

令和6年度 登山リーダー夏山研修会 日程表 案

	8月18日(日)	8月19日(月)	8月20日(火)	8月21日(水)	8月22日(木)	8月23日(金)	
	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	プログラム 研修予定場所等	
5				基礎研修②	総合研修	危急時対策研修	5
6			起床	各コース共通 ・剱沢周辺	縦走研修コース ・剱岳縦走 ・立山縦走	・救出計画 ・搬送技術 ・応急処置	6
7		6:00起床 清掃・美化活動(6:10~) 立山駅前・所内	朝食 食堂 (班により交代で食事)	・別山北壁岩場 ・剱御前の稜線	等	等	7
8	受付 事務室前	朝食 食堂	トラックへの荷物積み込み 玄関前集合(7:00) 立山駅(7:20発) 美女平(7:40発) 室堂(8:30着)	縦走研修コース ・剱岳縦走 ・立山縦走 ・大日岳縦走	登はん基礎コース ・別山北壁岩場 ・長次郎谷 ・本峰南壁 等 ・源次郎尾根	剱沢～室堂の下山コースを班毎に計画したルートで下山	8
9	講師打合せ 講師控室	講義 「確保理論」 笹倉講師	* 高所順応のため 1時間程度室堂 周辺で出発準備 及び入山ルートの 打ち合わせ	登はん基礎コース ・別山岩場 ・長次郎谷 ・本峰南壁 ・源次郎尾根 ・ハッ峰6峰周辺	登はんコース ・ハッ峰6峰周辺 ・源次郎尾根周辺	等	9
10	開会式 講義室 写真撮影	準備	基礎研修① ナビゲーション技術 ・読図とナビゲーション	等	等	等	10
11	講義 「登山のPDCA」 三戸呂講師 講義室	班別研修 ・タイヤ落とし確保訓練 登はん技術 ・ロープ操作の基礎技術	歩行技術 ・状況判断 ・ルート選択 ・ロープワーク ・チームでの行動	登はんコース ・ハッ峰6峰周辺 ・源次郎尾根周辺	* 班の総合的な力量により 講師の指導のもと研修ルートを 選択する。	等	11
12	班別討議 講義室	・支点の構築 ・確保技術 ・固定ロープ ・懸垂下降	登山の医学 ・高所順応と高山病の理解	* 班の総合的な力量により 講師の指導のもと研修ルートを 選択する。また、ルート によっては、この日から幕営 若しくはビバークを伴う研修 を行う。	歩行技術 ・状況判断 ・ルート選択 ・ロープワーク ・チームでの行動	室堂(11:20発) 高原バス	12
13	昼食(班別) 弁当配布	昼食(班別) *11:30頃弁当配布	生活技術 ・テント設営等 ・天気図作成 ・食事づくり	歩行技術 ・状況判断 ・ルート選択 ・ロープワーク ・チームでの行動	登はん技術 ・支点の構築 ・確保技術 ・固定ロープ ・懸垂下降	美女平駅(12:20発) 立山駅(12:27着)	13
14	班別研修(所内) 登山計画と装備計画準備 ・食糧計画 ・班別検討		* 入山中の全日程を通じて 研修する。	登はん技術 ・支点の構築 ・確保技術 ・固定ロープ ・懸垂下降		玄関前集合(13:00) 装備の整理・乾燥 入浴(班別により交代で入浴) 昼食(班別)弁当配布	14
15				帰 幕	帰 幕	班別研修 研修会総括	15
16				生活技術 ・テント設営等 ・天気図作成 ・食事づくり	生活技術 ・テント設営等 ・天気図作成 ・食事づくり	諸連絡・清掃 講師打合わせ(15:00~)	16
17	入浴 (班別により交代で入浴) 入山準備・装備の確認 (講師打ち合わせ会17:30~)	入浴 (班別により交代で入浴) 入山準備・装備の確認 (講師打ち合わせ会17:30~)	夕食	夕食	夕食	閉会式(15:45~16:00) 解散 富山駅行き電車(16:32発) (17:33発)	17
18	夕食 (班別により交代で食事)	夕食 (班別により交代で食事)					18
19			班別協議	班別協議	班別協議		19
20	班別研修(所内) 研修について考える 研修第1日目の振り返り	問診 図書室 研修生の健康状態の確認 班別協議(所内各室) 研修第2日目の振り返り 入山準備	研修第3日目の振り返り	研修第4日目の振り返り	研修第5日目の振り返り		20
21	就寝(宿泊室) 22:30までに消灯	就寝(宿泊室) 22:30までに消灯	(講師打ち合わせ会)	(講師打ち合わせ会)	(講師打ち合わせ会)		21
			就寝 テント泊	就寝 テント泊またはビバーク	就寝 テント泊またはビバーク		