資料３

安全登山に係る取組

長野県観光スポーツ部山岳高原観光課

１　長野県登山安全条例の制定（平成 28 年７月施行）

登山を安全に楽しむための環境を整備することを規定。

【条例のポイント】
- ◆登山は自己責任の原則を踏まえつつ、登山を安全に楽しむために、登山者が守るべきルールや県の責務・施策等を明確化
- ◆広範囲な山岳を対象に、現在任意である登山計画書の提出を、条例に根拠を持たせ広く呼びかけていく。（義務化とするが、罰則規定は設けない。）
- ◆山岳関係者、市町村、国、県等の関係者による山域の将来像を策定し、安全に登山するためのインフラである登山道や標識等を継続して整備していくことを規定
- ◆火山については、突然の噴火により多くの登山者が被災する可能性があり、必要な施策を規定

２　条例の概要

（１）目的

登山の安全に関し
- ・県及び登山者等の責務等を明らかにする
- ・登山を安全に楽しむための施策の基本となる事項等を定める

→ 日本を代表する山岳県にふさわしい登山の安全対策を総合的に推進

→
- ・登山者の本県への来訪及び滞在を促進
- ・本県の観光振興に寄与

（２）責務と役割

	対象者	責務又は役割の内容
責務	県	・登山を安全に楽しむための施策の総合的な策定、実施
	登山者	・登山が常に遭難の危険を伴う行動であること及び登山は自己の責任において実施するものであることを認識
役割	山岳遭難防止対策協会	・県や市町村と連携し、山岳遭難の未然防止 ・山岳遭難者の捜索及び救助
	山岳関係事業者（山小屋事業者、索道事業者、登山用品販売事業者等）	・登山者に対する安全な登山のための情報提供　等
	山岳関係団体（山岳会等）	・登山者に対する安全な登山のための情報提供 ・登山者の登山に関する技術の向上の支援
	登山ガイド（信州登山案内人等）	・登山者に対する山の魅力の伝達 ・登山者の安全確保
	ツアー登山を実施する旅行業者	・ツアー登山に参加する登山者の安全確保 ・ツアー登山に登山ガイドの同行

（３）対象となる登山者

里山を除く山岳を登山（遊歩道の通行を除く。）する者

ただし、山岳において次のいずれかに該当する業務に従事する者以外のもの

・山岳遭難者の捜索又は救助に関する業務

・山小屋等の設置又は運営の業務

・森林の整備、保全又は管理の業務

・自然公園の管理の業務　　他

（４）登山者の遵守事項

・山岳の特性を知り周到な準備をすることが山岳遭難の未然防止につながることを認識し、あらかじめ、登山計画を作成すること。

・季節や気象状況に応じた服装をし、必要な装備品を携行すること。

・その他「登山を安全に楽しむためのガイドライン」に定められた事項

（５）県の施策

項　　目	内　　容
安全な登山のための啓発活動の推進等	・安全な登山のための情報の提供 ・「信州 山のグレーディング」の実施 ・山岳の魅力などの登山者が山岳を楽しむための情報の提供 他
外国語による情報提供	・外国人の登山者の安全を確保するための情報の提供 他
安全な登山のための環境整備	・山域の関係者と協働して山岳の環境保全及び適正利用の方針を決定 ・地域ごとの山域の将来像に基づいた登山道及び標識の整備を支援 他
山岳遭難者の捜索及び救助	・山岳遭難者の捜索及び救助体制の整備 他
火山災害における登山者の安全確保	・市町村による登山者の避難計画の策定に対する支援 ・市町村に対する火山現象に関する情報の提供 ・シェルター等の避難施設や防災用品の整備に対する支援 他

