

令和3年度高等学校等登山指導者夏山研修会開催要項

1 目 的

夏山での歩行技術や生活技術、危急時対策を中心に引率者として身に付けておくべき基礎的な知識や技術を習得することで、指導者としての資質向上を図る。

2 主 催

独立行政法人日本スポーツ振興センター

3 共 催

公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会(予定) 公益財団法人全国高等学校体育連盟(予定)

4 後 援

スポーツ庁(予定)

5 期 間

令和3年7月9日(金)～11日(日)の3日間

6 会 場

独立行政法人日本スポーツ振興センター 国立登山研修所 及び 室堂周辺
〒930-1405 富山県中新川郡立山町芦峯寺ブナ坂6 TEL(076)482-1212 FAX(076)481-1534

7 募集コース・募集人員等

(1)応募コース

ア 登山者コース

夏山での歩行技術や生活技術、危急時対策を中心に個人の基礎的な知識や技術の習得を図る。

イ 指導者コース

生徒を安全に引率するための知識や技術を習得することで、指導者としての資質向上を図る。

(2)応募資格

所属団体の所属長等(教育長、大学長、学校長、会長等)が推薦する以下の者

ア 高等学校・高等専門学校の山岳部等で指導する教職員等

イ 小学校・中学校等の野外活動を担当する教職員等

ウ 大学の登山活動を行うクラブやサークル等で指導する監督、コーチ、顧問等

エ 都道府県・市区町村の野外活動担当者及び地域・職域における登山の指導者

オ 都道府県山岳連盟(協会)等で指導的立場にある者

カ 登山ショップの店員、登山教室等の企画や指導に関わる者 等

(3)募集人員 「登山者コース」「指導者コース」 計15名

8 研修会の日程及び内容

日 程	内 容	研修場所
7月 9日(金)	受付8:00～ 開会式、入山、講義、班別研修	国立登山研修所及び室堂周辺
7月 10日(土)	総合研修、班別研修、研究協議	国立登山研修所及び室堂周辺
7月 11日(日)	総合研修、班別協議、下山、閉会式 解散15:30頃	国立登山研修所及び室堂周辺

※詳細な日程及び内容は、国立登山研修所ホームページ(<http://www.jpnssport.go.jp/tozanken>)で確認してください。研修場所は天候により、変更になる場合があります。



9 個人装備

国立登山研修所ホームページを参考にしてください。参加承認者には後日個人装備表を送付します。

10 参加申込方法

- (1) 所属団体の所属長等(教育長、大学長、学校長、会長等)が以下の書類をそろえて参加希望者を推薦し申込をしてください。

提出書類	備考
(ア) 高等学校等登山指導者夏山研修会の開催について【別紙1】	所属団体の代表者が記入してください。
(イ) 参加希望者個人票【別紙2】	参加希望者本人が記入 してください。
(ウ) 登山指導歴書【別紙3】	
(エ) 健康・体力調査票【別紙4】	
(オ) 参加確認書【別紙5】	参加希望者が署名 してください。
(カ) 返信用封筒(参加希望者宛)	必ず 角型2号 封筒を使用し、宛名の面に郵便番号、住所、氏名を記入し 140円 切手を貼付してください(参加希望者全員分を同封してください)。
(キ) 返信用封筒(推薦者宛)	必ず 長形3号 封筒を使用し、宛名の面に郵便番号、住所、宛先名を記入し 84円 切手を貼付してください(1通のみ同封してください)。

※申し込み提出書類の様式は、国立登山研修所ホームページからダウンロードできます。

- (2) 申込先 独立行政法人日本スポーツ振興センター 国立登山研修所
〒930-1405 富山県中新川郡立山町芦峯寺ブナ坂6 電話(076)482-1212 FAX(076)481-1534
- (3) 申込期間 **令和3年5月31日(月)～6月18日(金) 必着** ※承認通知の発送は6月中旬を予定

