

雪山講習会2020は、新型コロナウイルス感染拡大の影響から開催を中止しました。



「雪山講習会 2020」

開催中止

主催：栃木県山岳・スポーツライミング連盟

温泉みんなで雪山の技術を高めよう！

- 日時 2020年3月15日(日)
- 場所 那須大丸・峠の茶屋周辺
- 日程 9:15～9:30 那須大丸駐車場公衆トイレ前受付 (講師は8:45集合 ミーティング)
9:30～9:40 開会式 (行動できる準備完了で集合) その後、各コースに分かれて講習
14:50～15:00 コースごとに閉会式

※ 交通 東北新幹線	東京発 6:40 (やまびこ 203号・仙台行) 那須塩原着 7:50 仙台発 6:50 (やまびこ 206号・東京行) 那須塩原着 7:52
JR 宇都宮線	宇都宮発 7:16 黒磯着 8:07
バス	那須塩原駅発 8:00 黒磯駅発 8:15 大丸温泉着 9:10
お帰りバス	大丸温泉発 15:15 黒磯駅着 16:25 那須塩原駅着 16:40

●講習内容

- A: 雪山 初級者コース (ワカン・スノーシュー・ピッケル・アイゼンを使います)
- B: 雪山 リーダーコース (初級者パーティーを安全に引率するためのロープ操作が中心です。)

※ **基本的なロープワークができる方のみ参加可能**

- C: 雪崩学習コース (雪崩地形の判断、雪崩対策と積雪のチェックが中心です。)
 - ・それぞれのコースの中で、危急時対策(雪洞等)を含めて講習します。
 - ・天候により講習場所や内容等が変更になる場合があります。

●装備 別紙のとおり

- ※ 装備が不十分な場合は別コースでの参加となりますのでご注意ください。
特にBコースの方は十分な装備と技術でご参加ください。

●申込方法：申込用紙に必要事項を記入の上、FAXかe-mailで、2020年2月21日(金)必着

- ・栃木県岳連加盟団体の会員は、加盟団体用の申込書に、
- ・一般の方および岳連パーソナル会員は、
一般・パーソナル用の申込書に記入してください。
- ・ワードデータは岳連HPにあります。 <http://www.tochigigakuren.jp/>
- ・定員になり次第締め切ります。(A:30人 B:6人 C:10人)

●申込先：FAX：0287-65-2281

または、e-mail まで。

tochigitozan@yahoo.co.jp

- 参加費 ・一般参加者 : Aコース・Cコース 6,000円(保険代含む)
: Bコース 9,000円(保険代含む)

- ・栃木県岳連加盟団体の会員・パーソナル会員 : ABCともに 2,000円
(ただし、上記会員でも日本山岳協会山岳共済会(登攀コース)に未加入の方は 3,000円)
下記の口座にお振り込み下さい。

足利銀行 今市支店 普通 3410936 栃木県山岳連盟指導委員会

(3月6日以降の参加取り消しについては、返金できません。)

(振り込みいただかなかった方の不参加については後日参加費を請求いたします。)

●問合せ先・現地連絡先：090-8497-9346 植木(装備などの問合せもどうぞ！)

※この講習会では積雪・低温・強風などの原因により、雪崩その他の事故が起きる可能性があることを認識してください。

「雪山講習会」参加申込書（栃木県山岳・スポーツライミング連盟団体用）

20 年 月 日

山岳会名			
記載責任者	氏名		
	電話か携帯電話 と Eメール		

<参加者>

希望 コース	ふりがな 氏 名	緊急連絡先（家族の携帯等）		山岳共済会 の加入
A ・ B ・ C				有 ・ 無
	性別：	年齢：	西暦生年月日：	参加費：
希望 コース	ふりがな 氏 名	緊急連絡先（家族の携帯等）		山岳共済会 の加入
A ・ B ・ C				有 ・ 無
	性別：	年齢：	西暦生年月日：	参加費：
希望 コース	ふりがな 氏 名	緊急連絡先（家族の携帯等）		山岳共済会 の加入
A ・ B ・ C				有 ・ 無
	性別：	年齢：	西暦生年月日：	参加費：
希望 コース	ふりがな 氏 名	緊急連絡先（家族の携帯等）		山岳共済会 の加入
A ・ B ・ C				有 ・ 無
	性別：	年齢：	西暦生年月日：	参加費：
希望 コース	ふりがな 氏 名	緊急連絡先（家族の携帯等）		山岳共済会 の加入
A ・ B ・ C				有 ・ 無
	性別：	年齢：	西暦生年月日：	参加費：
希望 コース	ふりがな 氏 名	緊急連絡先（家族の携帯等）		山岳共済会 の加入
A ・ B ・ C				有 ・ 無
	性別：	年齢：	西暦生年月日：	参加費：