（６）登山計画書の届出

・指定登山道※１を通行しようとするときは、あらかじめ登山計画書を知事に届け出ることを義務付け

・隣接県の行政機関、登山計画書を受け付ける団体※２等に届け出たときは、知事に届け出たものとみなす。

・県は登山計画書の届出を行いやすくするための必要な措置※３を講ずるものとする。

※1：指定登山道…遭難の発生のおそれが高いと認められる山岳の登山道を指定

※2：山岳安全対策ネットワーク協議会が運営するオンライン登山計画書届出システム「コンパス」及び（株）ヤマップが運営する「ＹＡＭＡＰ」が該当

※3：民間事業者と連携したの電子申請の普及、FAX による届出書類の電子化

（７）山岳保険への加入

山岳を登山しようとする者の山岳保険への加入の努力義務を規定

３　本県（観光スポーツ部）の山岳遭難防止対策事業

１　山岳遭難防止対策事業		
（１）長野県山岳遭難防止対策協会の取組		
安全啓発	北アルプス三県広域連携遭難防止対策事業	北アルプスを囲む岐阜・富山・長野の三県が連携して広域的な取組を実施
	脱水対策キャンペーン	大城医師協力のもと、脱水に起因した遭難対策の取組を実施
	登山漫画「岳」と連携した週報の発行	県内の遭難事例を週刊で発出し、安全登山のための情報を提供
	登山 Safety Book の作成	啓発冊子を毎年発行し全国の登山用品店等に配架。また季節の山岳情報を発信（WEB）
	山小屋ポータルサイトの開設	山小屋の開設情報をとりまとめ、県ＨＰで一元的に発信
	冬山安全啓発事業	ＢＣ対策に関する啓発資料を各スキー場等で配布。また大使館等と連携したインバウンド対応を実施
	信州山のグレーディング	適切な山選びの促進のための指標となるツールを提供
	山岳ヘルメット着用奨励山域の指定	県内山域で特に滑落等のリスクの高いエリアをヘルメット着用奨励山域に指定
山際指導	山岳遭難防止常駐隊の設置	北アルプス山域に常駐し、登山者指導やパトロール、救助活動等を実施
	安全登山啓発ゲート（仮）検証事業	県内主要登山口において入山前に登山者の準備状況等を確認
	地区山岳遭難防止対策協会事業補助金	地区遭対協が地域に応じた対策を実施するための取組を支援
体制強化	夏山山岳診療所の設置支援	大学医学部等がボランティアで設置する診療所設置の取組を支援
	山岳遭難防止対策無線設備の更新・整備	県下に配置した遭対用無線設備を維持。また老朽化した移動局 204 台を順次更新
（２）県による直営事業		
２－１	山小屋エネルギーコスト削減促進事業	山小屋の公益的機能維持のため、省エネ設備等の導入に係る経費を補助
２－２	涸沢山岳総合相談所の維持管理	安全登山のための注意喚起や情報提供を行うための施設を整備
２－３	山岳遭難防止対策推進員の設置	山岳遭難防止活動推進のための推進員を設置
２－４	信州の山岳遭難防止対策プロジェクト（ふるさと信州寄付金募集の取組）	県遭対協等による安全登山の取組の一層の充実のための寄付募集を実施

２　安全登山普及推進事業		
（１）	山岳遭難防止対策検討会の設置	遭難対策のあり方を検討するため、有識者等からなる検討会を設置
（２）	登山計画書の印刷と届出環境整備	県下登山ポストに据え付ける登山計画書の印刷と届出環境の整備を実施
（３）	登山計画書回収事務費補助金	地区遭対協等が登山計画書の回収等に要する経費を補助
（４）	登山計画書の届出状況等調査	県下主要登山口において安全登山の推進に必要なアンケート調査を実施
（５）	指定登山道看板の維持管理	指定登山道の登山口に設置する看板の維持管理を実施
（６）	登山計画書等分析業務	登山計画書等から登山者の属性や動向等を分析

３　信州登山案内人利用促進事業		
（１）	信州登山案内人試験の実施	信州登山案内人に必要な資質・技能を確認する試験を実施
（２）	信州登山案内人資質向上研修の実施	信州登山案内人の更新（３年）に際しての資質向上研修を実施
（３）	信州登山案内人試験委員会の開催	上記事業の運営に必要な事項を決定する有識者等による委員会を設置

４　山岳総合センター管理運営事業		
（１）	山岳総合センターの管理運営	山岳に関する調査・研究等を行う施設の設置と管理運営を実施 【指定管理者】長野県山岳協会事業管理

４　山小屋の公益的機能の維持について

（１）山小屋の公益的機能

山小屋は、宿泊施設としての役割にとどまらず、登山道の整備、登山相談などの遭難防止対策、遭難発生時の救助活動、環境保全、無線・携帯電話の基地局の設置、トイレの提供など登山者にとっての公共インフラの役割を果たしている。

