



©2005 石塚真一/小学館

第462号＜令和8年(2026年) 9月 15 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(9/7～9/13)の山岳遭難発生状況

日付	場所	性別	年齢	死傷別	態様	概要
9/11 金	北アルプス 槍ヶ岳	男	74	死亡	発病	12人パーティで上高地から入山して、槍ヶ岳へ向けて登山中、槍沢付近で、何らかの原因により、行動不能
9/12 土	北アルプス 北穂高岳	女	55	負傷	転倒	2人パーティで上高地から入山して、北穂高岳へ向けて登山中、松濤岩付近で、スリップし、転倒、負傷
9/13 日	北アルプス 大天井岳	女	88	無事救出	疲労	2人パーティで燕岳から常念岳へ向けて縦走中、大天井岳付近で、疲労により、行動不能



■山岳遭難発生状況～令和 8 年(2026 年)1 月 1 日～9 月 13 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	246	35	3	109	126	273	147
R7 全体	284	33	4	141	139	317	178
前年同期比	-38	+2	-1	-32	-13	-44	-31
R8 単独登山	96	18	2	31	45	96	51
R7 単独登山	103	19	3	41	40	103	63
前年同期比	-7	-1	-1	-10	+5	-7	-12

■山域別発生状況～ 令和 8 年(2026 年)1 月 1 日～9 月 13 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	40	16.3%	5	0	21	20	46
	後立山	75	30.5%	16	1	27	44	88
	その他	28	11.4%	3	0	15	12	30
	計	143	58.1%	24	1	63	76	164
中央アルプス		20	8.1%	0	0	10	11	21
南アルプス		8	3.3%	1	1	4	2	8
ハヶ岳連峰		24	9.8%	5	0	9	12	26
その他の山岳		51	20.7%	5	1	23	25	54
計		246		35	3	109	126	273

■態様別発生状況～ 令和 8 年(2026 年)1月1日～9 月 13 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	65	26.4%	15	0	54	0	69
転倒	47	19.1%	0	0	47	0	47
病気	20	8.1%	8	0	0	12	20
道迷い	26	10.6%	0	0	0	36	36
落石	0	0.0%	0	0	0	0	0
雪崩	3	1.2%	2	0	1	0	3
落雷	2	0.8%	0	0	2	0	2
疲労凍死傷	42	17.1%	3	0	0	43	46
不明・他	41	16.7%	7	3	5	35	50
計	246		35	3	109	126	273

■男女別・年齢別発生状況 ～ 令和 8 年(2026 年)1月 1 日～9 月 13 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	1	0	1	6	8	45 24.6%	0	0	1	3	4	24 26.7%	12	69 25.3%
20 代	2	0	6	16	24		0	0	1	5	6		30	
30 代	1	0	5	7	13		1	0	4	9	14		27	
40 代	4	0	11	10	25	63 34.4%	1	0	2	2	5	29 32.2%	30	92 33.7%
50 代	5	0	18	15	38		1	0	15	8	24		62	
60 代	11	1	13	20	45	75 41.0%	2	0	11	5	18	37 41.1%	63	112 41.0%
70 代以上	6	2	11	11	30		0	0	10	9	19		49	
計	30	3	65	85	183		5	0	44	41	90		273	
比率	67.0%						33.0%							

■ 長野県警察山岳安全対策課（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。すべて北アルプスで発生し、それぞれ転倒、疲労、病気による遭難でした。

北アルプスの大天井岳付近で発生した遭難は、2人パーティのうち、女性1名が疲労により、行動不能となったものです。110番通報で救助要請があり、天候が悪かったため、救助隊が背負って登山口まで搬送して、救助しました。

北アルプス表銀座（前山）は、槍・穂高連峰や麓の安曇平をはじめ、360°の眺望が魅力の人気ルートです。例年、多くの登山者が訪れますが、稜線の縦走はアップダウンが続き、さらに日差しを遮る樹林もないため、脱水による熱中症や疲労遭難に注意が必要です。

秋山も日中は気温が上がりますので、**20分に1度の小休憩（マイクロブレイク）を行い、水分・カロリー補給を意識して行いましょう。** また、寒暖差が大きいため、たとえ小屋泊でも、ツェルトや防寒着は必ず携行し、行動中は速乾性の高い登山用インナーと、こまめなレイヤリングで、汗冷え対策を意識しましょう。

体力を限界まで使い果たし、疲労で動けなくなるような登り方は、ご自身の体力レベルに適した山選びとは言えません。 信州の雄大な自然や景色を“楽しみながら”山を歩くために、体力に余力を残しつつ、ゆとりある登山を心がけましょう。

【長野県山岳遭難防止対策協会からのお知らせ】

■ 「秋山情報」を作成しました！

鮮やかな紅葉に包まれる秋山は多くの登山者を魅了し、毎年、紅葉シーズンを中心に県内外から多くの登山者が信州の山々に訪れます。また、きのこ採りなど「山の幸」を求めて入山する人も数多く見られます。一方、この時期は、滑落や道迷い、低体温症、準備不足による行動不能などの山岳遭難が多発しています。秋山は周期的な晴天に恵まれやすく、気候的にも登山に適していますが、**日没時刻が早く、天候もひとたび崩れると真冬並みの寒さになるなど、秋山特有のリスクがあります。** 「秋山情報」では、過去の遭難事例や秋山登山における注意点などを紹介します。安易な気持ちで登山することなく、最新情報の収集と事前準備を入念に行うとともに、体調を万全にして入山しましょう。長野県警察のHPで確認してください。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/police/sangaku/index.html>

■ 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

■ 信州の山岳遭難防止対策プロジェクト～寄付を募集しています。



登山の楽しい思い出作りを陰から支える活動にご支援ください。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て、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、寄付金額1万円ごとに「安全登山啓発カード」を1枚差し上げます(最大4枚まで)。**

以下の寄付応募サイト、または、二次元コードから皆さまの寄付を受け付けています。 <https://www.gachi-naga.jp/projects/4661/>

■ 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！

★長野県山岳遭難防止対策協会 常駐隊公式X

https://x.com/Nagano_sotaikyo/status/2077614617149513958?s=20

★長野県警察 山岳遭難救助隊 公式X

https://x.com/NAGANO_P_M_R/

★信州 山のグレーディング ⇒ その山はあなたの実力に見合っていますか？

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/sangyo/kanko/gure-dexingu.html>

★長野県警察 山岳情報 ⇒ 1週間ごとの最新の遭難統計を確認できます！

<https://www.pref.nagano.lg.jp/police/sangaku/index.html>

★長野県 山岳情報

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/sangaku/index.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。

sangaku@pref.nagano.lg.jp

＝発行：長野県山岳遭難防止対策協会＝