

(2)長野県山岳総合センター研修講座

2019(令和元)年度 研修講習一覧

① 野外活動講座

■ “信州”山の自然楽講座

講習番号	講習名	開始日		終了日	講習内容	受講対象者
A1	ライチョウを観察し、生態を学ぼう(in立山)	6月22日(土)	~	6月23日(日)	立山・室堂で、ライチョウを観察しその生態について学ぶ	一般登山者
A2	西穂独標に登って、飛騨山脈の雄大な歴史を知る	10月4日(金)	~	10月5日(日)	西穂高岳独標に登り、飛騨山脈と梓川水系の歴史をひも解く	一般登山者
A3	山岳総合センター50周年記念講演会	11月9日(土)			センター設立50周年を記念した講演会を天町市内で開催【講師:信州大学特任教授・原山智氏、鹿屋体育大学教授・山本正嘉氏】	どなたでも

■ わくわくチャレンジ教室(小学生・中学生対象)

B1	教室① クライミングに挑戦だ!	6月1日(土)			小学生・中学生のためのスポーツクライミング教室	小学生 中学生
B2	教室②in高瀬渓谷 湯俣で足湯に入ろう	7月31日(水)			高瀬ダムから片道6キロを歩いて湯俣へ 自然に湧き出る温泉で、足湯や温泉ゆで卵づくりを体験	小学生
B3	教室③ 親子スポーツクライミング教室	8月3日(土)			小学生・中学生のためのスポーツクライミング教室	小学生 中学生

② 安全登山講座

■ 夏山入門コース

講習番号	講習名	開始日		終了日	講習内容	受講対象者
C1	Step1 夏山登山の基礎知識	6月8日(土)	~	6月9日(日)	登山の基礎や夏山登山に向けての読図や気象、登山の生理学等を、座学と日帰り登山を通して学ぶ	コース受講者
C2	Step2 入門! 爺ヶ岳登山	7月6日(土)	~	7月7日(日)	無雪期登山の基本を、1泊2日の小屋泊登山を通して学ぶ	コース受講者
C3	Step3 実践! 赤岳登山	7月20日(土)	~	7月21日(日)	無雪期登山の基本を、1泊2日の小屋泊登山を通して学ぶ	コース受講者
C4	Step4 チャレンジ! 槍ヶ岳登山	8月23日(金)	~	8月25日(日)	無雪期縦走登山の基本を、2泊3日の小屋泊登山を通して総合的に学ぶ	コース受講者
C5	Step5 ステップアップ! 烏帽子岳登山	9月21日(土)	~	9月22日(日)	無雪期縦走登山の基本を、1泊2日の小屋泊登山を通して主体的・総合的に学ぶ	コース受講者

■ 冬山入門コース

D1	冬山登山の基礎知識 (机上講習)	12月7日(土)	~	12月8日(日)	冬山登山に向けて、装備、気象、雪崩対策等を学ぶ	コース受講者
D2	初めての冬山日帰り登山	1月18日(土)	~	1月19日(日)	冬山登山に向けての実践的な技術・知識を、八方尾根日帰り登山を通して学ぶ	コース受講者
D3	初めての冬山テント泊登山	2月1日(土)	~	2月2日(日)	ラッセルとテント泊や雪洞づくりを、鹿島槍スキー場北方の黒沢尾根登山を通して学ぶ	コース受講者

■ 岩登り入門コース

E1	初めての岩登り	7月27日(土)	~	7月28日(日)	基礎的な岩登りの知識や技術を学ぶ	コース受講者
E2	岩登りの実践 I	8月31日(土)	~	9月1日(日)	岩登りの知識や技術を確かなものにし、岩登りの実践を積む	コース受講者
E3	岩登りの実践 II	9月21日(土)	~	9月22日(日)	岩登りの知識や技術をより確かなものにし、さらに岩登りの実践を積む	コース受講者

■ リーダーコース

講習番号	講習名	開始日		終了日	講習内容	受講対象者
F1	開講式 残雪期登山の基礎	4月27日 (土)	～	4月29日 (月)	リーダーコースの内容を知るとともに、安全登山の考え方を学ぶ 残雪期登山の基本と雪上技術を身に着ける	コース受講者
F2	残雪期登山の応用	5月18日 (土)	～	5月19日 (日)	残雪期登山の基本的技術(確実な歩行、雪上で必要なロープ操作)を習得する	コース受講者
F3	危険個所の通過技術	7月13日 (土)	～	7月15日 (月)	無雪期登山の基本と、危険個所の通過技術を学ぶ	コース受講者
F4	登山のリスクとその対処 I	9月14日 (土)	～	9月15日 (日)	行動中の安全管理と危急時対応方法を学ぶ	コース受講者
F5	登山のリスクとその対処 II	10月12日 (土)	～	10月14日 (月)	危険個所の通過技術と、危急時対応を実践的に学ぶ	コース受講者
F6	冬山登山の計画	11月23日 (土)	～	11月24日 (日)	冬山登山の基本と、冬山における危急時対応について学ぶ	コース受講者
F7	冬山登山の実践	2月8日 (土)	～	2月11日 (火)	冬山テント泊及び雪洞泊の登山を実践し、冬山における総合的な判断力を養う	コース受講者
F8	修了講習 閉講式	3月7日 (土)	～	3月8日 (日)	コースの総括としての登山を実践するとともに、リーダーとしての自覚と責任を再認識し、今後の安全登山につなげる	コース受講者

