

JMSCA 夏山リーダー養成講習会 2023 募集要項

神奈川県山岳連盟

中 概要

この4日間の養成講習会(トレーニングコース)は公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会の夏山リーダー資格制度にもとづき実施するものです。歩行技術・用具・ナビゲーション・山の環境・山の危険・非常時の対応・リーダーの責任など、夏山リーダーに必要な知識と技術を現場で活用するためのスキルを養成します。

本講習会終了後、3つ以上の山域、10回以上の山行を実践し検定講習会(アセスメントコース)を受験して合格すると夏山リーダー資格を得ることができます。

中 期日・締切

1期

2023年5月13日(土)、14日(日)
6月3日(土)、4日(日)合計4日間
申込締切日4月15日

2期

2023年10月28日(土)、29日(日)
11月11日(土)、12日(日)合計4日間
申込締切日9月30日

中 募集人数

人数:各期10名(先着順)

中 場所

丹沢表尾根、大倉尾根周辺

中 応募資格

- ・ 満18歳以上
- ・ 夏山2年以上ならび20回以上の登山経験者

中 参加費

19,000円(税込)受講料・テキスト代・保険料を含む。宿泊費、飲食費、燃料費は含みません。

中 お申込み・お問い合わせ

email	29@kanagawa-gakuren.gr.jp
phone	050-7129-7971
担当者	伊藤

- 1) 申込書と山歴書をメールでお送りください
- 2) 参加確定の受講案内をメールでお送りします
- 3) 受講案内お受け取り後、参加費をお振込みください

中 講師

日本スポーツ協会公認山岳指導員以上
講師と受講生の比率1:5以下

中 装備・食糧

日帰り装備(各自ご準備ください)

リュックサック 20~30ℓ程度

登山に適した服装(肌着は綿製不可)

レインウェア上下・防寒着(セーター、フリース等)

帽子・手袋・登山靴・靴下・ヘッドランプ(予備電池)

ナイフ・ホイッスル・ライター・タオル

地図(昭文社山と高原地図「丹沢」)・コンパス

時計・筆記用具・携帯電話(予備電池)・ゴミ袋

スタッフバック・ファーストエイドキット

1日目の昼食、2日目の行動食、飲料

テント泊装備(各自ご準備ください)

リュックサック 40~50ℓ程度

~日帰り装備に加えて~

テント・コンロ・燃料・鍋類・シュラフ・シュラフカバー・マット

・食器類・ウォータータンク・着替え類・ロールペーパー

中 その他

- ・ コロナ感染防止対策のため宿泊は無し、全て日帰りの講習とします。テントは設営しますが宿泊しません。
- ・ 講習は3~5人のパーティー単位で行います。
- ・ 講習の詳しいプログラムは申込み後に配布します。
- ・ 急なキャンセルの場合は参加費から必要経費を差し引いてお返します。

中 講習項目(シラバス)と到達目標

1.登山のリスクと計画

- ・ パーティーの意見を聞いて、適切な山を特定できる
- ・ 共同装備・個人装備を決めて準備できる
- ・ エスケープルートを計画できる
- ・ パーティーの山の実力を把握することができる
- ・ オーダーを決めることができる
- ・ パーティーを束ねることができる
- ・ 法的な課題を理解している

2.装備(登山準備)

- ・ 万が一を想定した服装・用具を準備できる
- ・ 不要な物を排除できる
- ・ 必要不可欠な食糧計画を立てることができる
- ・ 非常食を想定できる

3.歩き方(登山行動技術)

- ・ 点呼をとり、体調チェックをすることができる
- ・ 効率的で安全な歩き方を知っている
- ・ 全体の行動計画を伝えることができる
- ・ 準備運動の必要性を知っている
- ・ 歩くペース配分を知っている
- ・ 雪渓の歩きかたを知っている

4.ナビゲーション

- ・ 地図の整備ができる
- ・ 尾根・谷・鞍部・ピークなど典型的な地形を、特定できる
- ・ 磁北線を引くことができる
- ・ コンパスの使い方がわかる
- ・ 記録をとって行程の進捗を管理することができる

5.気象(天候と対応)

- ・ 出発前に当日の天候を把握する姿勢を持っている
- ・ 出発前に計画中止の判断ができる
- ・ 観天望気による天候の急変を予測することができる
- ・ 天気図を読んで天候の予測をすることができる
- ・ 四季の典型的な気象について知識を持っている
- ・ 典型的な悪天候の予想図を知っている

6.宿泊

- ・ 早出早着で安全を確保できる
- ・ 共同生活をしている自覚を持っている
- ・ 山小屋を予約することができる
- ・ 設営に適した場所を選ぶことができる
- ・ テントを張ることができる
- ・ テント生活をするすることができる

7.セルフレスキュー

- ・ 道に迷った時、確認できる場所まで戻ることができる
- ・ 危急時にパーティー全体の安全を図り、二次遭難のリスクを考えることができる

- ・ 救助の必要性を判断し、適切な連絡先に連絡することができる
- ・ 事故発生時の初動活動を知っている
- ・ 手に負える怪我が否かを判断することができる
- ・ 外傷の応急処置を適切に行うことができる
- ・ 二次感染を避ける方法を知っている
- ・ 熱中症・低体温症・高山病などの対処法を知っており予防方法・処置を挙げることができる
- ・ 山域毎に潜むリスクを知っている
- ・ 手順を理解し、その通りに行うことができる
- ・ 救助を呼ぶ判断をすることができる
- ・ ヘリコプター救助の際の適切な方法を知っている
- ・ ビバークをするタイミングと場所を判断することができる
- ・ ビバークの方法を知っている

8.登山の運動生理学とトレーニング

- ・ 疲れない歩き方(ペース・呼吸法)を知っている
- ・ 必要な栄養素・水の摂り方と量を知っている
- ・ 疲れない身体の作り方を知っている
- ・ 登山に必要な体力・筋力について知っている

9.山の文化と規制

(登山の文化と環境/日本の山/アクセス問題)

- ・ 高山植物の希少価値を認識している
- ・ トイレ問題・ごみ問題について認識している
- ・ 入山する地域の関連条例等について理解している
- ・ 登山道以外を歩いてはいけない理由を知っている

