



第422号<令和7年(2025年) 11月26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」**

©2005 石塚真一/小学館

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(11/17～11/24)の山岳遭難発生状況

日付	場所	性別	年齢	死傷別	態様	概要
11/24 月	ハケ岳連峰 天狗岳	女	56	負傷	転倒	2人パーティで唐沢鉱泉登山口へ下山中、転倒、負傷
11/24 月	ハケ岳連峰 硫黄岳	女	74	負傷	転倒	8人パーティで硫黄岳から桜平登山口へ下山中、転倒、負傷

■山岳遭難発生状況～令和7年(2025年)1月1日～11月24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
R7 全体	352	48	5	170	163	386	223
R6 全体	312	48	3	140	148	339	191
前年同期比	+40	±0	+2	+30	+15	+47	+32
R7単独登山	127	27	4	46	50	127	77
R6単独登山	111	19	2	41	49	111	62
前年同期比	+16	+8	+2	+5	+1	+16	+15

\*遭難数は、昨年1年間(321件・350人)を大きく上回って推移しています。

■山域別発生状況～令和7年(2025年)1月1日～11月24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	68	19.3%	10	0	34	30 74
	後立山	87	24.7%	8	1	38	56 103
	その他	56	15.9%	1	0	36	25 62
	計	211	59.9%	19	1	108	111 239
中央アルプス	24	6.8%	6	1	10	9	26
南アルプス	11	3.1%	0	2	8	1	11
ハケ岳連峰	38	10.8%	5	0	21	13	39
その他の山岳	68	19.3%	18	1	23	29	71
計	352		48	5	170	163	386

■態様別発生状況～令和7年(2025年)1月1日～11月24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	94	26.7%	28	0	68	0	96
転倒	89	25.3%	1	0	88	0	89
病気	28	8.0%	8	0	0	20	28
道迷い	33	9.4%	0	0	0	50	50
落石	7	2.0%	0	0	7	0	7
雪崩	2	0.6%	1	0	1	1	3
落雷	0	0.0%	0	0	0	0	0
疲労凍死傷	57	16.2%	2	0	0	59	61
不明・他	42	11.9%	8	5	6	33	52
計	352		48	5	170	163	386

■男女別・年齢別発生状況～令和7年(2025年)1月1日～11月24日

区分	男性					(人)	女性					(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	7	7	46 17.3%	0	0	1	0	1	18 15.1%	8	64 16.6%
20代	1	0	4	18	23		0	0	1	5	6		29	
30代	4	1	4	7	16		0	0	3	8	11		27	
40代	5	1	13	14	33	86 32.2%	1	0	16	3	20	47 39.5%	53	133 34.5%
50代	7	0	22	24	53		1	0	20	6	27		80	
60代	9	2	31	26	68		0	0	22	8	30		98	189 49.0%
70代以上	20	1	18	28	67	135 50.6%	0	0	15	9	24	54 45.4%	91	
計	46	5	92	124	267		2	0	78	39	119		386	
比率	69.2%						30.8%							

## 県警 山岳安全対策課(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件の山岳遭難が発生しました。

2件ともにハケ岳連峰で発生し、ともに下山中に転倒して負傷しています。

山岳遭難は、『特に下山時』に多く発生しています。原因は、長時間の行動による疲労の蓄積や集中力の低下によるものです。普段では難なく超えられる段差につまづいたり、スリップしたりした際、踏ん張れずに転倒や滑落によって遭難してしまいます。

登頂後に下山を急ぐ気持ちや帰りの電車やバスの時間など、「時間にゆとりがない」「気持ちにゆとりがない」ことも原因の一つです。

このように、山岳遭難は下山時に多く発生していることを認識していただき、登山は登頂目的を達成しても、**無事に下山して帰宅するまでは気持ちは切らさず、集中力を維持して行動してください。**

【長野県で登山を計画している方へ！】

長野県の各山域は、本格的な冬山シーズンに移行し、標高の高い山域では積雪があります。**冬山登山装備は『MUST(マスト)装備』**です。

アイゼン、ピッケル、ビーコンのほか、服装や靴、手袋などは、冬山に対応したものを携行してください。

冬山は、装備品一つで生死を分ける場合がありますので、準備段階から慎重に！

【長野県山岳遭難防止対策協会からのお知らせ】

### ■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」を差し上げます。

詳細は長野県HPで確認

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

## ■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。

## ■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！

★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/](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](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](mailto:mt-tourism@pref.nagano.lg.jp)

=発行：長野県山岳遭難防止対策協会=