（２）山小屋の特殊性

昭和以前に建設された山小屋も多く、老朽化が進んでいるが、自然公園内に位置する等の理由から大規模な施設改修や設備投資が進みにくい状況。

（３）県の取組

コロナ禍での経営圧迫や物価高騰により経営難となった山小屋や立地等の特殊性により機能時が困難な山小屋に対し、公益的機能維持の観点から、県では稜線上にある隣接県の山小屋を含めて次のとおり支援を実施している。

① 山小屋への支援金の実施（令和２～５年度）

事業名	事業内容	時期	支給額	支給実績
山小屋公益的機能維持等支援金	山小屋の公益的機能維持のため、コロナ禍で危機的状況にある山小屋に支援金を給付。	R2 6 補	30 万円／施設	105 件
		R3 6 補		88 件
		R4 6 補	40 万円／施設	113 件
		R5 6 補	最大 25 万円／施設	100 件
			延べ支援施設数：	406 件

② クラウドファンディング（寄付金）による支援（令和２～６年度）

事業名	事業内容	時期	支給額	支給実績
信州の山小屋応援プロジェクト	クラウドファンディング型ふるさと納税により、広く一般から寄付を募り、寄付金受領の意向を確認した山小屋に対して均等額を配分	R2 9 補	119,819 円／施設 目標金額 1,000 万円 寄付総額 14,498,200 円	121 件
		R3 11 補	151,775 円／施設 目標金額 1,500 万円 寄付総額 9,427,220 円	128 件
		R4 6 補	117,902 円／施設 目標金額 2,000 万円 寄付総額 14,619,943 円	124 件
信州の山小屋応援・山岳遭難防止対策プロジェクト	長野県直営 共創型ふるさと納税受付サイト「ガチなが」で寄付を募集 ※山小屋支援と山岳遭難防止対策の２つのうちから一方を選択し寄付	R5-R6 年度	寄付総額 20,538,000 円(R5) 1,553,000 円(R6) ○うち山小屋支援分 62,209 円／施設 分配総額 7,714 千円	124 件
			延べ支援施設数：	497 件

③ 山小屋エネルギーコスト削減促進事業補助金（令和８年１月補正）

山小屋が担う公益的機能を維持するため、山小屋における省エネ設備等の導入に要する経費の一部を支援。

○補助対象者：山小屋事業者（稜線上等にある隣接県の施設を含む）
○補助対象経費：建物全体の省エネ対策に資する設備・備品の更新等に要する経費
○補助率：１／２以内（基本コース）
○補助上限額／下限額：上限額 500 万円／下限額 50 万円（基本コース）

山岳遭難防止常駐隊の設置

■ **設置期間**　７月13日（月）から10月中旬まで

■ **設置山域**
- 北アルプス北部…白馬岳を中心に後立山連峰
- 北アルプス南部…涸沢を中心に槍・穂高連峰

■ **活動内容**
- 登山者への声掛け、登山道のパトロール
- 県警山岳遭難救助隊と連携した救助活動

■ **隊員数**　30名程度（北部15名、南部15名）

■ **設置主体**　長野県山岳遭難防止対策協会（事務局：山岳高原観光課）

■ **支援協力**
- 株式会社モンベル（登山ウェアの提供）
- 味の素株式会社（スポーツ用サプリメントの提供）
- マツモトキヨシ（医療用品等の提供）

■ **主な活動実績**（令和７年度）

設置期間：令和７年７月17日～10月12日

隊　　員：33名（延べ隊員数：1,367名）

救助支援：59件（北部34件、南部25件）

県警ヘリとの合同訓練
@大町市観音橋ヘリポート

医師の指導によるファーストエイド訓練@山岳総合センター

脱水対策キャンペーンの実施

１　活動内容

脱水による疲労、熱中症等発病、疲労に起因する転倒・滑落等
するため、登山口において経口補水液を配布し、効果的な水分
ついて啓発を実施。また、大城和恵氏による脱水予防に関する
イスを実施。

２　協　　力

県山岳遭難対策特別アドバイザー大城 和恵 医師、
㈱大塚製薬工場等と連携した脱水対策の啓発活動を実施

３　主な活動実績

年　度	実施日	場　　所	実　績
R7年度	８月８～10日	小谷村：栂池登山口(自然園前) 松本市：上高地、横尾	約1,970人
R6年度	８月９日（金） ８月10日（土） ８月11日（日）	白馬村：八方池山荘前 茅野市：美濃戸登山口 松本市：上高地及び横尾登山口	約1,750人
R5年度	８月11日（金） ８月12日（土） ８月13日（日）	松本市：横尾登山口 伊那市：北沢峠 白馬村：猿倉登山口	約1,450人

