

令和6年度高等学校登山夏山基礎講習会開催要項

1 目 的

夏山での歩行技術や生活技術、危急時対策を中心に引率者として身に付けておくべき基礎的な知識や技術を習得することで、指導者としての資質向上を図る。

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

公益財団法人全国高等学校体育連盟

4 後 援

スポーツ庁

5 協 力

長野県山岳総合センター

6 期 間

令和6年7月19日(金)～20日(土)の2日間
(※どちらか日帰りのみの参加も可能です。)

7 会 場

長野県山岳総合センター 及び 周辺山域
〒398-0002 長野県大町市大町8056-1 TEL(0261)22-2773 FAX(026)235-7257

8 募集人員等

(1)応募資格

所属団体の所属長等(教育長、学校長等)が推薦する以下の者

高等学校・高等専門学校の山岳部、ワンダーフォーゲル部、オリエンテーリング部、アウトドア部等、登山活動を行う部活動やクラブで指導する教職員、コーチ、指導者等

(2)募集人員 20名程度

9 研修会の日程及び内容

日 程	内 容	研修場所
7月19日(金)	受付8:00～ 開会式、講義、班別研修	長野県山岳総合センター及び周辺
7月20日(土)	総合研修、班別協議、下山、閉会式 解散14:30頃	長野県山岳総合センター及び周辺山域

※詳細な日程及び内容は、国立登山研修所ホームページ(<http://www.jpnsport.go.jp/tozanken>)で確認してください。研修場所は天候により、変更になる場合があります。



10 必要装備

国立登山研修所ホームページを参考にしてください。参加承認者には後日個人装備表を送付します。

11 参加申込方法

- (1) 所属団体の所属長等(教育長、大学長、学校長、会長等)が以下の書類をそろえて参加希望者を推薦し申込をしてください。

提出書類	備 考
(ア) 高等学校登山夏山基礎講習会の開催について【別紙1】	所属団体の代表者が記入してください。
(イ) 参加希望者個人票【別紙2】	<u>参加希望者本人が記入</u> してください。 <u>初日の講義のみ</u> の参加の場合は、別紙4は不要です。
(ウ) 登山指導歴書【別紙3】	
(エ) 健康・体力調査票【別紙4】	
(オ) 参加確認書【別紙5】	

※申し込み提出書類の様式は、国立登山研修所ホームページからダウンロードできます。

- (2) 申込方法 ①tozanken@jpnssport.go.jp 宛に必要な書類をデータ添付し、電子メールにて送付してください。

②参加確認書(別紙5)は自署の上、スキャンしてください。

③申込を受領した際は必ず返信を行います。

- (3) 申込期間 令和6年6月10日(月)～6月21日(金) 必着 ※承認通知の発送は6月末を予定

12 参加者の決定

- (1) 国立登山研修所で参加申込書類をもとに選考の上、参加者を決定します。
(2) 参加の可否については、推薦者(所属長等)と参加希望者双方に通知します。
(3) 参加承認者には日程表、個人装備表、健康診断書(当所指定の様式に限る)、保険申込書、事前課題等をメール送付します。※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。

13 参加費用

項目	金額
(1) 長野県山岳総合センターにおける施設利用料 (1泊分) (日帰り分)	1800円 なし
(2) 研修における所内での食事代(朝食×1食、昼食×2食、夕食×1食)～宿泊者	3600円
(3) 傷害保険料 (公務災害で対応される方は申込の必要はありません) ※20日(土)の総合研修参加者	3,000円または4,000円 ※参加者で選択
(4) 資料代など	500円

※参加費用は受付時に集金します(現金に限る)。なお、金額は変更する場合があります。

14 参加申込の取り消しについて

参加申込後、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り消しの理由等を連絡してください。※本人から直接国立登山研修所への申込取り消しは受け付けません。

15 その他

- ・本研修会において主催者が撮影・録画した静止画・動画を、広報活動、報告書等に使用場合があります。
- ・インフルエンザや新型コロナウイルス感染拡大防止のため、研修会を中止する場合があります。

