



令和6年11月吉日

(一社)埼玉県山岳・スポーツクライミング協会所属
山岳会(クラブ)会長(代表)様

(一社)埼玉県山岳・スポーツクライミング協会
会長 加藤 富之
指導委員会・遭難対策委員会

積雪期登山講習会・指導員研修会 開催のお知らせ

所属会員の皆様におかれましては、日頃より協会活動に関しご理解・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。早速ですが、令和6年度 積雪期登山講習会を次の通り開催します。また、当講習会に併設して指導員研修会を実施いたしますので、併せてご参加いただきますよう宜しくお願い申し上げます。(指導員各位への案内はこの案内にて代えさせていただきます。)

記

【積雪期登山講習会】

- 趣 旨 積雪期登山の安全登山普及と技術向上を目的とする
- 主 催 埼玉県山岳・スポーツクライミング協会(主管 指導委員会 遭難対策委員会)
- 期 日 令和7年2月15日(土)～2月16日(日)一泊二日
- 会 場 那須岳周辺もしくは講習会に適した場所
- 参加資格 埼玉県山岳・スポーツクライミング[®]協会所属会員 または、協会が認めた者
※山岳保険加入が基本条件
- 指導講師 クラス別講師 日本スポーツ協会公認指導員 (SMSCA 所属)
- 宿泊場所 雲海閣 栃木県那須郡那須町湯本 63 TEL 0287-76-2016
- 参加費用 15,000円(一泊2食付宿泊費含む。内、講習費2日分8,000円)
学生は、11,000円 ※現地にて徴収いたします。
- 申込先 指導委員会(担当 矢田)まで、郵送・FAX・メールしてください。
- 申込締切 1月31日(金)必着(宿への人数予約と名簿作成のため)
- 募集人員 20人 先着で定員になり次第締め切ります。
- 講習内容 経験レベルに応じたクラス分け講習

※詳細は、下記「積雪期登山講習会・指導員研修会のご案内」を参照ください。

※感染症対策のため、当日発熱のある方は参加を辞退下さい(矢田まで連絡下さい)

090-1425-9937



積雪期登山講習会・指導員研修会のご案内

高価なアイゼンやピッケルを買っても、使えなければ意味はありません。
雪山に登るなら、雪上訓練で正しい基本技術を学びましょう！

- ▶ 期 日 2025年2月15日(土)～2月16日(日) 一泊二日
- ▶ 会 場 那須岳周辺もしくは講習会に適した場所
- ▶ 参加資格 埼玉県山岳・スポーツクライミング協会所属会員 または、協会が認めた者 ※山岳保険加入が基本条件
- ▶ 指導講師 クラス別講師 日本スポーツ協会公認指導員 (SMSCA 所属)
- ▶ 宿泊場所 雲海閣 栃木県那須郡那須町湯本 63 TEL 0287-76-2016 FAX 0287-76-2977
※駐車場が狭いので、なるべく乗り合わせにて集合をお願いします。



- ▶ 日 程 ※日程、時刻は天候その他により変更あり
 - ・2月15日(土) **11:00 集合** (雲海閣 大広間) ※荷物を持って集合してください
11:30 開講式→11:45 実技講習出発→16:00 実技講習終了帰宿→
16:30 座学 (大広間にて) →18:00 入室・入浴→19:00 夕食・懇親会
 - ・2月16日(日) 7:00 朝食→8:00 二日目実技講習出発→13:30 実技講習終了/帰宿→
14:00 閉講式 (解散)



- ▶ 装 備 積雪期登山の服装で次の用具を持参のこと
アイゼン、ピッケル、ハチ、ヘルメット、サブザック、サングラス、ジャケット、オーバーパンツ、ロングスリーブ、目出帽、手袋、防寒着、筆記具、水筒・テルモス等その他、ロープ (2～3名に1本)
- ▶ 食 料 行動食 (昼食) 2食分、非常食、嗜好品、夕食時副食、アルコール
※今回の宿は自炊になります。少量のお酒も用意いたしますが、お酒はすべて持参ください。
- ▶ 参加費用 15,000円 (一泊二食付宿泊費含む。内、講習費2日分8,000円)
学生は、11,000円 ※現地にて徴収いたします。お釣りのないようお願いいたします。