信州 山のグレーディング

1　目　　的

県内の登山ルートの難易度を情報提供し、登山者が「自分の力量にあった山選び」をすることにより、山岳遭難の防止に役立てる。

2　対 象 者

○体力の低下を意識しない中高年者
○山の怖さを知らない初心者　　など

3　評価方法

登山ルートごとに固有の地形的な特徴に基づいて「体力度」と「技術的な難易度」を評価し、縦・横のマトリックス図で表示

4　取組の拡大

○新潟県・山梨県・静岡県と開催した「中央四県サミット」において、各県と難易度の共同基準を策定。
平成27年に合同グレーディングを公表（３県計388ルート）

○以後、共同基準の提供により、取組は10県・２山域に拡大（全体で1,052ルート）

山岳遭難の防止・安全登山の推進

登山Safety Book

■登山情報の提供と
安全登山を呼びかける
フリーペーパーを作成し
登山用品店等で配布

島崎三歩の「山岳通信」

■県内山岳で発生した
遭難事例の週報や
安全登山のための
情報を提供

多言語による安全登山の動画発信

■ 近年のＳＮＳの普及を踏まえ、登山初心者や中級者向けの安全登山動画を多言語（日・英・中繁・中簡・韓国）で製作し発信

（山岳総合センター連携事業）

冬山における山岳遭難対策の推進

県内スキー場等における現地啓発の取組

■ **活動実績（令和７年度）**

・長野駅東口（R8.1.9）

・八ヶ岳美濃戸（R8.1.10）

・野沢温泉スキー場（R8.1.23）

・八方尾根スキー場（R8.1.31）

外国人向け
啓発ステッカーの作成

■ 作成部数：２万部

■ 活用実績：

・県内スキー場への配布

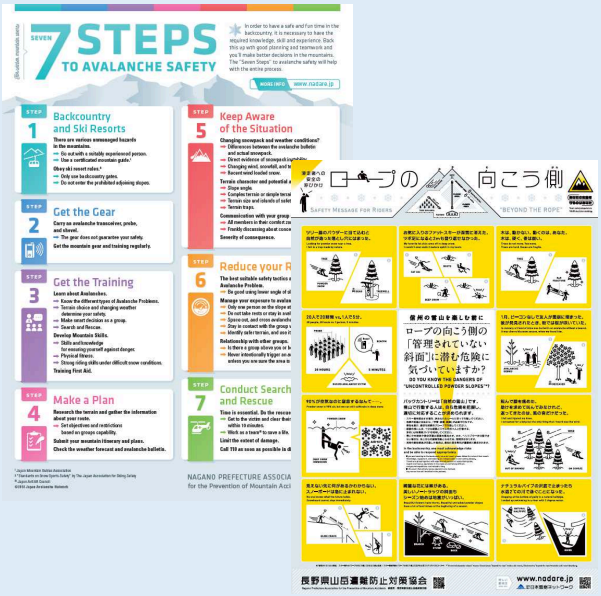
・上記現地啓発での配布

啓発資料の作成と各スキー場への配布

■ 印刷部数：ポスター 150部

チラシ 3,000～4,000部

■ 配布先：県内スキー場 39ヶ所



（協力）特定非営利活動法人 日本雪崩ネットワーク

ガチながら 寄付募集「信州の山岳遭難防止対策プロジェクト2025」

長野県直営 共創型ふるさと納税受付サイト

ガチ（本気）でより良い長野県を皆さまと共に創るサイト

登山道整備の状況

自然保護課

１　登山道整備の課題

(1) 登山道の多くは自然発生的に成立したものであり、そのほとんどは管理主体が不在

(2) 地方公共団体や山小屋関係団体等による協働管理により維持補修等を行っているが、過酷な自然環境にさらされ、老朽化や破損が進み、地元関係者の負担が増加

(3) 国の補助事業の事業主体は地方公共団体に限定され、山小屋関係団体は対象外

２　県の補助制度

(1) ふるさと信州寄付金等活用山岳環境保全事業

○長野県登山安全条例（H27.12）に基づき、市町村、山小屋等関係団体が実施する登山道等の施設整備、維持補修等への補助（R3～制度を拡充）

○補助率　市町村　45/100

山小屋関係団体　材料費 10/10、労務費 1/2、請負工事 1/2

【事業実績】

年度	整備内容	事業費	補助金額
R4	木道改修、階段補修等　11 箇所	9,518,849 円	4,652,000 円
R5	木道改修、階段工等　8 箇所	30,003,645 円	13,729,000 円
R6	木橋改修、木道改修等　18 箇所	40,750,529 円	18,936,000 円
R7	木橋改修、木道改修等　19 箇所	30,922,365 円	19,211,000 円

