

(2)長野県山岳総合センター研修講座

2017(平成29)年度 研修講習一覧

① 野外活動講座

■ “信州”山の自然楽講座

講習番号	講習名	開始日		終了日	講習内容	受講対象者
A1	ライチョウを観察し、生態を学ぼう (in立山)	6月17日 (土)	～	6月18日 (日)	立山・室堂で、ライチョウを観察しその生態について学ぶ	一般登山者
A2	高山植物 その神秘と可憐さを知る (八方尾根)	7月26日 (水)	～	7月27日 (木)	北アルプスの中では登りやすい「唐松岳」、そして蛇紋岩地である八方尾根の高山植物を間近に観察しながら、その自然について学ぶ	一般登山者
A3	信濃大町の山と人 100年の歩み もっと知りたい、大町の山！①	8月11日 (金)			信濃大町の山の歴史と、今年100周年を迎える登山案内人組合の歴史を山岳博物館学芸員より学ぶ	一般登山者
A4	湯俣へ 近代登山と電源開発の 道を辿るもっと知りたい、大町の 山！②	9月9日 (土)	～	9月10日 (日)	近代登山発展時代に登山道の十字路として栄えた「湯俣」。登山の歴史と、電源開発の歴史を紐解く。	一般登山者
A5	山の天気の不思議と観天望気(小 蓮華山)	9月16日 (土)	～	9月17日 (日)	飛騨山脈がもたらす様々な天気の「不思議」について、小蓮華山に登って、見てみよう！感じてみよう！	一般登山者
A6	槍・穂高連峰、その誕生のヒミツに 迫る！(常念岳)	9月30日 (土)	～	10月1日 (日)	常念岳に登り、槍・穂高連峰の現在の姿はどのようにしてできたか、その誕生の秘密に迫る	一般登山者

■ わくわくチャレンジ教室(小学生・中学生対象)

B1	教室① クライミングに挑戦だ！	8月5日 (土)			小学生・中学生のためのスポーツクライミング教室	小学生 中学生
B2	教室②in高瀬渓谷 湯俣で足湯に入ろう	10月7日 (土)			高瀬ダムから片道6キロを歩いて湯俣へ 自然に湧き出る温泉で、足湯や温泉ゆで卵づくりを体験	小学生
B3	教室③ もっと高くクライミング！	10月8日 (日)			小学生・中学生のためのスポーツクライミング教室	小学生 中学生
B4	教室④in望月 アウトドアでわくわくチャレンジ	10月14日 (土)	～	10月15日 (日)	望月少年自然の家に泊まって、野外炊飯やキャンプファイヤーを楽しむ 蓼科山登山にも挑戦	小学生
B5	教室⑤in高遠 アウトドアでわくわくチャレンジ	10月21日 (土)	～	10月22日 (日)	信州高遠青少年自然の家に泊まって、オリエンテーリングや野外炊飯を楽しむ 守屋山登山にも挑戦	小学生

② 安全登山講座

■ 夏山入門コース

講習番号	講習名	開始日		終了日	講習内容	受講対象者
C1	Step1 夏山登山の基礎知識	6月17日 (土)	～	6月18日 (日)	登山の基礎や夏山登山に向けての読図や気象、登山の生理学等を、座学と日帰り登山を通して学ぶ	コース受講者
C2	Step2 入門！ 爺ヶ岳登山	7月8日 (土)	～	7月9日 (日)	無雪期登山の基本を、1泊2日の小屋泊登山を通して学ぶ	コース受講者
C3	Step3 実践！ 五竜岳登山	7月29日 (土)	～	7月30日 (日)	無雪期縦走登山の基本を、1泊2日の小屋泊登山を通して学ぶ	コース受講者
C4	Step4 チャレンジ！ 槍ヶ岳登山	8月25日 (金)	～	8月27日 (日)	無雪期縦走登山の基本を、2泊3日の小屋泊登山を通して主体的・総合的に学ぶ	コース受講者

■ 冬山入門コース

D1	冬山登山の基礎知識 (机上講習)	12月2日 (土)	～	12月3日 (日)	冬山登山に向けて、装備、気象、雪崩対策等を学ぶ	コース受講者
D2	初めての冬山日帰り登山	1月13日 (土)	～	1月14日 (日)	冬山登山に向けての実践的な技術・知識を、八方尾根日帰り登山を通して学ぶ	コース受講者
D3	初めての冬山テント泊登山	2月3日 (土)	～	2月4日 (日)	ラッセルとテント泊や雪洞づくりを、鹿島槍スキー場北方の黒沢尾根登山を通して学ぶ	コース受講者