- ▶ 申込先 指導委員会 (担当 矢田) まで、郵送・FAX・メールしてください。
〒351-0014 埼玉県朝霞市膝折町 1-1-28 FAX: 048-465-5881
Eメール sarg-01@uranus.dti.ne.jp 矢田 実 宛



- ▶ 申込締切 **1月31日(金)必着** (宿への人数予約と名簿作成のため)
- ▶ 募集人員 20人 先着で定員になり次第締め切ります。
- ▶ 講習内容 経験レベルに応じたクラス分け講習 (講習教程参照)





▶講習クラス

1 初級クラス

積雪期の登山は初めてか、それと同等の者
ロープの結束も不安な方

2 中上級クラス

雪期登山の経験者
※雪上技術全般とロープ操作の習得者

3 コーチ（指導員）研修クラス

コーチ 1 及びコーチ 2 の指導員資格保持者

- コーチ 1：初級クラスの内容及び、現在のコーチ 1 養成講習会内容の復習 指導の研修
- コーチ 2：上級クラスでの受講となります

▶講習科目

★各クラスとも講習場所を選定後、安全確認と危急時の対策を立てて講習に入る

- 1 初級クラスは 1～10 と一部ロープワークを講習する
- 2 中上級クラスは 9～12 を講習する
- 3 コーチ研修クラスは、レベルに応じたクラスでの指導員研修を実施



1. 服装の知識

- ①アンダーウェア（上下・下着）
 - ②インナーウェア（上下中間着、手袋、靴下）
 - ③アウターウェア（上下ジャケット、スパッツ、オーバー手袋、帽子）
- ◆保温、行動性、素材、選び方、レイヤードについて講習する

2. 用具の知識

- ①ピッケル（用途に応じたタイプの選定と、ピッケルバンドについて）
 - ②アイゼン（用途に応じたタイプの選定と、アイゼンバンド及びメンテナンスについて）
 - ③ブーツ（冬山用）（用途に応じたタイプの選定）
 - ④ロープ（用途に応じた選定）
 - ⑤ハーネス（用途に応じた選定）
 - ⑥ザック（用途に応じた選定）（機能と防水性）
 - ⑦スコップ（必要性とタイプの選定）
 - ⑧ツェルト（必要性とタイプの選定）
- ◆目的、機能、素材、携行、選び方などを講習する



