



第431号<令和8年(2026年) 2月4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」**

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(1/19~1/25)の山岳遭難発生状況

日付	場所	性別	年齢	死傷別	態様	概要
1/25 日	白馬村 神城地籍の山中	男	42	死亡	雪崩	3人パーティでバックカントリーを滑走中、雪崩により、行方不明（1/26遺体で発見）
1/27 火	八ヶ岳連峰 阿弥陀岳	男	54	負傷	転落	2人パーティで広河原沢をアイスクライミング中、バランスを崩して、転落、負傷
1/29 木	上高井郡高山村 奥山田地籍山中	男	38	無事救出	疲労	単独でタコチコースのバックカントリーを滑走中、疲労により、行動不能に（韓国籍）
2/01 日	黒姫山	男	43	負傷	その他	4人パーティでバックカントリーを滑走中、立木に衝突し、負傷

■山岳遭難発生状況～令和8年(2026年)1月1日～2月1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	18	5	1	5	12	23	11
R7 全体	11	2	0	6	7	15	8
前年同期比	+7	+3	+1	-1	+5	+8	+3
R8 単独登山	7	2	0	0	5	7	2
R7 単独登山	3	2	0	1	0	3	3
前年同期比	+4	±0	±0	-1	+5	+4	-1

## ■県警 山岳安全対策課(県遭対協救助部)からのワンポイントアドバイス

先週、長野県内では3件の山岳遭難が発生しました。このうち、バックカントリー中の遭難は2件、アイスクライミング中の遭難は1件でした。

アイスクライミングは、氷壁や地形を利用して、素早く確実な支点を構築する技術や様々な状況下で安全に登る技術など、高度な技術が必要です。また、氷の状態は気温や天候の変化に大きく左右されます。一見、安定して見える氷瀑でも、気温の上昇等により、突然、崩落する可能性があります。

これからアイスクライミングを計画している方は、以下のことを必ず行って下さい。

○経験と正しい技術を有する者と同行すること

○経験豊富な山岳ガイドと同行すること

○講習会に参加して必要な技術を習得すること

○セルフレスキューや安全点検を行うこと

## ■山域別発生状況～令和8年(2026年)1月1日～2月1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	8	44.4%	3	1	1	6	11
	その他	0	0%	0	0	0	0	0
	計	8	44.4%	3	1	1	6	11
中央アルプス		1	5.6%	0	0	0	1	1
南アルプス		0	0%	0	0	0	0	0
ハケ岳連峰		4	22.2%	1	0	2	3	6
その他の山岳		5	27.8%	1	0	2	2	5
計		18		5	1	5	12	23

■態様別発生状況～令和8年(2026年)1月1日～2月1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	4	22.2%	1	0	3	0	4
転倒	1	5.6%	0	0	1	0	1
病気	2	11.1%	2	0	0	0	2
道迷い	3	16.7%	0	0	0	6	6
落石	0	0.0%	0	0	0	0	0
雪崩	2	11.1%	1	1	0	0	2
落雷	0	0%	0	0	0	0	0
疲労凍死傷	2	11.1%	0	0	0	2	2
不明・他	4	22.2%	1	0	1	4	6
計	18		5	1	5	12	23

■男女別・年齢別発生状況～令和8年(2026年)1月1日～2月1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	10 58.8%	0	0	0	0	0	3 50.0%	0	13 56.5%
20代	1	0	0	7	8		0	0	0	2	2		10	
30代	1	0	0	1	2		0	1	0	0	1		3	
40代	1	0	2	0	3	5 29.4%	0	0	0	0	0	1 16.7%	3	6 26.1%
50代	1	0	1	0	2		0	0	1	0	1		3	
60代	0	0	0	2	2	2 11.8%	1	0	1	0	2	2 33.3%	4	4 17.4%
70代以上	0	0	0	0	0		0	0	0	0	0		0	
計	4	0	3	10	17		1	1	2	2	6		23	
比率	73.9%						26.1%							

## 【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>



### ■焼岳の噴火警戒レベル 2に引き上げ 飛散する大きな噴石に警戒を！

長野と岐阜の県境にある北アルプスの焼岳に「火口周辺警報」が発表されました。

気象庁は焼岳の噴火警戒レベルを「1(活火山であることに留意)」から「2(火口周辺規制)」に引き上げました。

#### 【火山活動の状況及び予報警報事項】

焼岳では、山頂直下が震源とみられる火山性地震が増加しています。また、山体浅部の膨張を示す傾斜変動もみられています。

#### 【防災上の警戒事項等】

想定火口域からおおむね1kmの範囲では、噴火に伴う弾道を描いて飛散する大きな噴石に警戒してください。地元自治体等の指示に従って危険な地域には立ち入らないでください。噴火時には、風下側では火山灰だけでなく、小さな噴石が風に流されて降るおそれがあるため注意してください。

焼岳の活動状況(気象庁)⇒ [https://www.data.jma.go.jp/vois/data/report/activity\\_info/310.html](https://www.data.jma.go.jp/vois/data/report/activity_info/310.html)

## ■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=