11 参加者の決定

- (1) 国立登山研修所で参加申込書類をもとに選考の上、参加者を決定します。
- (2) 参加の可否については、推薦者(所属長等)と参加希望者双方に通知します。
- (3) 参加承認者には日程表、個人装備表、健康診断書(当所指定の様式に限る)、保険申込書、事前課題等の提出物を同封します。※健康診断書の提出に必要な経費は参加者の負担となります。

12 参加費用

- (1) 国立登山研修所における施設利用料(前後泊含む全日程分) 2,000円
- (2) 研修における入山食の食費(朝食×2食、夕食×2食) 4,000円
- (3) 入山における交通費(立山駅～室堂の往復・荷物代) 3,460円
- (4) 雷鳥沢キャンプ場料金 1,000円
- (3) 傷害保険料 3,000円または4,000円 ※参加者で選択
(公務災害で対応される方は保険申込の必要はありません)
- (4) 諸費用(集合写真代) 950円

※参加費用は受付時に集金します(現金に限る)。なお、金額は変更する場合があります。

13 参加申込の取り消しについて

参加申込後、やむを得ず申込を取り消す場合は、**必ず推薦者(事務担当部署)から国立登山研修所に申込取り消しの理由等を連絡**してください。

※参加希望者本人から直接国立登山研修所への申込取り消しは受け付けません。

14 その他

- ・令和3年7月4日(日)開催の高等学校登山指導者オンラインセミナーを原則受講して下さい。
- ・研修会に際し、報道機関の取材・撮影が入る場合があります。
- ・新型コロナウイルス感染拡大防止のため、研修会を中止する場合があります。

令和3年度 高等学校等登山指導者夏山研修会日程表(案)

7月9日(金)		7月10日(土)		7月11日(日)	
プログラム	講習予定場所等	プログラム	講習予定場所等	プログラム	講習予定場所等
6		起床 朝食(各自で自炊)		起床 朝食(各自で自炊)	6
7		総合研修 室堂・雄山周辺		総合研修 室堂・雄山周辺	7
8	受付 事務室前	※生徒を安全に引率するための 知識や技術に関する研修		※生徒を安全に引率するための 知識や技術に関する研修	8
9	開会式 写真撮影・オリエンテーション	・歩行技術 (登り・下り・トラバース 雪渓上の通過・危険箇所の通過) (レイヤリング) (体調管理・水分補給・栄養補給)		・歩行技術 ・読図とナビゲーション ・荒天時及び危急時の対策等 に関する内容	9
10	全体研修 研修会の目的と内容について 北村主任講師 講義室	・読図とナビゲーション ・荒天時及び危急時の対策等 に関する内容		下山 室堂(9:40発) バス 美女平(10:40発) ケーブル 立山駅(10:47着)	10
11	班別研修 ・顔合わせ ・行動計画(PDCA) ・研修場所の概念把握 ・装備の確認 ・パッキング要領 ・入山準備	※各班定時交信など報告		装備の整理・返納 入浴	11
12	昼食	※適宜行動食をとる		昼食(各自)	12
13	入山 立山駅(12:40発) ケーブル 美女平(13:00発) バス			全体協議 研修の振り返り 班別協議内容の発表 研修内容の整理等 講義室	13
14	室堂(13:50着)			諸連絡・清掃 (講師打ち合わせ)	14
15	雷鳥沢キャンプ場			閉会式 講義室	15
16	班別研修 ・歩行技術 ・キャンプ場のマナー ・登山の宿泊(生活技術) ・テント設営(個人テント) ・読図とナビゲーション ・ロープワークの基本 ・気象	班別研修 ・登山の宿泊(生活技術) ・読図とナビゲーション ・ロープワークの基本 ・気象 ・危急時の対策(ツェルトの利用など)			16
17					17
18	夕食(各自で自炊) (各班でタープを利用するなど)	夕食(各自で自炊) (各班でタープを利用するなど)			18
19	(講師打ち合わせ)	(講師打ち合わせ)			19
20	班別協議 研修第1日目の振り返り 事例研究・ヒヤリハット等 翌日の行動の確認・準備	班別協議 研修第1日目の振り返り 事例研究・ヒヤリハット等 翌日の行動の確認・準備			20
21	就寝 テント泊	就寝 テント泊			21

