

【研修実施内容一覧表】 登山リーダー研修会(春山・夏山・冬山)

		夏山研修会				春山研修会				冬山研修会			
		講義演習	事前課題	研究協議	班別研修	講義演習	事前課題	研究協議	班別研修	講義演習	事前課題	研究協議	班別研修
1 登山の基礎	(1)登山の魅力と楽しさ				○				○				○
	(2)自然の脅威と登山に内在する危険		○		○		○		○		○		○
	(3)登山行動の基本原則				○				○				○
2 登山計画	(1)目標の設定				○				○				○
	(2)登山計画書の作成		○		○		○		○		○		○
	(3)目標達成のために適したルート選択				○				○				○
	(4)チームの編成				○				○				○
3 登山の準備	(1)メンバーの体力把握、体調管理				○	○			○				○
	(2)メンバーの技術と知識の確認				○				○				○
	(3)山行に必要な装備の準備				○				○				○
	(4)食糧計画		○		○		○		○		○		○
	(5)効率の良いパッキング				○				○				○
	(6)山行に必要な情報の収集		○		○		○		○		○		○
4 登山の宿泊	(1)キャンプの設営				○				○				○
	(2)室内の整備と食糧				○				○				○
	(3)炊事				○				○				○
5 歩行技術	(1)歩き方の基本				○				○				○
	(2)雪上・雪渓の歩き方				○				○				○
	(3)藪こぎ・沢歩き・徒渉及びラッセル歩行				○				○				○
	(4)危険箇所の通過におけるクライミングロープによる安全確保				○				○				○
6 読図とナビゲーション技術	(1)地形図の基礎	○			○				○				○
	(2)登山に利用する地図の種類	○			○	○			○				○
	(3)地形図の読み方	○			○	○			○				○
	(4)概念の把握	○	○		○	○	○		○		○		○
	(5)ルート計画	○	○		○	○	○		○				○
	(6)ナビゲーション	○			○	○			○				○
	(7)ナビゲーション機器の利用	○			○	○			○				○
7 荒天時及び危急時の対策	(1)危険の回避	○			○	○			○	○			○
	(2)荒天時及び危急時における対処方法				○				○	○			○
	(3)ファーストレスキュー				○				○				○
	(4)雪崩対策									○			○
8 登はん技術	(1)登はん(雪上登はん)動作の基本		○		○		○		○				○
	(2)確保理論	○	○		○				○				○
	(3)確保技術		○		○				○				○
9 山岳スキー技術	(1)用具と使用法								○				
	(2)スキー技術								○				
	(3)山岳スキーに関するリスク管理								○				
10 登山の医学	(1)登山における医療対応の目的	○				○				○			
	(2)登山中のけがや病気に遭遇した場合の初期対応(3SABCDE)	○				○				○			
	(3)時季や場所に応じた各種傷病の理解とその対応	○	○			○	○			○	○		
	(4)疾患についての定期的なグループチェック	○				○				○			○
	(5)非致命的の外傷における応急処置の目的理解と手順	○				○				○			
11 登山の運動生理学	(1)登山と身体				○	○			○				○
	(2)登山と体力		○		○	○	○		○		○		○
	(3)高所環境についての理解と対処方法				○	○			○				○
12 気象	(1)気象の基礎知識	○				○				○			
	(2)春山の気象					○							
	(3)夏山の気象	○											
	(4)冬山の気象									○			
	(5)気象情報の収集と活用	○				○	○			○	○		○
	(6)観天望気の利用					○				○	○		○
	(7)天気変化の予測と行動判断	○				○	○			○	○		○
13 雪氷	(1)雪氷の基礎知識									○			○
	(2)雪崩とその対策					○				○			○
	(3)雪庇					○				○			○
	(4)雪渓	○			○								
	(5)積雪調査									○			○
14 自然保護	(1)山岳環境保全活動と関連法規				○				○				○
	(2)テイクイン・テイクアウト				○				○				○
15 登山パーティーのリーダー	(1)リーダーの任務・責務			○	○			○	○			○	○
	(2)リーダーに必要な能力			○	○			○	○			○	○
	(3)リーダーの法的責任			○	○			○	○			○	○

は、安全登山サテライトセミナーで実施します。研修会で実施されない内容の参加をお勧めします。