



第429号<令和8年(2026年)1月21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(1/13~1/18)の山岳遭難発生状況

日付	場所	性別	年齢	死傷別	態様	概要
1/15 木	北アルプス 小遠見山	男	46	負傷	滑落	2人パーティで小遠見山東方をスキーで滑走中に滑落、負傷
1/17 土	八ヶ岳連峰 阿弥陀岳	男	52	負傷	転落	3人パーティで広河原沢をアイスクライミング中に転落、負傷
1/17 土	白馬村 北城地籍の山中	男	20	無事救出	道迷い	単独でスキー滑走中、道に迷い、行動不能に
1/18 日	山ノ内町 平穏地籍の山中	男	60	無事救出	道迷い	単独でスキー場を滑走中、管理区域外に迷い込み、行動不能に
1/18 日	北アルプス 小遠見山	男	30代	行方不明	転落	4人パーティで小遠見山の北側の山中をスキー滑走中に沢に転落し、行方不明に

■山岳遭難発生状況～令和8年(2026年)1月1日～1月18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
R8 全体	11	3	2	3	3	11	8
R7 全体	4	1	0	2	3	6	3
前年同期比	+7	+2	+2	+1	±0	+5	+5
R8 単独登山	5	2	0	0	3	5	2
R7 単独登山	2	1	0	1	0	2	2
前年同期比	+3	+1	±0	-1	+3	+3	±0

■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、長野県内では、5件の山岳遭難が発生しました。このうち、4件はバックカントリー中の遭難です。

自然の山岳エリアを自由に滑走するバックカントリーは、整備されたスキー場とは異なり、**雪崩の発生、視界不良による道迷い、急斜面や崖への転落、立木や岩への衝突など常に多くの危険と隣り合わせ**です。

ひとたび、事故が起きれば、救助までに時間を要することも少なくありません。そのため、**バックカントリー滑走には、滑走技術だけではなく、雪の状態や地形・天候を正確に判断する力や冬山登山技術、ルートファインディング、さらには雪崩対策や負傷者の救護に備えた知識と技術も必要**です。

これからバックカントリースキーを計画している方は、計画に無理がないか、装備が適切か、自身の技術や体力・経験がその計画に見合っているか、改めて冷静に見直しましょう。**少しでも不安がある場合は、計画を変更・中止する勇気を持つことも重要**です。

■山域別発生状況～令和8年(2026年)1月1日～1月18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	0	0%	0	0	0	0	0
	後立山	5	45.5%	1	2	1	1	5
	その他	0	0%	0	0	0	0	0
	計	5	45.5%	1	2	1	1	5
中央アルプス		1	9.1%	0	0	0	1	1
南アルプス		0	0%	0	0	0	0	0
八ヶ岳連峰		2	18.2%	1	0	1	0	2
その他の山岳		3	27.3%	1	0	1	1	3
計		11		3	2	3	3	11

■態様別発生状況～ 令和8年(2026年)1月1日～1月18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	3	27.3%	0	1	2	0	3
転倒	1	9.1%	0	0	1	0	1
病気	2	18.2%	2	0	0	0	2
道迷い	2	18.2%	0	0	0	2	2
落石	0	0%	0	0	0	0	0
雪崩	1	9.1%	0	1	0	0	1
落雷	0	0%	0	0	0	0	0
疲労凍死傷	1	9.1%	0	0	0	1	1
不明・他	1	9.1%	1	0	0	0	1
計	11		3	2	3	3	11

■男女別・年齢別発生状況～ 令和8年(2026年)1月1日～1月18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	0	0	4 50.0%	3 37.5%	0	0	0	0	0	1 33.3%	0	5 45.5%
20代	1	0	0	2	3			0	0	0	0	0		3	
30代	0	1	0	0	1			0	1	0	0	1		2	
40代	0	0	1	0	1	3 37.5%	1 12.5%	0	0	0	0	0	0% 66.7%	1	3 27.3%
50代	1	0	1	0	2			0	0	0	0	0		2	
60代	0	0	0	1	1	1 12.5%	2 66.7%	1	0	1	0	2	3 27.3%	3	3 27.3%
70代以上	0	0	0	0	0			0	0	0	0	0		0	
計	2	1	2	3	8			1	1	1	0	3		11	
比率	72.7%							27.3%							

【長野県山岳遭難防止対策協会からのお知らせ】

■登山中のヒヤリハットアンケートにご協力を！

皆さんには、登山中に「ヒヤリ」「ハッ！」とした経験、ありませんか？ 登山をしていれば、誰もが一度は経験がありますよね。「ハインリッヒの法則」では、1件の重大事故のウラに、29件の軽傷事故と300件の無傷事故(ヒヤリハット)があると言われています。今回は登山者の皆さんから「ヒヤリハット」を集め、山岳遭難防止に役立てますので、是非、アンケートにご協力をお願いします！

回答はこちらから→ <https://forms.gle/jMLEh1j82Fph6wZa9>



■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_sotaikyo

★その山はあなたの実力に見合っていますか？ ⇒ 「信州 山のグレーティング」

<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=