令和6年度 高等学校登山夏山基礎講習会日程表（案）

7月19日(金)		7月20日(土)	
プログラム	講習予定場所等	プログラム	講習予定場所等
6		起床 朝食(各自で自炊)	6
7			7
8		総合研修 周辺山域(鷹狩山)	8
9	受付 事務室前	※生徒を安全に引率するための 知識や技術に関する研修 ・ 歩行技術 ・ 読図とナビゲーション ・ 荒天時及び危急時の対策等 に関する内容	9
10	開会式 写真撮影・オリエンテーション		10
11	全体研修 研修会の目的と内容について 北村主任講師 講義室		11
12	班別研修 ・ 顔合わせ ・ 研修場所の概念把握 ・ 行動計画(PDCA) ・ 装備の確認	装備の整理・返納	12
13	講義 I 「登山のプランニングについて」 北村主任講師 講義室		13
14	昼食	昼食	14
15		全体協議 ・ 研修の振り返り ・ 班別協議内容の発表 ・ 研修内容の整理等 講義室	15
16		閉会式・解散	16
17			17
18	(講師打ち合わせ)		18
19	夕食		19
20			20
21	班別協議 ・ 研修第1日目の振り返り ・ 事例研究・ヒヤリハット等 ・ 翌日の行動の確認・準備 ・ 入山準備		21
	22:30 就寝		

令和6年度 高等学校登山夏山基礎講習会

7月20日(土)参加者

個人装備表

1s=1セット

✓	品名	数	備考	✓	品名	数	備考
	衣類関係				その他		
	シャツ	1	化繊orウール素材 長袖		テーピングテープ	1	38mmまたは50mm幅のもの
	パンツ	1	登山用パンツ		常備薬	適	※必要に応じて持参
	下着	1	速乾繊維またはウール		予備電池	2s	
	中間着	1	薄手フリース等		筆記用具	適	小型メモ、ペン
	靴下	1s			健康保険証	1	
	帽子	1	キャップ		生活用品	適	洗面具など
	レインウェア	1	セパレートタイプ		携帯電話	1	予備バッテリー等も
	ショーツスパッツ	1	ゲーター(止めゴム予備持参)		非常用品	1s	レスキューシート、ろうそく等
	手袋	1	軍手等		タオル	1	
	サングラス	1	UVカット、ケース付		トイレットペーパー	適	水溶性のもの
	行動用具関係				シュラフ	1	
	ザック	1	60ℓ程度のもの		シュラフカバー	1	
	登山靴	1	登山用ハイカットブーツ		個人用マット	1	
	水筒	適	2ℓ以上		グランドシート	1	※あれば持参
	地形図(1/25000)	1	鷹狩山 磁北線を記入(可能な者)				
	コンパス	1	プレート付				
	ヘルメット	1			その他(研修所内において)		
	カラビナ	2			品名	数	備考
	安全環付きカラビナ	1			室内着	1s	所内研修で着用(ジャージ等動きやすい服)
	テープスリング(120cm)	1			体育館用シューズ	1	所内研修で使用
	テープスリング(60cm)	2			着替え	適	所内研修中の着替え
	その他(研修所内において)						
	品名	数	備考				
	室内着	1s	所内研修で着用(ジャージ等動きやすい服)				
	体育館用シューズ	1	所内研修で使用				
	着替え	適	所内研修中の着替え				
		適					

※ コロナウィルス感染対策のため、マスク・手指衛生用品・使い捨て手袋・チャック付きゴミ袋・体温計なども持参ください。

※ 登山中に十分な行動食、水分を携行してください。水分は塩分・糖분을補給できるものが理想。
(行動食の例:パン・チョコ・クッキー・飴・シリアルバー・ナッツ・チーズ・サラミ・ゼリー・コンデンスミルク等)

※ 装備について準備が困難な物や不明なものがある場合は、研修所までご相談ください。

別紙 1

令和 第 年 月 日 号

独立行政法人日本スポーツ振興センター
国立登山研修所長 殿団 体 名
(教育委員会、学校、勤務先等の名称)

