

第471号　＜令和8年(2026年) 11月17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 三歩の「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（11/9～11/15）の山岳遭難発生状況

日付	場所	性別	年齢	死傷別	態様	概要
11/11 水	浅間連峰 黒斑山	女	36	無事救出	道迷い	単独で黒斑山から下山中、コマクサ展望台付近で道に迷い、行動不能（中国籍）

■山岳遭難発生状況～令和８年（2026年）１月１日～11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	338	53	5	157	155	370	215
R7　全体	349	49	4	166	164	383	219
前年同期比	−11	＋4	＋1	−9	−9	−13	−4
R8　単独登山	130	28	4	41	57	130	73
R7　単独登山	128	28	3	46	51	128	77
前年同期比	＋2	±0	＋1	−5	＋6	＋2	−4

■山域別発生状況～ 令和８年（2026年）１月１日～11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	60	17.8%	9	0	31	26	66
	後立山	87	25.7%	17	2	32	52	103
	その他	38	11.2%	5	0	21	14	40
	計	185	54.7%	31	2	84	92	209
中央アルプス		27	8.0%	1	0	13	15	29
南アルプス		9	2.7%	2	1	4	2	9
八ヶ岳連峰		34	10.1%	5	0	15	17	37
その他の山岳		83	24.6%	14	2	41	29	86
計		338		53	5	157	155	370

■態様別発生状況～ 令和８年（2026 年）1月1日～11 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	93	27.5%	25	0	72	0	97
転倒	76	22.5%	0	0	76	0	76
病気	27	8.0%	10	0	0	17	27
道迷い	32	9.5%	0	0	0	42	42
落石	0	0.0%	0	0	0	0	0
雪崩	3	0.9%	2	0	1	0	3
落雷	2	0.6%	0	0	2	0	2
疲労凍死傷	49	14.5%	3	0	0	55	58
不明・他	56	16.6%	13	5	6	41	65
計	338		53	5	157	155	370

■男女別・年齢別発生状況 ～ 令和８年（2026 年）1月 1 日～11 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	1	0	1	6	8	49 20.0%	0	0	1	4	5	28 22.4%	13	77 20.8%
20 代	2	0	6	18	26		0	0	2	5	7		33	
30 代	1	1	5	8	15		1	0	5	10	16		31	
40 代	5	0	12	12	29	80 32.7%	1	0	3	3	7	40 32.0%	36	120 32.4%
50 代	6	0	26	19	51		1	0	21	11	33		84	
60 代	15	2	20	24	61	116 47.3%	3	0	21	9	33	57 45.6%	94	173 46.8%
70 代以上	16	2	21	16	55		1	0	13	10	24		79	
計	46	5	91	103	245		7	0	66	52	125		370	
比率	66.2%						33.8%							

★長野県警察山岳安全対策課（県遭対協救助部）からのワンポイントアドバイス

先週、長野県内では道迷いによる山岳遭難が1件発生しました。

11 月 16 日（月）の長野市の日没は 16 時 43 分。 樹林帯や沢筋等では、日が陰るのが早くなる傾向があります。 たとえ、山頂に行き着かなくても、**引き返しのタイムリミットを定めて行動し、遅くとも 15 時には下山するよう**に、余裕を持った登山を心掛けましょう。

薄暗い中での行動は、登山道上の目印や方向感覚を失いやすく、道迷いのリスクが高まるとともに、足元や周囲が見えづらくなり、転倒・滑落の危険性も高まります。 万が一、夜になってしまった場合でも行動できるように、**ヘッドライトは必ず携行しましょう。**

また、「けがをしてその場から動けない・・・・・・・」等、不測の事態（遭難）に備えて、**ツェルトやガスバーナー等のビバーク装備をザックに入れておきましょう。** 救助活動は翌朝からとなった場合、その場でビバークを指示することがあります。この時期の夜間は冷え込みが厳しく、悪天候や強風等が重なれば、厳しい環境下で長時間、耐え忍ぶ必要があります。

登山に出掛ける前に、**「万が一の状況に陥った際に何が必要なのか？」という視点**を常に持って、必要な装備を準備しましょう。 そして自身の体力や技量、天候等を冷静に判断して計画を立てましょう。

【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

■信州の山岳遭難防止対策プロジェクト ～ 寄付を募集しています。

登山の楽しい思い出作りを陰から支える活動にご支援ください。 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て、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、寄付金額1万円ごとに「安全登山啓発カード」を 1 枚差し上げます（最大 4 枚まで）。
以下の寄付応募サイト、または、二次元コードから皆さまの寄付を受け付けています。 https://www.gachi-naga.jp/projects/4661/

■安全登山オンライン講座を開講します！　　参加自由　参加無料



■ご活用ください！　　長野県の山岳関係の情報提供サイトです！

★長野県山岳遭難防止対策協会　常駐隊公式X
https://x.com/Nagano_sotaikyo/status/2077614617149513958?s=20
★長野県警察　山岳遭難救助隊　公式X
https://x.com/NAGANO_P_M_R/

★信州　山のグレーディング　⇒　その山はあなたの実力に見合っていますか？
https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/sangyo/kanko/gure-dexingu.html
★長野県警察　山岳情報　　⇒　1週間ごとの最新の遭難統計を確認できます！
https://www.pref.nagano.lg.jp/police/sangaku/index.html
★長野県　山岳情報
https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/sangaku/index.html

＊統計の内容は、長野県警察本部の発表時点の速報です。
＊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。
sangaku@pref.nagano.lg.jp

＝発行：長野県山岳遭難防止対策協会＝