30～)	移動【山野→講習場所】	班別講習【入山中】 周辺山域(大品山方面) ・歩行訓練 ・ナビゲーション技術 ・積雪観測 ・雪崩サーチ&レスキュー ・幕営、生活技術、ビバーク ・搬送 等	7
9	オリエンテーション【山野】 (講師打合せ8:00～)	班別講習【入山中】 周辺山域(大品山方面) ・歩行訓練 ・ナビゲーション技術 ・積雪観測 ・雪崩サーチ&レスキュー ・幕営、生活技術、ビバーク ・搬送 等		8
10	開会式【山野】			9
11	講義【山野】 「講習会の実施にあたって」			10
12	講義【山野】 「冬山の気象」 「積雪と雪崩」	積雪のある周辺山域へ入山して実技講習・幕営を行います。 (※荒天の場合は、研修所敷地内において、各自のビバークサイトを構築し、状況に応じてビバーク訓練を実施します。)	下山 移動【講習場所→登山研】	11
13	班別講習【山野】 ・顔合わせ、自己紹介 ・登山のプランニング ・ルート・計画 ・エスケープルート、サブプラン ・リスクマネジメント	※シュラフ・ツェルト・マット・その他防寒具、個人用食器などは各自で用意してください。	片付け【登山研】 ・共同装備の点検 ・共同装備のメンテナンス ・共同装備の返却	12
14	昼食(班別)【山野】 *弁当配布	※1日目夕食・2日目朝食の食材は、登山研修所で準備します。(アルファ化米・レトルト等簡単なもの)	昼食(班別)【登山研】 *希望者は自己負担で入浴 *弁当配布	13
15	移動【山野→登山研】 ・集合写真撮影	※足りない方や、入山中の行動食、1月31日の昼食は、各自で用意してください。	班別講習【登山研】 ・登山の振り返り ・評価(Check)と改善(Act) (講師打合せ14:00～)	14
16	全体講習【登山研】 ・積雪調査講習	※その他不明な点は、登山研修所へお問合せください。	諸連絡【登山研】 ・行動記録、自己評価提出、アンケート回答 閉会式【登山研】	15
17	班別講習【登山研】 ・個人装備の確認 ・アイゼン、ワカン等の装着練習 ・共同装備の貸出 ・パッキング	・幕営、ビバークサイトの構築 ・雪上生活技術 ・夕食自炊	※自動車利用者送迎(登山研→山野) ※富山地方鉄道立山駅発15:40	16
18	移動【登山研→山野】	夕食【入山中】 ・講習第2日目の確認 ・翌日の講習内容の確認		17
19	入浴【山野】 (講師打合せ17:30～)			18
20	夕食【山野】	(講師ミーティング 18:30～)		19
21	班別講習【山野】 ・講習第1日目の振り返り ・翌日の準備 等			20
22	就寝【山野】 22:00までに消灯	就寝【入山中】		21

令和7年度 積雪期登山基礎講習会 個人装備表

(1s=1セット)