「雪山講習会」参加申込書（兼登山経歴書）

※一般の方および岳連パーソナル会員用

参加希望コース (いずれかに○)		A (初級)	B (リーダー)	C (雪崩)
参加費	一般の方	6,000円	9,000円	6,000円
	パーソナル会員 (山岳共済会未加入)	2,000円 (3,000円)	2,000円 (3,000円)	2,000円 (3,000円)
山岳保険の加入： 有・無		加入保険会社	日本山岳協会山岳共済会 他 ()	
(一般参加者については個人としての山岳保険加入の有無にかかわらず主催者が保険に加入します。)				

ふりがな 氏 名	生年月日 西暦 19 年 月 日 (満 歳)	
現住所	〒	携帯電話 Eメール
緊急連絡先 勤務先・家族等	名称	電話もしくは携帯電話
所属山岳会 サークル等	栃木パーソナル会員の方は () パーソナル会員 右の欄に○印を記入	
登山経験	() 年	今までに約 () 日 過去1年間で () 日
雪山経験	() 年	過去1年間で () 日
登山歴 (無雪期・積雪期の主なものについて)		雪山の主な経験
年 月	(コース等について)	年 月 (コース等について)
栃木県岳連「雪山講習会」の参加歴		初 ・ 有 (参加：2019・18・17・それ以前)
講習会への参加目的 (必ず記入して下さい。)		

装備・服装チェックリスト

個人装備表

1s = 1セット

品目	数	備考	品目	数	備考
長袖・襟付	1s	実技講習中のロープワークなどに耐えられる丈夫で冬用のもの	スマホ・携帯電話	1	防水・充電を完璧に
長ズボン			サングラス・ゴーグル	各1	
下着(上下)	1	毛又は速乾繊維のもの	水筒・テルモス	1	合計1リットル分
防寒着	1	セーター・フリース・ダウン等	ナイフ	1	紐付のもの
靴下	2s	毛又は速乾繊維のもの	コンパス	1	シルバコンパス等,プレート付
手袋・オーバー手袋	各1		笛(ホイッスル)	1	紐付のもの
冬用ヤッケ上下スパッツ	1s	不測の雨にも耐えうるもの	腕時計	1	高度計付きのものが望ましい
目出帽ヘルメットネックチューブ	1s	Bコースはヘルメット必携	ゴミ袋	適	
登山靴	1	雪山登山に耐えるもの	筆記用具	適	小型ノート・ペン等
クランポン	1	ストラップ・長さを自分の靴に合わせておく	健康保険証	1	
アックス	1	リーシュの長さが適切なもの	修理用具	1	*下記参照
予備靴紐	1s		非常食	1s	*下記参照
ルックザック	1	40リットル以上	非常用品	1s	*下記参照
個人用マット	1		救急用品、持病薬	適	*下記参照
私物袋	適	私物整理用	テーピングテープ	1	38ミリ幅
ヘッドランプ	1	電池は新品のこと	カラビナ	4	Bコース
予備電池	2		安全環付カラビナ	2	Bコース
ライター	1	電子ライター不可	テープスリング	6	Bコース 60cm*4、120cm*2
マッチ	適	要防水	ヘルメット	1	Bコース
トイレットペーパー	1s	水溶性のもの	ハーネス	1	Bコース
食器スプーン・箸等	適		スコップ	1	Cコース
着替え・洗面具	適		グローブ	1	Cコース
タオル	1		雪崩トランシーバ	1	Cコース
補助ロープ	1	10m以上	わかん・スノーシュー	1	どちらかは持参する
			地形図(那須岳)	1	PC印刷したものも可 磁北線入り