令和3年度 高等学校等登山指導者夏山研修会日程表(荒天時案)

	7月9日(金)	7月10日(土)	7月11日(日)	
	プログラム 講習予定場所等	プログラム 講習予定場所等	プログラム 講習予定場所等	
6		起床 朝食(各自で自炊)	起床 朝食(各自で自炊)	6
7		総合研修 材木坂・大品山・大辻山方面	総合研修 材木坂方面・研修所周辺・研修所施設	7
8	受付 事務室前	※生徒を安全に引率するための 知識や技術に関する研修	※生徒を安全に引率するための 知識や技術に関する研修	8
9	開会式 写真撮影・オリエンテーション	・歩行技術 (登り・下り・トラバース 雪渓上の通過・危険箇所の通過)	・歩行技術 ・読図とナビゲーション ・荒天時及び危急時の対策等 に関する内容	9
10	全体研修 研修会の目的と内容について 北村主任講師 講義室	(レイヤリング) (体調管理・水分補給・栄養補給)		10
11	班別研修 顔合わせ	・読図とナビゲーション ・荒天時及び危急時の対策等 に関する内容	全体研修 グループディスカッション 「高校生を引率する夏山のリスク」 高体連副主任講師 (又は北村主任講師)	11
12	全体研修 PDCAサイクル プランニングと安全管理 北村主任講師 講義室	※各班定時交信など報告	講義室	12
13	昼食(各自)	※適宜行動食をとる	昼食(各自)	13
14	全体研修 読図とナビゲーション 河合講師 講義室		全体協議 研修の振り返り 研修内容の整理等 装備返納 講義室	14
15	班別研修 ・装備点検 ・登山の宿泊(生活技術) ・テント設営(個人テント) ・食事作り等 ※テントは研修所敷地内に設営	班別研修 ・登山の宿泊(生活技術) ・読図とナビゲーション ・ロープワークの基本 ・気象 ・危急時の対策(ツェルトの利用など)	諸連絡・清掃 (講師打ち合わせ)	15
16			閉会式 講義室	16
17				17
18	夕食(各自で自炊) (各班でタープを利用するなど) 入浴も可能	夕食(各自で自炊) (各班でタープを利用するなど) 入浴も可能		18
19	(講師打ち合わせ)	(講師打ち合わせ)		19
20	班別協議 研修第1日目の振り返り 事例研究・ヒヤリハット等 翌日の行動の確認・準備	班別協議 研修第1日目の振り返り 事例研究・ヒヤリハット等 翌日の行動の確認・準備		20
21	就寝 テント泊	就寝 テント泊		21

