

【研修実施内容一覧表】 高等学校等登山指導者夏山研修会、積雪期登山基礎講習会、安全登山指導者研修会

		高等学校等登山指導者 夏山研修会				積雪期登山基礎 講習会				安全登山指導者 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 地図と 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	○	○		○	○			○	■1		■1		○
	(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	○				○				■2		■2		○
	(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					○				■3		■3		○
	(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。

■1～■3は、3年に一回（ローテーション）実施します。