■ 各種単発講座

講習番号	講習名	開始日		終了日	講習内容	受講対象者
G1	初めてのスポーツクライミング	4月20日 (土)			スポーツクライミングの基本を、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	スポーツクライミング初心者(高校生以上)
G2	ステップアップ・スポーツクライミング	4月21日 (日)			スポーツクライミング経験者が、リードクライミング技術を、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	スポーツクライミング経験者(高校生以上)
G3	雪上技術講習in針ノ木雪渓(テント泊)	5月11日 (土)	～	5月12日 (日)	雪上歩行技術、アイゼン歩行技術、ピッケルの使い方を、針ノ木雪渓で学ぶ(テント泊)	夏山テント泊経験者
G4	雪上技術講習in針ノ木雪渓(平日1day)	5月15日 (水)			雪上歩行技術、アイゼン歩行技術、ピッケルの使い方を、針ノ木雪渓で学ぶ	夏山経験者で雪山初心者
G5	安全登山セミナーin長野	6月12日 (水)			夏山登山に向けての基礎・基本を机上で学ぶ	一般登山者
G6	安全登山セミナーin松本	6月20日 (木)			夏山登山に向けての基礎・基本を机上で学ぶ	一般登山者
G7	岩稜歩行技術とセルフレスキュー	6月29日 (土)	～	6月30日 (日)	一般縦走路の岩場を安全に登下降する技術と、事故やアクシデントが起こった時の具体的な対処の仕方を学ぶ	夏山経験者
G8	山でのビバーク技術と危急時対応を学ぼう	9月7日 (土)	～	9月8日 (日)	危急時対応の仕方を、山でツェルトを利用したビバーク泊登山を通して学ぶ	夏山経験者
G9	山岳総合センター50周年記念講演会	11月9日 (土)			センター設立50周年を記念した講演会を大町市内で開催【講師:信州大学特任教授・原山智氏、鹿屋体育大学教授・山本正嘉氏】	どなたでも
G10	冬山登山の基礎知識(机上講習)	12月7日 (土)	～	12月8日 (日)	冬山登山に向けての装備や気象、雪崩対策を机上で学ぶ	夏山経験者
G11	冬山登山はじめの一步in八ヶ岳	12月14日 (土)	～	12月15日 (日)	冬山登山の初心者が、初冬の小屋泊登山を通して、基本的な道具の使い方や雪上歩行の基本を学ぶ	夏山経験者
G12	セイフティキャンプwith長野県山岳総合センター	1月25日 (土)	～	1月26日 (日)	雪山を安全に楽しむために、雪崩への理解を深め、行動マネジメントによって雪崩リスクを軽減することを学ぶ	雪山登山又はバックカントリーをする方
G13	冬山登山の実践(雪洞泊)	2月15日 (土)	～	2月16日 (日)	冬山登山における様々な雪洞構築の方法を実践を通して学ぶ	雪山テント泊経験者
G14	センター50周年記念講演会	3月20日 (金)			センター設立50周年記念講演会【講師:佐々木 大輔 氏<国際山岳ガイド>・場所:サン・アルプス大町 大町市文化会館 併設	どなたでも

■ 登山体力セルフチェック

講習番号	講習名	開始日	終了日	講習内容	受講対象者
H1	登山体力セルフチェック in 美ヶ原	5月26日 (日)		美ヶ原を登って自分の登山体力を確かめる	一般登山者

■ 学校集団登山引率者対象講座

P1	学校登山お役立ち講座A	5月31日 (金)		学校登山に役立つ医療の知識を専門家から学ぶ ○登山前に準備しておきたいこと ○登山中の疾病、外傷に関する知識 ・高山病、熱中症、低体温症、ダニなど ・怪我(擦り傷、切り傷、捻挫など)	学校教職員・ガイド 学校登山に関わる医療関係者
P2	学校登山お役立ち講座B	6月4日 (火)		同上	同上

■ 高等学校対象講座

Q1	長野県高等学校登山研修会	5月23日 (木)		高校山岳部顧問が、登山知識や雪上歩行技術及び危険箇所の安全な通過方法等を、針ノ木雪渓で学ぶ	高校山岳部顧問
Q2	高等学校顧問スポーツクライミング研修会	7月4日 (木)		高校山岳部顧問が、スポーツクライミングを、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	高校山岳部顧問

■ 指導者対象講座

R1	指導者研修会(岩登り)	10月26日 (土)		安全な岩登りの技術やその指導法を、実践的に研修する	山岳会指導者 リーダーコース、 岩登り入門コース 修了者
R2	指導者研修会(スポーツクライミング)	10月27日 (日)		安全なスポーツクライミングの技術やその指導法を、実践的に研修する	スポーツクライミングの指導的な 立場の方
R3	指導者研修会(冬山)	3月1日 (日)		積雪期の危急時対策やその指導法を、実践的に研修する	山岳会指導者 リーダーコース修 了者

③ その他の事業

ア施設利用事業

- ・教室、講堂、体験室の利用
- ・宿泊
- ・人工岩場の利用(無料)

イ調査研究