

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、日頃より岳連活動に関しご理解・ご協力を賜り、厚く御礼申しあげます。早速ですが、平成23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者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

- 1.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
- 2.主 催 埼玉県山岳連盟（主管 埼玉県山岳連盟指導委員会）
- 3.期 日 平成24年1月14日（土）～1月15日（日）一泊二日
- 4.会 場 那須岳周辺もしくは講習会に適した場所
- 5.参加資格 埼玉県山岳連盟所属会員
- 6.指導講師 主任講師（予定） 佐藤 博 日本山岳ガイド協会認定山岳ガイド（上級登攀ガイド）
クラス別講師（埼玉県山岳連盟所属）日本体育協会公認指導員
- 7.宿泊場所 那須大丸温泉 ニューおおたか TEL0287-76-2457
（大丸温泉の県営駐車場の一番奥です）
- 8.日 程（日程、時刻は天候その他により変更あり）
1月14日（土） 集 合 10:00（旅館食堂）（荷物は車に入れたまま、食堂に集合してください）
開講式 10:30・・・実技講習出発 10:45・・・実技講習終了帰宿 16:00・・・座学 16:30
（大広間にて）・・・入室、入浴 18:00・・・夕食・懇親会 19:00・・・
1月15日（日） 朝 食 7:00・・・二日目実技講習出発 8:00・・・実技講習終了帰宿 13:30・・・
閉講式 14:00（解散）
- 9.装 備 積雪期登山の服装で次の用具を持参のこと
アザレン、ピッケル、ハネス、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、ロングスパッツ、目出帽、手袋、防寒着、水筒、筆記具、テルモス等その他、ロープ（2～3名に1本）
- 10.食 料 行動食（昼食）2食分、非常食、嗜好品
- 11.参加費用 18,000円（講習費・一泊2食付宿泊費）
- 12.申し込み先 指導委員会（担当 野村）まで郵送・メールしてください。事前振込み
郵便局 記号（10310）番号（68909771）ホリエノブコ（県岳連 堀江さんの口座になります）
〒330-0043 埼玉県さいたま市浦和区大東1-15-34
野村 善弥 宛 FAX 048-885-1470 eメール ynom36@ybb.ne.jp
- 13.申込締切 1月6日（宿への人数予約と名簿作成のため）
- 14.募集人員 30人 先着で定員になり次第締め切ります。
- 15.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）
中上級クラス・・・積雪期登山の経験者。（雪上技術全般からザイル・テクニックまでの習得を目標とする。）
初級クラス・・・積雪期登山は初めてか、それと同等の者。

積雪期登山講習会・講習教程

(各クラスとも講習場所の安全確認・対策を実施後、講習に入る)

*** 講習範囲 ***

中上級クラスは3～11を講習する。初級クラスは1～10と一部ザイルワークを講習する。

*** 講習内容 ***

1. 服装知識
 - 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 (上下ヤッケ、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. 用具知識
 - ①ピッケル
 - ②アイゼン (8本以上出っ歯付)
 - ③ブーツ (保温性)
 - ④ロープ
 - ⑤ハーネス
 - ⑥ザック (防湿、防凍対策)
 - ⑦スコップ
 - ⑧ツェルト

名称、機能、目的、素材、携行、持ち方、選び方について講習する。

3. 歩く基本 平坦雪上歩きの基本動作・原理
摩擦力・靴底、雪面凹凸の利用について講習する。

4. アイゼン無し雪上歩行 緩斜面 直登下・横断・斜め登下降・方向転換
雪質、足の置き方・運び方、重心、姿勢、歩幅、ピッケルとの連携について講習する。

5. キックステップ 直登下・横断・斜め登下降・方向転換
足の置き方・運び方、重心、姿勢、歩幅、ピッケルとの連携について講習する。

6. アイゼン歩行 着脱時期・場所・方法・安全確認
直登下降・横断・斜め登下降・方向転換・姿勢
歩行基本 (重心、姿勢、歩幅、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。

