



©2005 石塚真一/小学館

第 188 号(令和2年5月 21 日)

信州の山岳遭難現場と全国の登山者をつなぐ  
特別隊員

## 島崎 三步 の「山岳通信」

この通信は長野県の山岳地域で発生した遭難事例をお伝えし、「安全登山」のための情報提供をしています。(詳細は以下のとおり)

**長野県内登山口駐車場 閉鎖中！**  
**入山を自粛してください！**

### 長野県警山岳安全対策課からのワンポイントアドバイス

5月3週は、県内で2件の山岳遭難が発生し、山菜採りと溪流釣りの遭難でした。長野県の新型コロナウイルスによる「非常事態宣言」は解除されたことから、近隣へ出掛ける方もいるかと思えます。しかし、自然を相手にしていることを思い出していただき、慎重な計画と行動をしましょう。

さて、少しずつ登山の計画を考えている方へ、今回は山で食べるご飯や行動食、飲料水について、自宅でもう一度見直してみましょう。皆さんもご承知のとおり、登山は非常に多くのカロリーを消費するだけでなく、大量の汗とともに、体内のミネラル(塩分)が失われるスポーツです。そのため、これらを効率良く補給しなければ、目的地まで無事にたどり着くことはできません。過去には糖分などを気にして、食事や行動食をあまり取らなかったことによるハンガーノック(いわゆるシャリバテ)や、塩分などを控えるために、お茶や水だけしか飲まなかったことによる熱中症や脱水による痙攣など、行動不能遭難が発生しています。これからは気温が上がってくるので、十分に注意をしましょう。

登山中の食事はエネルギーを補給するだけでなく、登山中の楽しみの一つでもあります。最近はそのごはんのレシピやおいしい行動食も多く紹介されていますので、登山に出掛ける前に、自分に合った、食べやすくおいしいものをご自宅で試してみたいはいかがでしょうか。

### 発生状況

日付	場所	年齢	性別	態様	死傷別	概要
5月11日	山ノ内町 山林内	85	男	その他	負傷	山菜採り中、何らかの原因により行動不能
11日、男性85歳が山菜取りのため下高井郡山ノ内町の山林内に入山後、行動ができなくなり、警察と志賀高原地区山岳遭難防止対策協会木島平班で捜索を行い、救助しました。						
5月13日	米子山付近 の沢	25	男	道迷い	無事救助	仲間と2人で溪流釣り中、道に迷い、行動不能
13日、須坂市米子山付近の沢筋において、溪流釣りのため2人で入山した男性25歳が、同行者とはぐれて、道に迷う山岳遭難が発生し、同行者からの救助要請により捜索中の警察官が発見救助しました。						

令和2年中の山岳遭難発生状況(令和2年1月1日～5月17日)

区分	発生件数	死者	行方不明	負傷者	無事救出	遭難者計	内)死傷者
令和2年	50	9		22	24	55	31
平成31(令和元)年	75	10		43	32	85	53
前年同期比	-25	-1	±0	-21	-8	-30	-22
内)BC	-1	-1	+1	-1	-3	-4	-1
内)山菜キノコ採り	+3	±0	±0	+2	+1	+3	+2

山域別発生状況

区分	件数	件数比率	死者	行方不明	負傷者	無事救出	遭難者計	
北アルプス	槍穂高	0.0%					0	
	後立山	15	30.0%	3		8	7	18
	その他	8	16.0%	2		2	4	8
	計	23	46.0%	5	0	10	11	26
中央アルプス	1	2.0%	1				1	
南アルプス		0.0%					0	
八ヶ岳連峰	13	26.0%	3		8	2	13	
その他の山岳	13	26.0%			4	11	15	
計	50		9	0	22	24	55	

態様別発生状況

区分	件数	件数比率	死者	行方不明	負傷者	無事救出	遭難者計
転・滑落	11	22.0%	1		10		11
転倒	7	14.0%			7		7
病気	2	4.0%				2	2
道迷い	13	26.0%				15	15
落石		0.0%					0
雪崩	4	8.0%	1		3		4
落雷		0.0%					0
疲労凍死傷	2	4.0%				2	2
不明・他	11	22.0%	7		2	5	14
計	50		9	0	22	24	55

男女別・年齢別比率

区分	男性					(人) 比率	女性					(人) 比率	男女計	
	死者	不明	負傷	無事	計		死者	不明	負傷	無事	計		人数	比率
19歳以下					0	10 22.7%					0	5 45.5%	0	15人 27.3%
20代			1	4	5					1	1		6	
30代	1		3	1	5				2	2	4		9	
40代	3		4	4	11	23 52.3%			1	1	2	3 27.3%	13	26人 47.3%
50代	1		6	5	12		1				1		13	
60代	3		1	3	7				1		1		8	14人 25.5%
70以上			2	2	4	11 25.0%			1	1	2	6		
計	8	0	17	19	44			1	0	5	5	11	55	
比率	80.0%						20.0%							

内容は長野県警察本部の発表時点のものです。

\* 本通信に関する質問・意見は「長野県観光部山岳高原観光課」mt-tourism@pref.nagano.lg.jp までお寄せください。

＝発行：長野県山岳遭難防止対策協会＝