(2) 登山道災害復旧早期支援事業

○市町村、山小屋等関係団体が実施する登山道の災害復旧に対する補助【全国初】

○長野県登山安全条例に規定する「指定登山道」が対象

○補助率　市町村　3/4

山小屋関係団体　資材購入費 10/10

【事業実績】

年度	事業主体	整備内容	事業費	補助金額
R2	南相木村	登山道新築	2,502,500 円	1,876,000 円
R3	茅野市	路面復旧等	9,163,000 円	6,872,000 円
R4	茅野市	橋復旧等	4,763,000 円	3,572,000 円
R7	小海町	木道設置工	8,767,000 円	6,575,000 円

３　その他

(1) 山小屋関係団体が行う登山道整備には、登山協力金も活用されている

(2) 県から国に対し、自然環境整備交付金の交付対象に山小屋関係団体も加えるよう要望を行っている

クマ対策総合パッケージに基づく取組

しあわせ信州
山々と育む すこやかな国

長野県「県民の命と暮らしを守るツキノワグマ対策」総合パッケージ

～ツキノワグマによる人身被害ゼロを目指して～

長　野　県

《基本方針》

クマ被害から、県民の命を守り、暮らしの安全を確保する

◆人とクマとの適切な棲み分けを徹底する
◆人の日常生活圏に侵入したクマの捕獲を強化する
◆人材の育成・確保、情報共有の迅速化を図る

《対策の柱１》棲み分けの徹底、出没防止策の推進

○ ゾーニング管理導入の加速化（林務部）

○ 侵入防止柵の整備（農政部）

○ 緩衝帯の整備（農政部、林務部、建設部）

○ 誘引物の適正な処理（農政部、林務部、環境部）

《対策の柱２》人の日常生活圏に侵入したクマの捕獲の強化

○ 計画的な管理と継続的な調査・分析（林務部、環境部）

○ 捕獲上限の引上げと捕獲の強化（林務部）

《対策の柱３》緊急対応体制の強化

○ 緊急対応体制の構築（林務部、警察本部、環境部）

○ 現場対応力の強化（林務部、建設部、警察本部、産業労働部）

《対策の柱４》人材の確保・育成と広域連携

○ 捕獲技術の向上・安全指導（林務部、警察本部）

○ 専門人材の確保（林務部）

○ 広域連携の推進（林務部）

《対策の柱５》情報発信・普及啓発と行政体制の強化

○ 目撃情報の迅速な情報発信･注意喚起（林務部）

○ 正しい知識の普及（企画、県文、観光、環境、林務、建設、教育）

○ 県組織の体制強化（全部局）

情報発信・普及啓発　「正しくおそれ、正しく備える」

※以下のツールは、長野県ホームページで公開しています

「ツキノワグマに出会わないための行動ガイド」

○ **子ども向け**（550か所,14万部）

○ **保護者・保育士・教員向け**　（650か所,7万部）

「クマに出会わないために知っておきたいこと」

○ **観光客向け**（11か所,1万部）

観光客向け→
リーフレット

注意喚起の強化

○ **ツキノワグマ等身大パネル**

主要駅、道の駅等に設置

○ **啓発ポスター** 観光地等に掲示

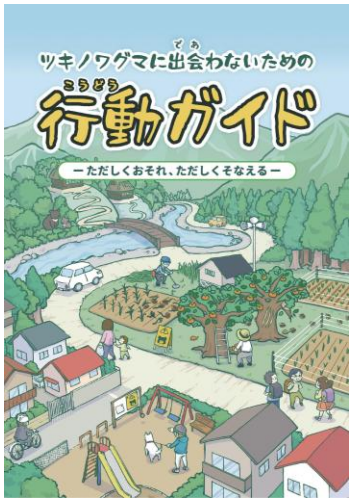
○ **注意喚起看板** 登山道等に設置

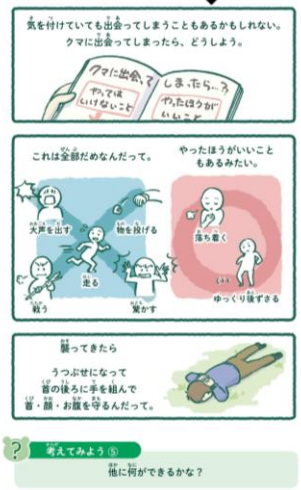
ツキノワグマ等身大パネル

啓発ポスター

注意喚起看板

長野県　クマ啓発　検索





子ども向け「行動ガイド」

啓発動画の放映・配信

○ **ターゲット別に内容を構成**

- 子ども向け　・保護者・教員向け
- 県民向け
- 観光客向け

https://www.youtube.com/watch?v=NJt2CeHRKpw

クマに襲われたら

If you are attacked by a bear

如果被熊袭击 / 如果被熊襲擊 / 야생곰의 습격을 당하면

身を守る防御姿勢
（うつ伏せになり、両手で首の後ろを守る）

Lay face down with both hands protecting the back of your neck
采取防御姿势（俯卧在地，用双手保护后颈）
採取防禦姿勢（俯臥在地，用雙手保護後頸）
몸을 보호하는 방어자세（엎드려서 양손으로 목 뒤를 보호한다）

クマによる人身事故は、人とクマが互いに気付かないまま近づき、突然出会って、クマが驚いて攻撃することで発生することが多いです。

Accidents involving bears most often occur when humans and bears approach each other without noticing one another, encounter one another suddenly, and the bear attacks out of surprise.

トレッキング Mountain trekking

