

2026 年度 滋賀県山岳連盟
山岳技術研修会(兼 JSP0 山岳 AC・SC コーチ義務研修会) 実施要綱
テーマ「クライミングの基礎知識/技術習得・実践研修」

JMSCA(日本山岳・スポーツクライミング協会)滋賀県山岳連盟(以下、滋賀岳連)では、山岳活動を行い山岳技術向上のための山岳技術研修会を開催しています。こうした研修会を通して、自らの登山技術の習得・向上を目指し、また参加者との交流を図り、安全登山・クライミングの実践を進めて頂きたいと考えています。滋賀岳連会員のみならず、JSP0 山岳 AC・SC コーチ資格者/岳連非会員(一般参加)とともに山岳技術研修会に参加下さい。

記

- 目的 登山・クライミング技術の習得(兼 JSP0 山岳 AC・SC コーチ義務研修会)
- 主催 滋賀岳連
- 主管 滋賀岳連 指導委員会
- 期日 座学(web) : ①2026 年 10 月 2 日(金) 19:00~21:30
②2026 年 10 月 7 日(水) 19:00~21:30
座学(web)は、① or ② どちらかに参加必須(同じ内容)
実技 : 2026 年 10 月 18 日(日) 9:30~16:00
注)座学のみ/実技のみの参加はできません。また座学を受講できなかった場合、
実技はキャンセル扱いとなります。
- 会場 座学(web) : Zoom(参加者へ別途メールで Zoom 案内送信)
実技 : 滋賀県大津市北小松 比良げんき村 人工登攀壁 <https://hira-genki.com>
- 参加費 滋賀岳連会員 3,000 円、滋賀以外の岳連会員 4,000 円、岳連非会員 6,000 円
(実技会場で徴収致します)
- 講師・スタッフ 主任講師 益戸 隆二(JSP0 山岳 SC コーチ)
その他 指導委員会もしくは指導委員会が任命したスタッフ
- 研修内容 テーマ:「クライミングの基礎知識/技術習得・実践研修」
座学(web):クライミングギヤ・確保技術概論(web 講義)
実技 : 9:00 集合・受付開始
9:30 開講式~オリエンテーション
10:00 基本技術 1(講師・スタッフより指導・実践)
① クライミングギヤの確認
② ロープワーク(ノットとヒッチ等)
③ アンカーシステム構築
12:00 昼食・休憩
13:00 基本技術 2(講師・スタッフより指導・実践)
④ ビレイデバイスの使用の仕方
⑤ 確保理論と実践
15:30 片付け~閉講式(16:00 頃までを目処に解散)
- 装備 昼食・飲料水・筆記用具・日帰り登山装備(ザック・雨具・防寒着等)
クライミングギヤ一式(下記参照、持っている範囲で持参下さい)
クライミング用ハーネス(レググループ式)/クライミングシューズ/ビレイデバイス(ガイドモード付チューバータイプ、ガイドモードで使える安全環付 HMS やオーバー型とセット)、ビレイグローブ/山岳用ヘルメット/安全環付オフセット D 型カラビナ 3~4 枚/HMS 型安全環付カラビナ 1 枚/オフセット D 型カラビナ(ストレート)2~3 枚/PAS(パーソナルアンカーシステム)/クイックドロース数本、フリクションヒッチ用コード 2 本/ダイニーマ製ソウンスリング(60cm/120cm)のアルパインクイックドロース各 2 本/アンカー構築用のスリング(いつも使用しているセットで OK)
注)クロックス等のかかとかが固定されない履物は禁止(靴を履いてくること)

- 参加対象 ・クライミング初心者(上記装備できる者)～経験者
 ・クライミング技術指導を学ぶ必要がある者(AC・SC コーチ他)
- 参加資格 滋賀岳連や滋賀以外の岳連所属山岳会/団体個人会員、岳連非会員(一般参加)
 尚、岳連非会員(一般参加)からの参加者は審査致します。事情により、参加をお断りする場合がありますのでご了承の上申込み下さい。
- 傷害保険 主管が参加者一括して JMSCA 包括団体保険に加入(参加費に保険料含む)
- 申込先 滋賀山岳連盟 指導委員会 会長 益戸 隆二
 mail: ryuji-ma@mx.bw.dream.jp
- 締切り 2026 年 9 月 25 日まで。但し、先着 12 名で締め切ります。
- 申込み方法 下記必要事項を記載し、メールもしくは以下 QR コードで示すメールフォームにて申込みして下さい。



QRコードが読み取れない場合は以下URLへ

→ <https://ws.formzu.net/dist/S174290285/>

<必要項目>

氏名/性別/生年月日/住所/携帯番号/緊急連絡先/参加者分類/所属山岳会/
所有 JSP0 資格・クライミング経験/要望等

- その他
- ・参加者には必要に応じて、一斉メール等で諸連絡を行います。
 - ・荒天などにより中止する場合は、前日までに委員会より連絡致します。
 - ・この研修会は危険行動を伴う研修内容を含みます。主催者は安全には十分に配慮しますが、不慮の事態や自然等の外的要因のため、傷害事故や生命に危険をもたらす事態が起こる可能性があります。またこうした事象に対しての出費などは、主管が一括して申し込む山岳保険(JMSCA 包括団体保険)から支払われる範囲の保険金までとし、それを越える費用は、各自の保険等で自己負担をお願い致します。それを認知した上で参加の申込みをお願い致します。
 - ・受講を取り消される場合は、すみやかに、当委員会会長 益戸のメールアドレスへご連絡下さい。【受講料のキャンセル料について】実技当日 100%、前日 50%

以上