■ 岩登り入門コース

E1	初めての岩登り	7月1日 (土)	～	7月2日 (日)	基礎的な岩登りの知識や技術を学ぶ	コース受講者
E2	岩登りの実践 I	7月22日 (土)	～	7月23日 (日)	岩登りの知識や技術を確かなものにし、岩登りの実践を積む	コース受講者
E3	岩登りの実践 II	8月26日 (土)	～	8月27日 (日)	岩登りの知識や技術をより確かなものにし、さらに岩登りの実践を積む	コース受講者

■ リーダーコース

講習番号	講習名	開始日		終了日	講習内容	受講対象者
F1	開講式 オリエンテーション	4月1日 (土)	～	4月2日 (日)	自立した登山者に必要な知識や技術、救急法や運動生理学、装備の知識を学び、F2の登山計画を作成	コース受講者
F2	残雪期登山の実践	4月29日 (土)	～	5月1日 (月)	残雪期のルートファインディング、フィックスロープと雪上歩行(アイゼン歩行、滑落停止技術)を学ぶ	コース受講者
F3	登山のリスクとその対処	7月15日 (土)	～	7月17日 (月)	危険箇所の通過技術(支点構築、フィックスロープ設置と通過・懸垂下降)ツェルトによるビバーク、負傷者の救護と搬送を学ぶ	コース受講者
F4	無雪期登山のまとめ	9月16日 (土)	～	9月17日 (日)	登山計画の実践(装備、食料の準備、行動中の安全管理、危急時の対応)とチームワークを学ぶ	コース受講者
F5	冬山登山の準備	12月9日 (土)	～	12月10日 (月)	冬山登山の基礎知識(気象・読図・装備・雪崩対策)を学び、登山計画を作成する	コース受講者
F6	冬山登山の実践	2月10日 (土)	～	2月12日 (月)	F5で立てた登山計画にそって登山を行い、行動中の安全管理を実践する。危急時に備えた搬送技術の方法を学ぶ。また、緊急用雪洞を構築する	コース受講者
F7	修了講習 修了式	3月10日 (土)	～	3月11日 (日)	総合的な登山技術(危険箇所の登下降等)の確認 危機管理能力を高め、登山を楽しく安全に継続するために必要な意識を養う	コース受講者
F8	岩登りの基礎	10月8日 (日)	～	10月9日 (月)	人工岩場でクライミングシステムの基礎(用具の扱い方、確保理論基本)懸垂下降	コース受講者
F9	岩登りの応用	10月21日 (土)	～	10月22日 (日)	人工岩場と自然の岩場で、リードクライミングの方法、確実な支点構築、懸垂下降	コース受講者
F10	岩登りの実践	11月3日 (金)	～	11月4日 (土)	自然の岩場と人工岩場で技術確認と確保理論の理解、安全対策 クライミングを楽しく安全に継続するために必要なことを学ぶ	コース受講者