早朝や夕方は、特にクマに出会う確率が高くなるため、この時間帯は避けるなど、事前の準備と十分な注意を行いましょう。

There is a much higher probability of encountering a bear early in the morning or in the evening, so make sure to prepare beforehand and exercise caution, such as avoiding these times of day.

山菜採り Wild vegetable gathering

山菜はクマも好んで食べるため、クマに出会う確率は高くなります。鈴などを携帯して複数人で行動しましょう。

As bears also like to eat wild vegetables, the likelihood of encountering a bear is higher. Make sure to wear a bear bell and travel in a group of people.

キャンプ Camping

クマを引き寄せないため、食料の管理を十分に行いましょう。

Manage your food sufficiently so as not to attract bears.

渓流釣り Stream fishing

水流で音が聞こえにくく、クマも人もお互いに気づきにくい環境です。周囲に十分に注意しましょう。

The sound of the water makes it an environment where it is difficult for both bears and humans to notice each other. Make sure to be cautious of your surroundings.

クマ撃退スプレー Bear spray

クマが近い距離まで接近した
緊急時に使用するための装備

Have bear spray on hand to use in an emergency when a bear comes within a very close distance.

※日本クマネットワークのホームページ（https://www.japanbear.org/）などで、正しい使い方を確認してください。

正しい使い方をCHECK！

見つけたら危険！

クマのサイン Signs of bears

足あとやフンを見つけたら、迷わず引き返しましょう

If you find pawprints or droppings, retreat without hesitation.

1 クマのフン Bear droppings

2 クマが木の皮をはがしたあと

Traces a bear has stripped a tree of its bark.

3 クマの足跡のポイント

Key points of bear pawprints

柔らかい地面では、5本の指や爪のあとが残ることがある

＼クマに注意／

最新情報の収集を

Beware of bears!
Gather the most up-to-date information

ツキノワグマ対策について（県HP）

クマ目撃情報マップ「けものおと2」

発　行　長野県　　発行日　2026年3月

掲載する情報や画像を権利者の許可なく複製・転用などに二次利用することを固く禁じます。

写真：アフロ

クマに出会わないために知っておきたいこと

What you need to know to prevent bear encounters
为了避免遇到熊，需要了解的事项
為了避免遇到熊，需要了解的事項
야생곰과 만나지 않기 위해서 알아두어야 할 것

長野県の森林にはツキノワグマが生息しています

Asian Black Bears live in the forests of Nagano Prefecture
长野县的森林中栖息着亚洲黑熊。
長野縣的森林中棲息著亞洲黑熊。
나가노현의 숲에는 반달가슴야생곰이 서식하고 있습니다

森林はクマの生息地であり、どこでクマを見かけても不思議ではありません。森林に入る際やその周辺では、クマに出会わないようにするため、事前の準備と十分な注意を行いましょう。

Bears make their habitats in forests, making it likely to encounter a bear at any time. In order to prevent encountering a bear when you go into the forest or its surroundings, make sure you are prepared and exercise caution.