所 属 長

所 在 地 〒

{	担当者氏名	TEL	}
	メールアドレス		

令和6年度高等学校登山夏山基礎講習会の開催について（回答）

令和6年4月17日付け 令6日ス振登第6号で通知のあった標記のことについて、下記の者を適当と認め参加を申し込みます。

推薦 順位	氏 名	年 齢	住 所	電 話 メールアドレス	所 属
1			〒		
2			〒		
3			〒		

・ 両日参加 ・ 19日のみ参加 ・ 20日のみ参加 ○で記載

添付書類

- ・ 参加申込者個人票（別紙2）
- ・ 登山経歴書（別紙3－1・3－2）
- ・ 健康・体力調査票（別紙4）
- ・ 参加確認書（別紙5）

※上記の欄が足りない場合はコピー等で対応してください。
応募総数が多い場合は同一の団体等からの参加人数を調整することになりますが、その際は、原則として推薦順位上位の者から参加を認めていきますので御了承ください。

※参加申込者から取得した個人情報については、利用目的の範囲内で適切に取り扱います。

健康・体力調査票

所 属

氏 名

年 齢

歳

性 別

1 アレルギーはありますか。 ない あるいは(具体的に)

2 生活習慣 喫煙 すわない すう 1日に()本x()年間

飲酒 しない する (種類と量)

3 既往症

・ハチに刺されたことがありますか？ ない あるいは(具体的に)

4 服用している薬

5 身体状況

身 長 cm

体 重 kg

平 熱 °C

血 圧 最高 mmhg

最低 mmhg

6 凍傷に罹患したことはありますか？ いいえ はい (罹患部位・程度:)

●健康状況について

1 日常生活

- ・疲れやすい はい いいえ
- ・睡眠が不足している はい いいえ
- ・普段、朝食は食べない はい いいえ
- ・日常感じている不具合を記入してください。

2 山行中の問題点

- ・山行中に膝が痛くなる はい いいえ
- ・重たい荷物を背負うと息が切れる はい いいえ
- ・バランスを崩した場合、リカバリーができずよく転倒する はい いいえ
- ・山行中は快眠(熟睡)できない はい いいえ
- ・これまでの山行中における健康上のトラブルあれば記入してください。

● 日常的な運動やスポーツについて

・日常的に運動やスポーツを (している ・ していない)

・日常的に行う運動やスポーツの種目と内容

・日常的に行う運動やスポーツの頻度 1週間に 回 1回あたり 時間

● あなたの経験や体力について

・登山に出かけるペース<○印を付けてください。>

(毎週1回は・2週間に1回くらい・1か月に1回くらい・2か月に1回くらい・半年に1回くらい・1年に1回くらい)

・ぼっかについて 背負って確実に歩けるザックの重量 約 kg

・行動時間 通常の1日の行動時間 時間

軽装でガイドブック等のコースタイムの % 程度のタイムまでなら疲労せずに歩き続けられる。

・体力の自己評価

自信がある 普通 自信がない
 (生徒以上の体力がある) (生徒より体力がない)

5 4 3 2 1

・その他特記事項等

※ 参加申込者から取得した個人情報については、利用目的の範囲内で適切に取り扱います。

参加確認書

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（以下「国立登山研修所」という。）は、登山の健全な発展を図るため、登山指導者養成のための研修を行うことを目的として設置されています。

本研修会「令和6年度高等学校登山夏山基礎講習会」では、高等学校等において登山の指導的立場にある教職員等を対象に夏山登山に必要な基礎的な知識や技術の習得と、高校生を安全に引率するための能力向上を目指します。

実技研修は、浮石等のある不整地の登山道や稜線を歩く研修を実施します。
あらためて、登山は危険を内包した自然の中で行われるスポーツであることを十分に認識した上でご参加ください。

国立登山研修所及び実技講師は、安全管理上の指導もしますので、その指示を踏まえ安全に研修会が運営されるようご協力ください。

国立登山研修所としては、研修会における安全対策には万全を期してまいりますが、登山は自然の中で行う活動であるため、それでも万が一、事故が発生した場合には応急処置を施し、必要に応じて、最寄りの病院へ搬送いたします。その際、国立登山研修所職員などが随行または病院に待機するとともに、ご本人の緊急連絡先に連絡いたします。

また、傷害保険につきましては、国立登山研修所がご紹介しますので、加入してください。

上記のいくつかの留意事項をご確認いただいた上で、下記にご署名いただき、他の必要書類と併せて提出して下さるようお願いいたします。

年 月 日

氏 名 (本人署名)

現住所