3. 緊急避難：状況判断による決定とタイミング

- ①雪崩・雪庇・強風雪・ホワイต์アウトなどの危険認識と、低体温症の対策
 - ②避難場所の選定・構築方法・用具の使い方
- ◆緊急避難の理論を講習する



4. 雪上歩行の基本：平坦地での雪上歩行の基本動作

- ◆雪面（凹凸）と、靴底の摩擦力を使った効果的な方法について講習する

5. アイゼン無しの雪上歩行：緩斜面での登下降・トラバース・斜、登下降・方向転換

- ◆雪質を考慮した足の置き方・運び方・重心位置・姿勢・歩幅、ピッケルとの連携について講習する

6. キックステップ：急斜面での登下降・トラバース・斜、登下降・方向転換

- ◆傾斜を考慮した足の置き方・運び方・重心位置・姿勢・歩幅、ピッケルとの連携について講習する

7. アイゼン歩行：着脱のタイミング・場所・方法・安全確認

- ◆歩行の基本（姿勢・歩幅・重心位置・フラットフィッティング・フロントポイント）について講習する

8. 耐風姿勢：風の特長（方向・強さ・場所）と行動の限界を知る

初期の体勢・軸足と三点支持・体の向き・下降時の反転動作

- ◆基本モデルを学び、実践講習をする

9. 急雪面での行動：ステップ・カッティングと、ピッケルのダガーポジション

①ステップ・カッティングの方法と位置

②ダガーポジションの方法と姿勢

- ◆意義・方法について講習する

10. 滑落停止：あらゆる滑落に対する瞬時の行動

①ピッケル無しの場合（摩擦、エッジングで止める）

②ピッケルを使った初期制動

③ピッケルによる方法（ピッケルの持ち方・構え方・姿勢）

④反転動作の方法と体重のかけ方

⑤停止後の安全確保

- ◆基本モデル・応用と実践を講習する



11. スタカットクライミングの支点構築：支点強度の確保

①支点構築場所の選定。

②支点構築の方法（立ち木・アンカー・スノーボラード・雪中埋没）など

③用具（スノーバー・デットマン・ピッケル・ストック・スキー・土嚢袋）など

- ◆基本モデルを学び、構築した支点強度が十分であることを確認する

12. ロープ確保：雪上での確保の実際を学ぶ

①用具（ロープ・ハーネス・確保器・スリング・カラビナ）

②確保の方法 ダイナミックピレー（腰がらみ・スタンディングアックスピレー）

③セルフレスキュー（確保からの自己脱出、及び引き上げ）

- ◆基本モデルと隔時登攀の制動確保を講習する

那須湯本温泉 雲海閣のご案内 温泉マニアが推す源泉かけ流しのボロ宿



宿はボロいけど、
お湯は最高だよ！



那須温泉郷で唯一、素泊まり専門で天然温泉が楽しめる湯治の宿。
自慢の湯は、那須湯本の源泉「鹿の湯」と「奥の沢」の
二種類を引湯、100%かけ流しの天然温泉です。

雲海閣 栃木県那須郡那須町湯本 63

TEL 0287-76-2016 FAX 0287-76-297

HP <http://www.nasuonsen.com/search/detail.php?no=11>



MAP



地図サイト

★駐車場が狭いので、
なるべく乗り合わせにて
集合をお願いします。

★今回の宿は自炊になります。
少量のお酒も用意いたしますが、
お酒はすべて持参ください。



※食事の準備・片付けのお手伝いをお願いする場合がございます。予めご承知おき下さい。

積雪期登山講習会・(コーチ) 指導員研修会 申込書

(希望参加クラスの欄に初級、中上級、研修のどれかを記入)

申込書を指導委員会(担当 矢田)まで、郵送・FAX・メールしてください。

〒351-0014 埼玉県朝霞市膝折町 1-1-28 FAX: 048-465-5881

Eメール sarg-01@uranus.dti.ne.jp 矢田 実 宛

※FAXの際は、必ず送信の確認の電話をお願いいたします。

※メールの場合は、返信が無い場合は問い合わせをお願いいたします。

希望参加 クラス	氏 名		年 齢	性 別	住 所		積雪期登山経験 初級 中上級 記入
	生年月日	指導員資格			〒	携帯電話番号 緊急連絡先	
初 級	埼玉 一郎		60	男	埼玉県さいたま市浦和区高砂 0-0-0		初級
	1964/02/15				〒330-0000 携帯 090-0000-0000		
	コーチ 1 ※ある場合				緊急連絡先 090-0000-0000		
					〒 携帯		
					緊急連絡先		
					〒 携帯		
					緊急連絡先		
					〒 携帯		
					緊急連絡先		
					〒 携帯		
					緊急連絡先		
					〒 携帯		
					緊急連絡先		
					〒 携帯		
					緊急連絡先		

※参加希望クラスは、初級・中上級・研修を、積雪期登山経験は、初級・中上級のどれかを記入ください。

所属団体名 _____

令和 ____ 年 ____ 月 ____ 日

責任者 _____