令和3年度 高等学校等登山指導者夏山研修会

個人装備表

1s=1セット

✓	品名	数	備考	✓	品名	数	備考
	衣類関係				生活用具関係		
	シャツ	1	化繊orウール素材 長袖		テント(1~2人用)	1	※あれば持参
	パンツ	1	登山用パンツ		クッカー(個人用)	1s	※あれば持参
	下着	1	速乾繊維またはウール		ストーブ	1	※あれば持参
	中間着	1	薄手フリース等		ガスカートリッジ	1	※あれば持参(予備もあれば)
	靴下	2s			食器・箸・スプーン等	1s	
	帽子	1	キャップ		水筒・ボトル等	適	飲料用・炊事用(ペットボトル可)
	レインウェア	1	セパレートタイプ		ライター	1	電子ライター不可
	ショートスパッツ	1	ゲーター(止めゴム予備持参)		ゴミ袋・レジ袋等	適	
	手袋	1	軍手等		タオル	1	
	サングラス	1	UVカット、ケース付		トイレトペーパー	適	水溶性のもの
	行動用具関係				シュラフ	1	
	ザック	1	60ℓ程度のもの		シュラフカバー	1	
	登山靴	1	登山用ハイカットブーツ		個人用マット	1	
	水筒	適	2ℓ以上		グランドシート	1	※あれば持参
	地形図(1/25000)	3	立山、剣岳 磁北線を記入		細引き	適	テント張り綱・非常用
	コンパス	1	プレート付				
	ヘルメット	1			その他		
	カラビナ	2			テーピングテープ	1	38mmまたは50mm幅のもの
	安全環付きカラビナ	1			常備薬	適	※必要に応じて持参
	テープスリング(120cm)	1			予備電池	2s	
	テープスリング(60cm)	2			筆記用具	適	小型メモ、ペン
	ツェルト	1	※あれば持参		健康保険証	1	
	ヘッドランプ	1	照射距離30m以上のもの		生活用品	適	洗面具など
	アーミーナイフ	1	紐を付ける等ラッキングできるように準備		携帯電話	1	予備バッテリー等も
	ホイッスル	1	紐付きのもの		非常用品	1s	レスキューシート、ろうそく等
	腕時計	1	高度計付きが望ましい		その他(研修所内において)		
	スタッフバッグ	適			品名	数	備考
	食料関係				室内着	1s	所内研修で着用(ジャージ等)
	行動食及び非常食	適	3日分の行動食+非常食		体育館用シューズ	1	所内研修で使用
	湯茶関係	適	スティック・パックの湯茶3日分		着替え	適	所内研修中の着替え

※ コロナウィルス感染対策のため、マスク・手指衛生用品・使い捨て手袋・チャック付きゴミ袋・体温計なども持参ください。

※ 十分な行動食を携行してください。塩分・糖分を補給できるもの。

(例:パン・チョコ・クッキー・飴・シリアルバー・ナッツ・チーズ・サラミ・ゼリー・コンデンスミルク等)

※ 朝食・夕食についてはα米やレトルトなど簡単なものになりますので、足りない方は副食など用意ください。

※ 事前に装備借用書に必要装備を記入し準備しておいてください。入山前に講師が確認し貸出します。

※ 装備について準備が困難な物や不明なものがある場合は、研修所までご相談ください。
(テント・クッカー・ストーブ・登はん具等)

独立行政法人日本スポーツ振興センター
国立登山研修所長 殿

団 体 名
(教育委員会、大学、学校、連盟、協会、山岳会、クラブ等の名称)

所 属 長 印

所 在 地 〒

(担当者氏名 TEL)

令和3年度高等学校等登山指導者夏山研修会の開催について (回答)

令和3年4月26日付け日ス振登第21号で通知のあった標記のことについて、
下記の者を適当と認め参加を申し込みます。

推薦 順位	氏 名	年齢	住 所	電 話	所 属
1			〒		
2			〒		
3			〒		

添付書類

- ・参加申込者個人票 (別紙2)
- ・登山経歴書 (別紙3)
- ・健康・体力調査票 (別紙4)
- ・参加確認書 (別紙5)
- ・返信用封筒 (参加希望者宛)
※必ず角型2号封筒を使用し、宛名の面に郵便番号、住所、氏名を記入し**140円**切手を貼付してください。
- ・返信用封筒 (推薦者宛)
※必ず長形3号封筒を使用し、宛名の面に郵便番号、住所、宛先名を記入し**84円**切手を貼付してください。

※上記の欄が足りない場合はコピー等で対応してください。
応募総数が多い場合は同一の団体等からの参加人数を調整することになりますが、その際は、原則として推薦順位上位の者から参加を認めていきますので御了承ください。

※参加申込者から取得した個人情報については、利用目的の範囲内で適切に取り扱います。

別紙 2

令和3年度高等学校等登山指導者夏山研修会 参加申込者個人票

ふりがな				性別	男 ・ 女
氏名					
生年月日	年	月	日生	歳(6月1日現在)	
現住所	〒 電話() 携帯電話 ()				
緊急連絡先	〒 氏名 続柄() 電話() 携帯電話 ()				
E-mail					
所属団体名					
所属団体住所	〒 電話()				
所属校住所 ※所属団体住所と異なる場合	〒 電話()				
所属長名		学校長名 <small>※所属長名と異なる場合</small>			
所属団体での役職		所属年数 (所属校)		年	