長野県

出会わないために

In order to avoid bears

为了避免遇到熊 / 為了避免遇到熊 / 만나지 않기 위해

音の出るものを持ち歩く

Carry something that makes noise as you walk

随身携带能发出声音的物品

隨身攜帶能發出聲音的物品

소리가 나는 물건을 소지 한다

早朝・夕方は特に注意

Take extra care early in the morning and in the evening

清晨和傍晚要特别注意

清晨和傍晚要特別注意

새벽,해질녘은 특히 주의

ゴミは持ち帰る

Take your trash home with you

请把垃圾带走 / 請把垃圾帶走

쓰레기는 가져간다

複数人で行動する

Travel in groups

尽量结伴同行/ 盡量結伴同行

여러사람이 함께 행동한다

出会ってしまったら

If you see a bear

如果遇到熊 / 如果遇到熊 / 만나게 된다면

ゆっくり後ずさり

Back up slowly

慢慢后退 / 慢慢後退

천천히 뒤로 물러서기

大声を出さない

Do not yell

不要大声喊叫

不要大聲喊叫

큰 소리를 내지 않는다

近づかない

Do not approach

不要靠近 / 請勿靠近

가까이 가지 마세요

走って逃げない

(走ると追われる危険あり)

Do not run away

不要奔跑逃离 / 不要奔跑逃離

뛰어서 도망가지 않는다

食べ物を与えない

Do not give them food

不要给熊食物 / 不要給熊食物

음식을 주지 않는다

ツキノワグマってどんな動物？

What are the traits of the Asian Black Bear?

クマは人を避けることが多く、人に気づくとクマの方から逃げていくことがほとんどですが、人と不意に出会った場合は、攻撃される恐れがあるため注意が必要です。必要以上に怖がるのではなく、クマの特徴を正しく理解しましょう。

Bears often avoid people, and in almost all cases, when a bear notices a human, it is the bear that will run away. However, if a bear unexpectedly encounters a human, they may attack, and therefore you must be cautious. Rather than reacting with excessive fear, it is better to have a proper understanding of the bear's traits.

身体の特徴

Physical characteristics

体色 Color

全身が黒色。胸に白い月の輪の模様がある。(無い個体もいる)

covered in black fur with a white moon-shaped pattern on its chest (some bears do not have the white patch)

身体能力 Physical capabilities

時速40km以上で走ることが可能。鋭い爪を持ち、木登りや泳ぎも得意。

It can run at a pace that exceeds 40km/h. It has sharp nails, and it is especially skilled at climbing trees and swimming.

大きさ・体重

(標準的な成獣)

Size and weight

体長 約1.2～1.5m

体重 40kg～120kg程度

立ち上がると

約1.0～1.5m

季節ごとの食べ物 Food by season

春　新芽や若葉　Spring: New shoots and leaves

夏　果実や昆虫　Summer: Fruit and insects

秋　ドングリなどの木の実　Autumn: Acorns and other nuts

ブナ

Beech

ウワミズザクラ

Japanese Bird Cherry

ミズナラ

Japanese oak

活動時間 Active hours

明け方や夕暮れの薄暗い時間帯は、クマの活動が活発。この時間帯の行動は、なるべく避ける。

In the hours when it is slightly dark, just after sunrise and around sunset, is when bears are most active. Avoid going into the forest at those times.

感覚 Senses

においや音にとても敏感。人の気配にも、先に気づくことが多い。ただし、ヤブの中などでは、葉や枝が動く音で人の気配に気づきにくいことがあるため注意が必要。

They are very sensitive to smells and sounds. They often sense people before they see them. However, caution is required in thickets and similar areas as rustling leaves and branches can make it difficult for them to sense people.

子グマを見つけたら

If you find a bear cub

子グマの近くには、母グマがいる可能性が高く、近づくと危険。静かに離れることが大事。

It is very likely that a mother bear will be in the vicinity of bear cub, making it dangerous to approach.

