



©2005 石塚真一小学館

第437号<令和8年(2026年) 3月18日>

信州の山岳遭難現場と全国の登山者をつなぐ

特別隊員

島崎 三步 の「山岳通信」

長野県の山岳地域で発生した遭難事例をお伝えし、「安全登山」のための情報を提供しています

<https://www.pref.nagano.lg.jp/police/sangaku/index.html>

■先週(3/9~3/15)の山岳遭難発生状況

日付	場所	性別	年齢	死傷別	態様	概要
3/10 木	北アルプス白馬村 神城地籍の山林	男	15 米国籍	無事 救出	その他	単独でスキー場管理区域外を滑走中、雪に足がはまり、行動不能
3/10 木	志賀高原横手山	女	27 豪州国籍	無事 救出	道迷い	単独でスキー場管理区域外を滑走中、道に迷い、行動不能
3/13 金	八ヶ岳連峰 阿弥陀岳	男	46	死亡	疲労	単独で阿弥陀岳に入山し、低体温症に陥り、行動不能
3/13 金	八ヶ岳連峰 阿弥陀岳	女	74	無事 救出	疲労	単独で阿弥陀岳に向けて登山中、疲労により、行動不能
3/13 金	八ヶ岳連峰 縞枯山	男	57	死亡	発病	単独で縞枯山に入山し、発病、死亡
3/14 土	中央アルプス 千畳敷	女	56	無事 救出	その他	2人パーティで八丁坂を下山中、技量不足により、行動不能
3/14 土	中央アルプス 千畳敷	男	21	無事 救出	その他	2人パーティで八丁坂を下山中、装備不備により、行動不能
		男	21	無事 救出	その他	
3/15 日	八ヶ岳連峰 阿弥陀岳	男	17	無事 救出	その他	単独で阿弥陀岳から下山中、滑落した際に、装備を紛失し、行動不能

■山岳遭難発生状況~令和8年(2026年)1月1日~3月15日

区分	発生件数	死者	行方不明	負傷者	無事救出	遭難者計	内)死傷者
R8 全体	42	9	1	7	33	50	17
R7 全体	37	8	0	12	26	46	20
前年同期比	+5	+1	+1	-5	+7	+4	-3
R8 単独登山	19	4	0	0	15	19	4
R7 単独登山	17	6	0	3	8	17	9
前年同期比	+2	-2	±0	-3	+7	+2	-5

■ 県警 山岳安全対策課(県遭対協救助部)からの**ワンポイントアドバイス**

先週、長野県内では、2件の死亡遭難を含む、8件の山岳遭難が発生しました。八ヶ岳や中央アルプスでの遭難や、バックカントリーエリアの遭難等、県内各地で遭難が相次ぎました。

中央アルプス千畳敷で発生した2件の遭難者は、八丁坂を千畳敷に向けて下山中、雪面が凍結していたため、下山することができなくなり、技量不足や装備不備で、救助要請をしたものです。

遭難者らは、冬山にもかかわらず、アイゼンやピッケルを携行することなく、また、登山靴ではなく、スニーカーで登山した結果、身動きが取れなくなり、行動不能となったものです。

千畳敷はロープウェイで簡単に行ける場所ですが、まだまだ冬山で、積雪や雪面は凍結しており、アイゼンやピッケルは必須、スニーカーなどの軽装備で登山することはできません。

これらの山岳遭難を防ぐには、入山前の準備が非常に重要です。入山する前に、事前の下調べをしっかりと行うとともに、装備・体力・技術に少しでも不安がある場合には、無理な登山はやめましょう。

■ 山域別発生状況～ 令和8年(2026年)1月1日～3月15日

区分		件数	件数比率	死者	行方不明	負傷者	無事救出	遭難者計
北アルプス	槍穂高	0	0%	0	0	0	0	0
	後立山	15	35.7%	5	1	2	11	19
	その他	0	0%	0	0	0	0	0
	計	15	35.7%	5	1	2	11	19
中央アルプス		4	9.5%	0	0	0	5	5
南アルプス		0	0%	0	0	0	0	0
八ヶ岳連峰		11	26.2%	3	0	3	7	13
その他の山岳		12	28.6%	1	0	2	10	13
計		42		9	1	7	33	50