■ 各種単発講座

講習番号	講習名	開始日		終了日	講習内容	受講対象者
G1	初めてのスポーツクライミングA	4月15日 (土)			スポーツクライミングの基本を、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	スポーツクライミング初心者(高校生以上)
G2	ステップアップ・スポーツクライミングA	4月16日 (日)			スポーツクライミング経験者が、リードクライミング技術を、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	スポーツクライミング経験者(高校生以上)
G3	雪山登山はじめの一歩 in八方尾根	4月22日 (土)	～	4月23日 (日)	雪上歩行の基礎やピッケル・アイゼンの使い方、雪崩対策をセンター泊の八方尾根登山を通じて学ぶ	夏山経験者で雪山初心者
G4	【基礎】雪上技術講習in針ノ木雪渓(センター泊)	4月29日 (土)	～	4月30日 (日)	雪上歩行技術、アイゼン歩行技術、ピッケルの使い方を、針ノ木雪渓で学ぶ(センター泊)	夏山経験者
G5	【実践】雪上技術講習in針ノ木雪渓(テント泊)	5月20日 (土)	～	5月21日 (日)	雪上歩行技術、アイゼン歩行技術、ピッケルの使い方を、テント泊で針ノ木雪渓を登りながら学ぶ	テント泊経験者
G6	初めてのスポーツクライミングB	6月4日 (日)			スポーツクライミングの基本を、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	スポーツクライミング初心者(高校生以上)
G7	初めての地図読み(初級編)	6月10日 (土)	～	6月11日 (日)	地図読みの基本と、地図とコンパスを使った現在位置の確認の仕方を、登山の実践を通して学ぶ	一般登山者
G8	岩稜歩行とセルフレスキュー	6月24日 (土)	～	6月25日 (日)	一般縦走路の岩場を安全に登下降する技術と、事故やアクシデントが起こった時の具体的な対処の仕方を学ぶ	一般登山者
G9	山でのビバーク技術と危急時対応を学ぼう	9月9日 (土)	～	9月10日 (日)	危急時対応の仕方を、山でのツェルト利用のビバーク泊登山を通して学ぶ	一般登山者
G10	登山者のための歩き方講座	9月13日 (水)	～	9月14日	理学療法士の指導を受けながら、ひざや腰を痛めない効率的な歩き方や、身体のケア方法を八方尾根登山を通して学ぶ	一般登山者
G11	初めてのスポーツクライミングC	9月23日 (土)			スポーツクライミングの基本を、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	スポーツクライミング初心者(高校生以上)
G12	もっと地図読み!(レベルアップ編)	10月14日 (土)	～	10月15日 (日)	地図読みの基本を理解した方が、登山の計画や現地でのルートファインディングにおいて積極的に地図を使えるようになる	一般登山者
G13	初めてのスポーツクライミング【女性限定】	10月28日 (土)			スポーツクライミングの基本を、山岳総合センター人工岩場で学ぶ(女性限定)	スポーツクライミング初心者(高校生以上の女性)
G14	ステップアップ・スポーツクライミングB	10月29日 (日)			スポーツクライミング経験者が、リードクライミング技術を、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	スポーツクライミング経験者(高校生以上)
G15	岩登りのリスクとその回避	11月11日 (土)	～	11月12日 (日)	岩登りの危険を知り、その回避および基本的な対処方法を学ぶ	岩登り入門コース修了者
G16	冬山登山の基礎知識(机上講習)	12月2日 (土)	～	12月3日 (日)	冬山登山に向けての装備や気象、雪崩対策を机上で学ぶ	夏山経験者
G17	冬山登山はじめの一歩in八ヶ岳	12月16日 (土)	～	12月17日 (日)	冬山登山の初心者が、初冬の小屋泊登山を通して、基本的な道具の使い方や雪上歩行の基本を学ぶ	夏山経験者 65歳以下
G18	雪山のリスクとその回避	2月17日 (土)	～	2月18日 (日)	雪崩・雪庇などの雪山の危険を知るとともに、ビバーク泊の知識と技術を実践を通して学ぶ	雪山テント泊経験者 65歳以下
G19	チャレンジ!雪洞泊	1月14日 (土)	～	1月15日 (日)	冬山登山における様々な雪洞構築の方法を実践を通して学ぶ	冬山テント泊経験者 65歳以下

■ 登山体力セルフチェック

講習番号	講習名	開始日		終了日	講習内容	受講対象者
H1	あなたの登山体力、 知っていますか？	4月26日	(水)		登山を安全に楽しむために、力量にあった山選びのための「山のグレーディング」と自分の登山体力を知る「登山体力のグレーディング」について学ぶ (座学 開催場所:松本市内)	一般登山者
H2	登山体力セルフチェック in 美ヶ原	5月28日	(日)		美ヶ原を登って自分の登山体力を確かめる	一般登山者

■ 学校集団登山引率者対象講座

P1	学校登山お役立ち講座A (佐久)	6月9日	(金)		学校登山がより安全で楽しいものとなるよう、引率する教職員及びガイドが下記の内容を学ぶ ・学校登山に向けての学習や準備の進め方 ・学校登山に役立つ医療の知識 ※終了予定時刻 17:30頃	学校教職員 ガイド
P2	学校登山お役立ち講座B (伊那)	6月13日	(火)		同上	学校教職員 ガイド
P3	学校登山お役立ち講座C (松本)	6月16日	(金)		同上	学校教職員 ガイド

■ 高等学校対象講座

Q1	長野県高等学校登山研修会	5月13日	(土)	～	5月14日 (日)	高校山岳部部員・山岳部顧問が、登山知識や生活技術、雪上歩行技術等を、針ノ木雪渓で学ぶ	高校山岳部員 顧問
Q2	高校スポーツクライミング 教室A	8月10日	(木)			高校山岳部部員・山岳部顧問が、スポーツクライミングを、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	高校山岳部員 顧問
Q3	高校スポーツクライミング 教室B	9月2日	(土)			高校山岳部部員・山岳部顧問が、スポーツクライミングを、山岳総合センター人工岩場で学ぶ	高校山岳部員 顧問

■ 指導者対象講座

R1	指導者研修会(冬山)	1月27日	(土)	～	1月28日 (日)	積雪期の危急時対策やその指導法を、実践的に研修する	山岳会指導者 リーダーコース 修了者
----	------------	-------	-----	---	-----------	---------------------------	--------------------------

③ その他の事業

ア施設利用事業

- ・教室、講堂、体験室の利用
- ・宿泊
- ・人工岩場の利用(無料)

イ調査研究