7. 滑落停止 ピッケルのない方法 (摩擦、エッジングで止める)
ピッケルによる方法
ピッケルの持ち方・構え方
反転と制動動作、体重のかけ方
停止からの立ち上がり
動作の迅速性
基本モデル・応用 (実際) パターンについて講習する。(初期制動を含む)

8. 耐風姿勢 風の特徴 (方向・強度・場所)・行動限界
方法・姿勢・軸足・顔向き・下降時・三角支点
基本モデル・応用 (実際) パターンについて講習する。

9. ステップ・カッティング 意義・方法について講習する。

10. 緊急避難

状況判断と決定（タイミング）
なだれ・低体温症・風雪・ホワイトアウトの知識
非難場所・方法・用具の活用・リラックス
非難の実際について講習する。

11. ロープ確保

確保の意義
用具（ハーネス・ロープ・制動器・スノーバー・ピッケル・バイル・アイゼン）
支点（足場・アンカー・支点設定）
方法（自己確保・腰がらみ・スタンディングアックス・制動・自己脱出・セルフス
キュー）

基本モデルと3ピッチ程度の隔時登攀と制動確保を講習する。

指導員研修会

指導員の皆様におかれましては次の趣旨により、指導員研修会を実施いたしますので参加されますようお願い申し上げます。

日山協は47都道府県の集まりで構成されており、各県単位の岳連組織が日山協の一部である。これまでの『日山協方式』と言われてきたものは便宜上47都道府県の申し合わせで一番合理性が有り、普及性の高い技術を決めてきたものに過ぎない。したがってそれよりも良い技術があれば、それを日山協標準の技術とすることも可能であります。指導員規定の中にも技術（指導技術）の研究義務が定められております。また、指導員研修会等で、ご案内の通り、山岳に関して指導者更新登録要件が従来の（財）日本体育協会の研修会出席義務が不要となった代わりに山岳技術研修会出席が義務化されております。4年毎の更新に際し最低1回の指導暦、研修会参加暦が必要になります。

指導員各位におかれましては、これまでの経験と理論に基づいた新技術の発表・研究の場を研修会という形で提供しますので提案・発表者としての参加、単に技術習得の場として活用なされますようお願い申し上げます。

1. 研究テーマ
 - ① スタンディングアックスピレーと自己脱出法（セルフスキューを一部含む）
 - ② コンテ技術と自己脱出法
 - ③ その他雪上技術

（提案・発表希望者は事前に発表内容と発表時間をご連絡ください。主催側で調整いたします。）

2. 参加費用 一泊2食付宿泊費（1万円）研修会費は無料です。
3. 申込み先 指導委員会（担当 野村）まで郵送・メールしてください。

事前振込み 郵便局 記号（10310）番号（68909771）ホリエノブコ（県岳連 堀江さんの口座になります）

〒330-0043 埼玉県さいたま市浦和区大東1-15-34

野村 善弥 宛 eメール ynom36@ybb.ne.jp

TEL&FAX 048-885-1470

4. 申込締切 1月6日（宿への人数予約と名簿作成のため）

積雪期登山講習会・指導者研修会・指導員養成受講者 申込書

(左の希望参加クラスの欄に初級、中上級、指導員研修会 のどれかを記入)

下記フォームをデータにてご希望の方は ynom36@ybb.ne.jp にメールしてください。

FAXの際は必ず送信の確認の電話をお願いいたします。(FAXの不具合の可能性があるので)

TEL & FAX (048)885-1470 指導委員会 野村 善弥

埼玉県山岳連盟 指導委員会宛

希望参加 クラス	氏 名 生 年 月 日	年齢	性 別	住 所 〒 電 話 番 号	積雪期登山経験に○印
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上
	(. .)			(〒 .) (. - .)	初 中 上

* 申込金の振込みは所属会毎にまとめて送金お願いいたします。

(指導員の方、研修費 10,000 円 宿泊費含む)

(その他の方、18,000 円講習費・宿泊費含む)

所属団体名 _____

平成 年 月 日

責任者 _____