山岳総合センターにおける安全登山に係る取組について

長野県山岳総合センター

令和７年度の実績及び、令和８年度に計画している取り組みは下記のとおり

１　研究及び調査等

（１）研究・調査

登山中のヒヤリハット事例の収集および分析を通して、山岳遭難防止に役立てる。

（２）相談・援助

安全登山の普及啓発のために、一般からの登山に関する問合せに広く答える。特に、令和３年にスタートしたメールアプリ利用の相談「LINE 登山相談所」を継続している。

２　教育・普及事業等

（１）安全登山講座の開催

①安全登山の普及啓発に結び付く対面の講習会や研修会の開催

・遭難の多いシニア層対象の「シニア安全登山教室」の、年５回開催を継続している。令和８年度は、信州山のグレーディングに載っている山で、体力度２～３、技術的難易度A～B の黒斑山・飯縄山・木曽駒ケ岳・御嶽山における実施を予定。

・歩き方や登山のトレーニング、ケアの仕方を学び、長く安全に登山を続けてもらうことを目的に、登山のための体づくりの講座を開催した。

・令和８年度は、夏山及び雪山登山の知識や技術を学ぶ「夏山・雪山スタートアップ講座」をシリーズ開催する。

・令和７年 11 月、登山道でクマの目撃が相次いでいる状況を受けて「ツキノワグマと共生するために～登山者の私たちが知っておきたいこと～」を、急きょ開催した。

②より多くの登山者を対象とするために、夏山及び冬山シーズンを前に、県警山岳救助隊の方を講師に招き、安全に登山を楽しむためのポイントを学ぶオンライン講座を開催した。

（２）県関係機関や他団体との共同開催講座等

①県アンテナショップ「銀座 NAGANO」で開催する登山セミナーの講師として参加する。

②日本雪崩ネットワーク(JAN)との共催で、雪崩事故防止を啓発する「アバランチナイト」を開催。また中央アルプス地区山岳遭難防止対策協会と JAN 主催のビーコン体験会に協力した。

（３）その他

①冬山シーズンにおける、八ヶ岳美濃戸登山口での安全登山啓発を実施

②技術系中心の YouTube の制作・公開

警察本部の取組

長野県警察本部地域部　山岳安全対策課

１　山岳救助体制の強化

⑴　組織基盤の強化

ア　平成 27 年に全国警察で初めて「山岳安全対策課」を設置

イ　里山等の安全対策を強化するため全警察署に「山岳高原パトロール隊」を設置

ウ　山岳遭難救助隊の段階的増員

平成 29 年７所属 35 名　⇒　令和８年現在８所属 45 名

⑵　山岳遭難救助隊員の高度化

ア　外部団体が主催する各種講習（ファーストエイド、ロープレスキュー、雪崩救助）受講を通じたスキルアップ

イ　装備品（雪崩対策装備、エンジンウインチ、車輪付き担架）整備を通じた救助　活動の迅速化及び安全性の向上

２　遭難防止啓発活動

⑴　山岳パトロール活動の強化

ア　春の大型連休、夏期、秋の紅葉シーズンは主要山域で常駐及び山岳パトロール　活動を実施

イ　「信州山カード」を活用した啓発活動

ウ　山小屋等での「やまびこ安全登山講話」を通じた啓発活動

⑵　関係団体と連携した都市部等での安全登山講習

山岳ガイド協会、登山用品店、旅行会社（ツアー登山）等と連携し、安全登山講習を実施

⑶　YouTube を活用したリアリティーのある遭難防止啓発動画の公開

実際の救助活動動画を活用し、登山のリスクと遭難の実態を周知

⑷　ＳＮＳ（山岳遭難救助隊公式Ｘ）を活用したタイムリーな情報発信

ア　毎週の山岳遭難発生状況を週報形式で発信

イ　シーズンに応じた注意喚起や登山道情報などを発信

ウ　遭難者のインタビュー動画の活用など山岳遭難を自分事として認識させるための発信

⑸　個別の遭難事例を題材にした検証記事の掲載

初心者や中高年が陥りやすい遭難事例を当事者の聞き取り等を交えて詳細に掘り下げ記事化し、「マウンテンレスキューファイル」と題して、県警ホームページで公開。登山系ウェブメディアにも記事配信を行い、掲載後は毎回人気記事ランキング上位入り。

⑹　統計データの公開及び提供

過去の統計データを県警ホームページで公開しているほか、登山地図アプリ事業　者には位置情報とリンクしたデータ提供を行い、ヤマレコ山岳遭難マップなど遭難防止啓発に活用。