



©2005 石塚真一/小学館

第434号<令和8年(2026年) 2月25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>

■先週(2/9~2/23)の山岳遭難発生状況

日付	場所	性別	年齢	死傷別	態様	概要
2/18 水	八ヶ岳連峰 天狗岳	女	19	無事救出	発病	8人パーティで天狗岳に入山し、体調不良により、行動不能に
2/19 木	浅間連峰 黒斑山	男	57	無事救出	疲労	3人パーティで黒斑山に入山し、山頂付近で疲労により、行動不能に
2/19 木	寺子屋峰北方の山林内	男	38	無事救出	道迷い	単独で寺子屋峰付近の山林内を滑走中、道に迷い、行動不能に(中国籍)
2/22 日	入笠山	女	56	無事救出	発病	2人パーティで入笠山に入山し、体調不良により、行動不能に
2/23 月	小谷村大字千国乙地籍の山林内	男	18	無事救出	その他	2人パーティでバックカントリーを滑走中、技量不足により、行動不能に(中国籍)
		女	18	無事救出	その他	

■山岳遭難発生状況~令和8年(2026年)1月1日~2月23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	30	5	1	6	25	37	12
R7 全体	27	5	0	9	21	35	14
前年同期比	+3	±0	+1	-3	+4	+2	-2
R8 単独登山	13	2	0	0	11	13	2
R7 単独登山	11	3	0	3	5	11	6
前年同期比	+2	-1	±0	-3	+6	+2	-4

■ 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**

先週県内では、5件の山岳遭難が発生し、うち2件はバックカントリー遭難でした。

天狗岳や黒斑山、入笠山で発生した遭難は、登山中に疲労や体調不良が原因で行動不能となり、救助要請したものです。

山で体調不良になっても、すぐに病院に行けるわけではなく、救助を要請したとしても、すぐに救助隊が来るとも限りません。

登山を計画している方は、事前の体調管理をしっかりと行い、万全の体調で登山に臨みましょう。また、**登山前や登山中に、少しでも体調に違和感を感じた場合は、無理をすることなく、登山の中止や計画の変更を行きましょう。**

■ 山域別発生状況～ 令和 8 年（2026 年）1 月 1 日～2 月 23 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
	後立山	12	40.0%	3	1	2	10
	その他	0	0%	0	0	0	0
	計	12	40.0%	3	1	2	10
中央アルプス	2	6.7%	0	0	0	2	2
南アルプス	0	0%	0	0	0	0	0
八ヶ岳連峰	5	16.7%	1	0	2	4	7
その他の山岳	11	36.7%	1	0	2	9	12
計	30		5	1	6	25	37

■態様別発生状況～ 令和8年(2026年)1月1日～2月23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	5	16.7%	1	0	4	0	5
転倒	1	3.3%	0	0	1	0	1
病気	4	13.3%	2	0	0	2	4
道迷い	7	23.3%	0	0	0	10	10
落石	0	0.0%	0	0	0	0	0
雪崩	2	6.7%	1	1	0	0	2
落雷	0	0%	0	0	0	0	0
疲労凍死傷	3	10.0%	0	0	0	3	3
不明・他	8	26.7%	1	0	1	10	12
計	30		5	1	6	25	37

■男女別・年齢別発生状況 ～ 令和8年(2026年)1月1日～2月23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	2	2	15 55.6%	0	0	0	2	2	6 60.0%	4	21 56.8%
20代	1	0	1	8	10		0	0	0	3	3		13	
30代	1	0	0	2	3		0	1	0	0	1		4	
40代	1	0	2	1	4	9 33.3%	0	0	0	0	0	2 20.0%	4	11 29.7%
50代	1	0	1	3	5		0	0	1	1	2		7	
60代	0	0	0	3	3		1	0	1	0	2		5	
70代以上	0	0	0	0	0	3 11.1%	0	0	0	0	0	2 20.0%	0	5 13.5%
計	4	0	4	19	27		1	1	2	6	10		37	
比率	73.0%						27.0%							

【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)があるとされています。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＝