※所属校住所等は教職員の方のみ記入してください。

●主な部活動(山岳会、クラブ)指導歴を記入してください。 ※教職員の方は、山岳関係以外の部活動についても記載してください。

年	月	指導歴	役職	部員数
令和元年 ~2年	4月~3月	記入例 富山県立劔高等学校山岳部	顧問	30名

● 現在指導している部活動の指導体制 ※教職員の方のみ記入
顧問()名 副顧問()名 その他()名 合計()名

※参加申込者から取得した個人情報については、利用目的の範囲内で適切に取り扱います。

令和3年度高等学校等登山指導者夏山研修会 参加者登山経歴書

ふりがな 氏 名	(年齢 才)		所属団体名	
所属部活動 (団体) 構成員数	名	役務		所属年数 (所属校) 年

登山研修所主催の研修会参加歴	平成	年度	研修会
	平成	年度	研修会

- あなたがこの研修会に参加する目的について記入してください。
(どのような伝達講習をするため どのようなリーダー、指導者になるためなど)

- 意見交換したいテーマ(クラブや部活動運営について、活動の活性化策など)

- 特に学びたいこと(登山技術について、体カトレーニングについてなど)

- 研修会参加後は所属クラブ等への伝達講習を実施していただきます。
伝達講習の実施状況について、追跡調査(郵送によるアンケート形式)に協力いただけますか。

はい	いいえ
----	-----

裏面へ続く

氏名		所属	
----	--	----	--

●直近3年の山行経験について回答してください。

山行日数

合計	無積雪期	日
日	積雪期	日

幕営日数

合計	無積雪期	日
日	積雪期	日

●主な山行歴を記入してください。

年月	日程	行程 ※2000m以上の山は○で囲んでください。	役割 (参加人数)	山行形態	平均行動時間
RO.△月	2泊3日	奈良田-御池小屋(テント泊)-北岳-間ノ岳-農鳥小屋(テント泊)-農鳥岳-大門沢下降-大門小屋-奈良田	リーダー (5人)	テント泊縦走	10時間

●登はんの経験があればルート名等とリード・セカンドの別を記入してください。

ルート名	ピッチ数	最高ピッチグレード	リード	セカンド

岩場で余裕をもってリードできるフリークライミングのグレード:

健康・体力調査票

所 属 _____
 氏 名 _____
 年 齢 _____ 歳 性別 _____

- 1 アレルギーはありますか。 ない _____ ある(具体的に _____)
- 2 生活習慣 喫煙 すわない _____ すう 1日に()本x()年間
 飲酒 しない _____ する (種類と量 _____)
- 3 既往症
 ・ハチに刺されたことがありますか？ ない _____ ある(具体的に _____)

4 服用している薬 _____

5 身体状況

身 長 _____ cm
 体 重 _____ kg
 平 熱 _____ °C
 血 圧 最高 _____ mmhg
 最低 _____ mmhg

●健康状況について

- 1 日常生活
- ・疲れやすい はい いいえ
 - ・睡眠が不足している はい いいえ
 - ・普段、朝食は食べない はい いいえ
 - ・日常感じている不具合を記入してください。

- 2 山行中の問題点
- ・山行中に膝が痛くなる はい いいえ
 - ・重たい荷物を背負うと息が切れる はい いいえ
 - ・バランスを崩した場合、リカバリーができずよく転倒する はい いいえ
 - ・山行中は快眠(熟睡)できない はい いいえ
 - ・これまでの山行中における健康上のトラブルあれば記入してください。

● 日常的な運動やスポーツについて

- ・日常的に運動やスポーツを _____ (している ・ していない)
- ・日常的に行う運動やスポーツの種類と内容 _____
- ・日常的に行う運動やスポーツの頻度 1週間に _____ 回 1回あたり _____ 時間