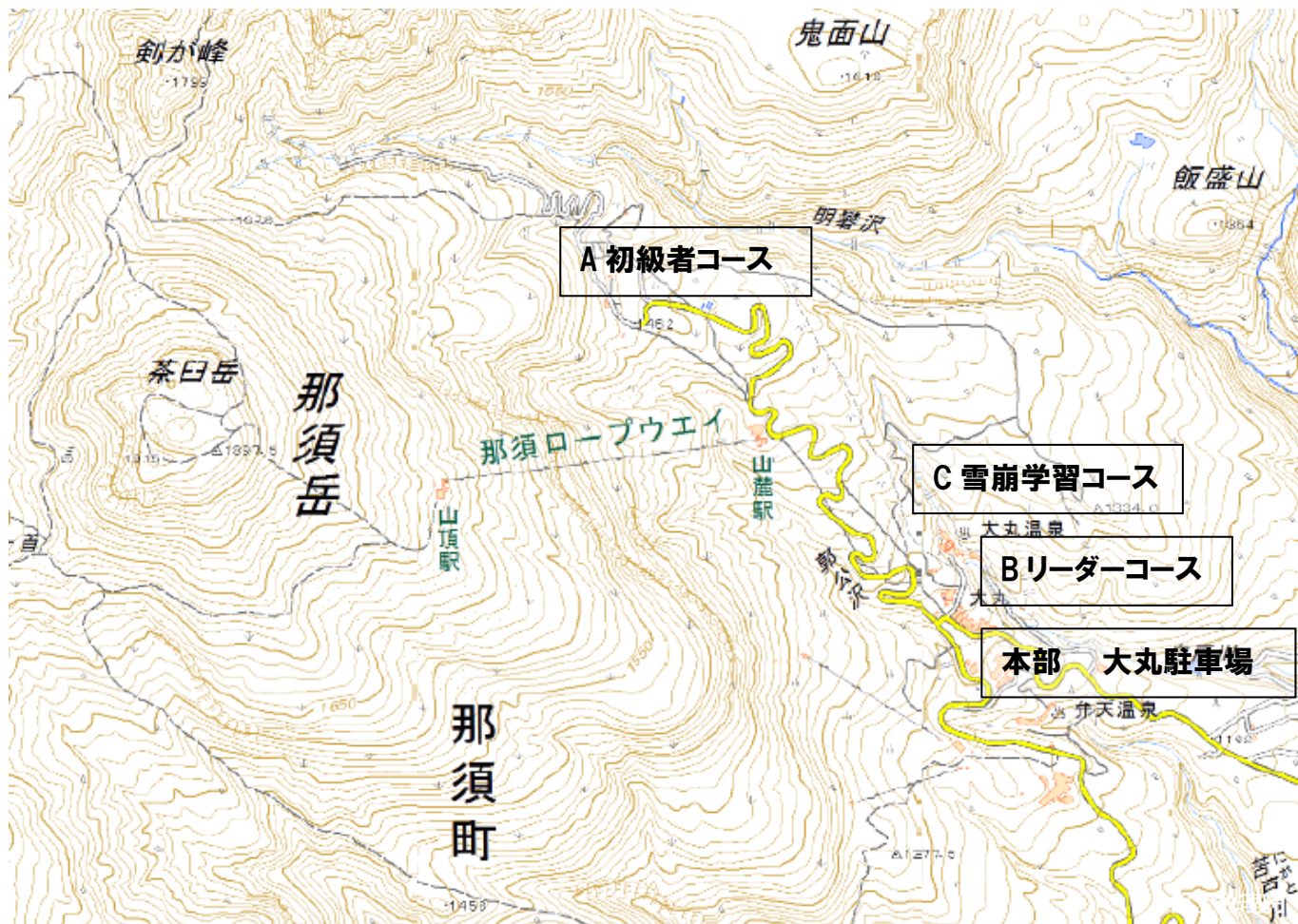
個人装備に関する諸注意

・実践的な講習を実施するために、日帰り山行の標準的な個人装備を示しています。このため、実際の講習に使用しない装備も表中には含まれます。なお、装備表にある装備を所有していない場合は遠慮なく連絡・相談ください。

・修理用具、非常食、非常用品、救急用品の内容例を以下に示しますので参考にしてください。

修理用具	針、糸、ボタン、針金、ペンチ、ガムテープ、リペアーテープ、インシュロック等
非常食	ブドウ糖、コンデンスミルク・食塩適量・チーズ・チョコレート等
非常用品	固形燃料・ろうそく・マッチ・レスキューシート等
救急用品	消毒液、痛み止め、三角巾、滅菌ガーゼ、日焼け止め、リップクリーム等

講習内容と講習エリア



A 初級者コース 講習内容

装備の確認、雪崩ビーコンのデモ、つぼ足歩行、アイゼン歩行、方向転換、トラバース、間隔、ラッセル、滑落停止、雪の観察(コンプレッションテスト)、ツェルトでの休憩、読図、耐風姿勢

B リーダーコース 講習内容

ロープワーク=エイトノットやフリクションノット。

その後、立ち木・ピッケルを支点に懸垂下降、マッシュャーやムンターで降りる。そこから中間支点を作っての登攀。滑落停止。頭を下に・あおむけうつぶせザックを背負って。初級者に説明・指導する場面のシミュレーション。

C 雪崩学習コース 講習内容

雪崩地形の確認・シャベリング・プローピング・雪崩ビーコンによる探索・積雪の観察・コンプレッションテストとその評価