■態様別発生状況～ 令和8年(2026年)1月1日～3月15日

区分	件数	件数 比率	死者	行方 不明	負傷 者	無事 救出	遭難者計
転・滑落	7	16.7%	2	0	5	0	7
転倒	1	2.4%	0	0	1	0	1
病気	5	11.9%	3	0	0	2	5
道迷い	9	21.4%	0	0	0	12	12
落石	0	0.0%	0	0	0	0	0
雪崩	2	4.8%	1	1	0	0	2
落雷	0	0%	0	0	0	0	0
疲労凍死傷	5	11.9%	1	0	0	4	5
不明・他	13	31.0%	2	0	1	15	18
計	42		9	1	7	33	50

■男女別・年齢別発生状況 ～ 令和8年(2026年)1月1日～3月15日

区分	男性					(人)	女					(人)	男女計	
	死者	不明	負傷	無事	計	比率	死者	不明	負傷	無事	計	比率	人数	比率
19歳以下	0	0	0	4	4	20 55.6%	0	0	0	2	2	7 50.0%	6	27 54.0%
20代	1	0	1	11	13		0	0	0	4	4		17	
30代	1	0	0	2	3		0	1	0	0	1		4	
40代	3	0	2	1	6	12 33.3%	0	0	0	0	0	3 21.4%	6	15 30.0%
50代	2	0	1	3	6		0	0	1	2	3		9	
60代	1	0	0	3	4	4 11.1%	1	0	2	0	3	4 28.6%	7	8 16.0%
70代以上	0	0	0	0	0		0	0	0	1	1		1	
計	8	0	4	24	36		1	1	3	9	14		50	
比率	72.0%						28.0%							

【長野県山岳遭難防止対策協会からのお知らせ】

■登山計画書を作成・提出しましたか？

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/smartphone/tozankeikakusho.html>



- ①ゆとりある計画を立てて、登山計画書を提出してください！
- ②家族や知人にも必ず詳細な予定(行先)を伝えましょう！

※登山計画書を提出し、情報を共有しないと、入山場所や遭難地点の特定に時間がかかり、捜索活動が遅くなってしまいます。

※山小屋、地元自治体、観光協会等を通じて登山口までの道路や登山道の状態、残雪の状態など、現地の最新情報を事前に把握しておきましょう。

■山岳遭難防止につながる寄付を募集中

登山の楽しい思い出作りを陰から支える活動をご支援ください。長野県では長野県山岳遭難防止対策協会の活動等を通じ、登山者の安全確保に向けた啓発活動や遭難救助に取り組んでいます。信州の山岳を安全に楽しんでいただくため、全国の皆様の温かいご支援を心からお待ちしています。なお、1万円以上の寄付をしていただいた方には、「安全登山啓発カード」を1枚差し上げます。

詳細は長野県HPで確認

<https://www.gachi-naga.jp/projects/4235/>

■ご利用ください！長野県の山岳関係の情報提供サイトです！

★山岳遭難救助隊から最新情報を発信中！ ⇒ **長野県警察 山岳遭難救助隊公式X**

https://x.com/NAGANO_P_M_R/

★北アルプスの最新情報を発信中！ ⇒ **長野県山岳遭難防止常駐隊公式X**

https://x.com/nagano_sotaikyo

★その山はあなたの実力に見合っていますか？ ⇒ 「**信州 山のグレーディング**」

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/sangyo/kanko/gure-dexingu.html>

* 統計の内容は、長野県警察本部の発表時点のものです。

* 本通信に関するご質問・ご意見は「長野県観光スポーツ部山岳高原観光課」までお寄せください。

mt-tourism@pref.nagano.lg.jp

＝発行：長野県山岳遭難防止対策協会＝