● あなたの経験や体力について

- ・登山に出かけるペース<○印を付けてください。>
 (毎週1回は・2週間に1回くらい・1か月に1回くらい・2か月に1回くらい・半年に1回くらい・1年に1回くらい)
- ・歩荷について 背負って確実に歩けるザックの重量 約 _____ kg
- ・行動時間 通常の1日の行動時間 _____ 時間
 軽装でガイドブック等のコースタイムの _____ % 程度のタイムまでなら疲労せずに歩き続けられる。
- ・体力の自己評価
 自信がある _____ 普通 _____ 自信がない _____
 (生徒以上の体力がある) (生徒より体力がない)

・その他特記事項等 _____

※ 参加申込者から取得した個人情報については、利用目的の範囲内で適切に取り扱います。

参加確認書

独立行政法人日本スポーツ振興センター国立登山研修所（以下「国立登山研修所」という。）は、登山の健全な発展を図るため、登山指導者養成のための研修を行うことを目的として設置されています。

本研修会「令和3年度高等学校等登山指導者夏山研修会」では、高等学校等において登山の指導的立場にある教職員等を対象に夏山登山に必要な基礎的な知識や技術の習得と、高校生を安全に引率するための能力向上を目指します。

実技研修は標高 2400m を超える室堂周辺で実施します。浮石等のある不整地の登山道や森林限界を越えた稜線を歩く研修も含まれます。あらためて、登山は危険を内包した自然の中で行われるスポーツであることを十分に認識した上でご参加ください。

国立登山研修所及び実技講師は、安全管理上の指導もしますので、その指示を踏まえ安全に研修会が運営されるようご協力ください。

国立登山研修所としては、研修会における安全対策には万全を期してまいります。登山は自然の中で行う活動であるため、それでも万が一、事故が発生した場合には応急処置を施し、必要に応じて、最寄りの病院へ搬送いたします。その際、国立登山研修所職員が随行または病院に待機するとともに、ご本人の緊急連絡先に連絡いたします。

また、傷害保険につきましては、国立登山研修所がご紹介しますので、必ず加入してください。

上記のいくつかの留意事項をご確認いただいた上で、下記にご署名いただき、他の必要書類と併せて提出してくださるようお願いいたします。

年 月 日

氏 名 (本人署名)

現住所

新型コロナウイルス感染防止対策について

I 主催者の対応

1 3密（密閉、密集、密接）回避について

- (1) 宿泊部屋は最大利用人数の50%以下となるようゆとりをもって割り振りし、ベッドや布団の間隔をあけてご使用できるようにします。
- (2) 講義中は参加者同士の距離を確保し、こまめに換気を行います。
- (3) 食事や入浴に関して、時間差や対面を避けて座るなどの対応を行い、可能な限り接触機会を遮断し距離を確保します。
- (4) 登山中および休憩時は距離を確保し行動いたします。また、安全性が高くセルフスキューが容易で既知のルートを選定することとします。

2 感染症対策

- (1) 主催者はマスクを着用し、対応いたします。
- (2) 施設内（ドアノブ、テーブル、イス等）を定期的に消毒します。
- (3) 施設の入口のほか各所に消毒設備、ペーパータオル等を設置します。
- (4) そのほか、当施設のガイドラインに応じて対策を行います。

3 参加についてのお願い

- (1) 新型コロナウイルス感染拡大状況により研修会を中止する場合があります。
- (2) お住いの各都道府県において、各都道府県をまたぐ移動規制等が発令された場合、研修会の参加を自粛していただくようお願いいたします。
- (3) 募集人数が過半数に満たない場合、開催を中止とさせていただきます。

II 参加者の対応

1 感染症対策

- (1) 消毒液、マスク、ファスナー付きポリ袋、体温計を持参してください。
- (2) 接触確認アプリ「ココア」を活用してください。
- (3) 研修会1週間前の体温測定結果を提出していただきます。

III その他

詳細は参加承認通知に同封いたします。