



第424号<令和7年(2025年) 12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 三步 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>

■先々週(12/1～12/7)の山岳遭難発生状況

日付	場所	性別	年齢	死傷別	態様	概要
12/2 火	南アルプス 仙丈ヶ岳	男	40	無事救出	疲労	単独で柏木登山口から入山し、地藏尾根 コースを登山中、疲労により、行動不能

■先週(12/8～12/14)の山岳遭難発生状況

日付	場所	性別	年齢	死傷別	態様	概要
						山岳遭難の発生なし

■山岳遭難発生状況～令和7年(2025年)1月1日～12月14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	354	50	4	170	164	388	224
R6 全体	314	49	3	141	148	341	193
前年同期比	+40	+1	+1	+29	+16	+47	+31
R7単独登山	128	28	3	46	51	128	77
R6単独登山	112	19	2	42	49	112	63
前年同期比	+16	+9	+1	+4	+2	+16	+14

■県 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(12/8～12/14)、長野県内では、山岳遭難の発生はありませんでした。

冬山登山は、一年で最も過酷なシーズンで、その厳しい環境で安全な登山を行うには、**入念な事前準備が不可欠**です。稜線では、ひとたび天候が崩れると強烈な雪風に見舞われ、視界不良の状態が数日間続くこともあります。状況によっては行動を中断し、停滞を余儀なくされる場合が想定されるため、**十分な予備の燃料や食料等を必ず携行**しましょう。

また、**冬山は夏山以上に体力が必要**です。特に深い雪を進むラッセルは、雪質や積雪量、地形の影響を受け、想像以上に体力を消耗します。重い装備を背負い、長時間の行動に耐えられるよう、日頃から体力・筋力トレーニングに励みましょう。

冬山は事前の準備の差がそのまま安全と生死を分けることを念頭に置き、冬山を楽しみましょう。

▼先々週(12/1～12/7)、長野県内では、1件の山岳遭難が発生しました。

状況は、単独で仙丈ヶ岳に向けて登山中、疲労により行動不能となり、一晩ビバークし、翌日ヘリコプターによって救助されました。

冬山で遭難した場合、状況によっては救助されるまで、**時間がかかる**ことがあります。その間、遭難者本人や同行者は現場で風雪と寒さに耐えながら、救助を待たなければなりません。冬山に入山する以上、遭難のリスクは誰にもあるものです。リスクを十分に理解したうえで、万全に準備を行い、入山することが求められます。

万が一のアクシデントに備え、防寒着やビバーク装備を必ず携行し、登山計画の段階から、積雪を考慮した余裕のある日程と冬山に対応できる装備を携行しましょう。

■山域別発生状況～ 令和7年(2025年)1月1日～12月14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	19.2%	10	0	34	30	74
	後立山	87	24.6%	9	0	38	56	103
	その他	56	15.8%	1	0	36	25	62
	計	211	59.6%	20	0	108	111	239
中央アルプス		24	6.8%	6	1	10	9	26
南アルプス		12	3.4%	0	2	8	2	12
八ヶ岳連峰		38	10.7%	5	0	21	13	39
その他の山岳		69	19.5%	19	1	23	29	72
計		354		50	4	170	164	388

■態様別発生状況～ 令和 7 年(2025 年)1月1日～12月14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	26.6%	28	0	68	0	96
転倒	89	25.1%	1	0	88	0	89
病気	28	7.9%	8	0	0	20	28
道迷い	33	9.3%	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	58	16.4%	2	0	0	60	62
不明・他	43	12.1%	10	4	6	33	53
計	354		50	4	170	164	388

■男女別・年齢別発生状況 ～ 令和 7 年(2025 年)1月1日～12月14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	0	0	0	7	7	46 17.2%	0	0	1	0	1	18 15.0%	8	64 16.5%
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	15	34	86 32.1%	1	0	16	3	20	48 40.0%	54	134 34.5%
50 代	7	0	21	24	52		1	0	21	6	28		80	
60 代	11	1	31	26	69	136 50.7%	0	0	22	8	30	54 45.0%	99	190 49.0%
70 代 以上	20	1	18	28	67		0	0	15	9	24		91	
計	48	4	91	125	268		2	0	79	39	120		388	
比率	69.1%						30.9%							

【長野県山岳遭難防止対策協会からのお知らせ】

■「御嶽山火山マイスター」事前講習に参加しませんか

噴火災害の継承や御嶽山がもたらす木曽地域の魅力の発信など御嶽山をフィールドに様々な活動を行っている「御嶽山火山マイスター」の認定に向けた事前講習が令和8年1月10日（土）に開催されます。講習には、マイスターに挑戦される方だけでなく、御嶽山や火山防災への理解を深めたい方も申し込むことができます。

詳しくは以下のサイトをご覧ください。（12月26日申込締切）

<https://www.pref.nagano.lg.jp/bosai/happyou/251210press.html>

問合せ先：御嶽山火山マイスター運営委員会事務局（長野県危機管理防災課）

■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/

★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_sotaiky

★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

＝発行：長野県山岳遭難防止対策協会＝