✓	品名	数	備考	✓	品名	数	備考
ウェア				雪崩対策			
	アウタージャケット	1	防水透湿素材		雪崩ビーコン	1	アンテナ3本以上
	アウターパンツ	1	防水透湿素材		雪崩ビーコン予備電池	1s	
	防寒着	1	ダウンジャケット等		プローブ	1	2.4m以上
	ミッドレイヤー上下	適	フリース等・各自必要なものを携行		スノーショベル	1	
	ベースレイヤー上下	2s	化繊又はウール素材・予備含む		スノースタディキット	1	※所有している方は持参
	アンダーウェア上下	適	速乾素材(メッシュ)又はウール	生活用具			
	インナーグローブ	2s	化繊又はウール素材の薄手		シュラフ	1	-10℃の環境下で使用できるもの
	ウールグローブ	2s	ウール素材の厚手		シュラフカバー	1	防水・透湿素材
	オーバーグローブ	1	防水透湿素材		個人用マット	1s	
	※上記グローブは例示。低温(-10℃程度)・湿雪による濡れに耐え得るグローブを、予備も含め準備すること。				食器・箸・スプーン等	1s	個人用
	靴下	2s	登山用の厚めの靴下		ライター	1	※電子ライター不可
	ビーニー	1	(ニット帽)	※ガスストーブ・ガス缶は研修所で用意します。			
	バラクラバ	1	(目出し帽)		タオル	1	
	ロングゲイター	1s	(ロングスパッツ)		ぞうきん	1	セームタオル可、テント内で使用
	サングラス	1	UVカット、ハードケース付		スタッフバッグ	適	
	ゴーグル	1	UVカット、ハードケース付		ゴミ袋、レジ袋等	適	70ℓ以上、パッキング等に使用、厚めの袋
行動用具				その他			
	ピッケル	1			スリング(120cm)	2	
	アイゼン	1s	10本爪以上		スリング(60cm)	2	
	ワカン	1s			カラビナ	3	安全環付きカラビナ含む。
	バックパック	1	60～70ℓ程度		ヘッドライト	1	照射距離30m以上のもの・新品電池を充填
	登山靴	1s	※下記参照		ヘッドライト予備バッテリー	1s	
	トレッキングポール	1s	スノーバスキットのついたもの		小型ナイフ	1	紐を付ける等ラッキングできるように準備
	ウォーターキャリー	適	1ℓ以上(分割可)		ホイッスル	1	紐付きのもの
	※熱湯を注いでも変形しない、本体・フタとも耐熱性を有するボトル等(例:ナルゲン100℃、プラティパス90℃)を準備すること。100円ショップのプラスチックボトル等非耐熱容器不可				腕時計	1	高度計付が望ましい
	保温用ステンレスボトル	適	500ml以上		トイレットペーパー	適	
食糧ほか				※携帯トイレは研修所で用意します。			
	行動食(非常食含む。)	適	2日分程度		日焼け止め	1	
	携帯電話	1	要防水対策		リップクリーム	1	
	携帯電話予備バッテリー	適	充電ケーブル等含む。		常備薬・服用薬	適	
	ツェルト	1	個人用		予備メガネ	1	メガネ使用者のみ
	テーピングテープ	適	38mm又は50mm幅のもの		細引き	1	3mm×5m
	ファーストエイド	1s	個人用 例:絆創膏、爪切り		筆記用具	適	鉛筆、小型メモ、要防水対策
	修理用具	1s	例:ダクトテープ、マルチツール、針金		コンパス	1	プレート付、落下防止ひも
	非常用品	1s	例:固形燃料、防水マッチ、レスキューシート		チャック付きポリ袋	適	地形図防水用・専用防水ケース可
					地形図(1/25000)	1	※国土地理院発行紙地図
					※地形図範囲名「小見」を、書店や通信販売等で各自入手してください。特に、あわすのスキー場を中心に半径3km程度の範囲については、耐水紙等にプリントアウト又はコピーをして磁北線を書き込んでお持ちください。		

※登山靴は冬期の使用に耐え得るもので、低温(-10℃程度)・湿雪による濡れに対応できるように、手入れたものを用意してください。

その他必要品

✓	品名	数	備考	✓	品名	数	備考
	室内着	1s	施設内研修で着用(ジャージ等)		筆記用具	適	ボールペン、ノート等
	体育館履き	1	屋内専用の運動靴等		健康保険証	1	
	室内履き	1	施設内研修で着用		生活用品	適	歯ブラシ、タオル、マスク、携帯電話充電器等(*シャンプー、ボディソープは浴室に備えてあります。)
	着替え	適	施設内研修中の着替え				

※北陸地方は積雪が多く、大品山周辺山域は気温が-10℃程度まで下がる、気象条件の厳しい場所です。屋外での講習中の寒さや、雪による濡れに対応できるようなウェア、登山靴等を準備してください。