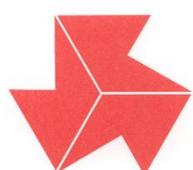


令和4年

北信高等学校新人体育大会登山競技会

チャレンジ登山



北信高校新人大会

挑戦的に・意欲的に・やりがいを求めよう

期日 令和4年(2022年)10月8日(土)・9日(日)

会場 下高井郡山ノ内町 木戸池キャンプ場周辺 岩菅山

主催 北信高等学校体育連盟[

主管 北信高等学校体育連盟登山専門部

北信高等学校体育連盟ホームページ

<http://hokusin.ngn-hssp.org/>

日程

10月8日(土)	10月9日(日)
10:00~10:30 受付	4:00~ 5:30 気象/朝食/撤収/移動
10:30~11:00 開会式	6:00~12:00 岩菅山登山
11:30~16:30 競技	(アライダ沢入口から山頂往復)
17:00~18:30 夕食	12:00~12:30 閉会式
19:00~20:30 交流会	
21:00 就寝	

【大会役員】

大会長	新津 英人（中野立志館高等学校長）
副大会長	濱 勝彦（篠ノ井高等学校長）
	羽山 功（須坂創成高等学校長）
	菅沼 尚（長野市立長野高等学校長）
会場長	久根 敏（下高井農林高等学校長）
大会委員長	矢野 清隆（中野立志館高等学校）
大会副委員長	河崎 直茂（長野吉田高等学校）

【競技役員】

総務委員長	河崎 直茂（長野吉田高等学校）
審査委員長	坂本 侑哉（飯山高等学校）
審査委員	西野 祐司（長野吉田高等学校）
審査委員	三石 達也（屋代中学・高等学校）
救護（感染症）	福島 伸一（下高井農林高等学校）

【開閉会式 式次第】

〈開会式〉

10月8日（土）10:30～11:00

- （1）開式通告
- （2）大会会場長挨拶
- （3）選手宣誓
- （4）競技役員紹介
- （5）諸連絡
- （6）閉式通告

〈閉会式〉

10月9日（日）12:00～12:30

- （1）開式通告
- （2）講評・成績発表
- （3）表彰
- （4）大会会場長挨拶
- （5）諸連絡
- （6）閉式通告

【参加者名簿】

男子（35名）

No.	学校名（人数）	氏名（○数字は学年）			
1	飯山（6）	岡本 羽琉②	佐藤倫太郎②	渡邊 幸敬②	竹ノ内義幸①
		神田 悠葵①	高橋 楓太②		
2	須坂（9）	岩崎 瑛太②	山岸 侑矢②	町田 遥②	佐藤 瑞光②
		依田 凌翔②	川上 悠②	山崎 寛弥②	小高 誓也②
		岩野 綾介①			
3	長野西（2）	下村 優宇②	田中 誠祥②		
4	長野吉田（2）	根岸 蓮①	宮尾 凌央①		
5	屋代（16）	沖山 英②	田中 大成②	村松 優希②	三澤 駿也②
		松本 爽吾②	松田 悠基②	永山 太惺②	深澤 虎太①
		古澤 夏生①	本山 首里①	堀切 原生①	中村 真央①
		城下明日翔①	酒井 悠安①	青木 優太①	今井 涼①

女子（16名）

No.	学校名（人数）	氏名（○数字は学年）			
1	飯山（3）	山本 心美②	竹田 実羽②	森 ひかり②	
2	長野西（1）	重田 智美②			
3	長野吉田（4）	中島 瑠美②	松橋 美咲②	高松 美歌①	塚田 風衣①
4	屋代（8）	中野 美空②	轟 真帆②	井嶋 彩希②	山上 彩葉②
		秋田 らな②	藤森 愛由①	速水 麦穂①	鈴木 友捺①

引率顧問・役員（14名）

No.	学校名（人数）	氏名		
1	飯山（2）	坂本 侑哉	古幡 太郎	
2	須坂（3）	島田 嘉一	関 修一	松尾 浩
3	下高井農林（1）	福島 伸一		
4	長野西（2）	佐藤 増夫	藤田 咲子	
5	長野吉田（3）	河崎 直茂	西野 祐司	塩野入和彦
6	屋代（3）	三石 達也	福島 哲夫	三井 克己

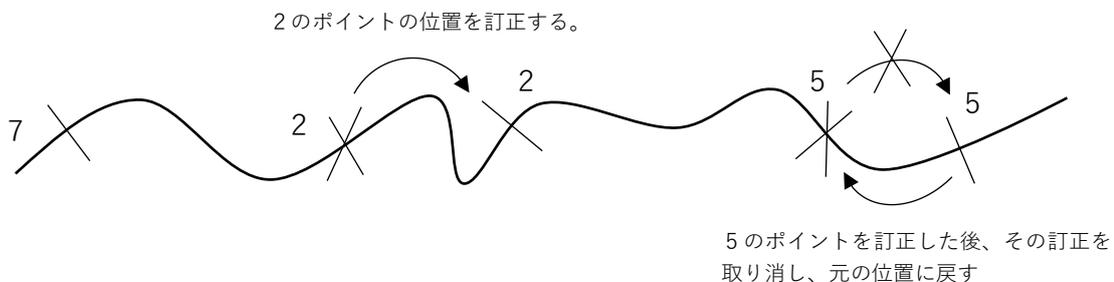
【諸注意】

(1) 大会全般について

- ① 10月初旬の1泊2日の山行に必要な装備・食糧を携行する。また、競技における服装・装備は、個人・サブザックの登山活動を想定し安全に十分配慮したものとする。
- ② 競技コース・登山道では他の歩行者の迷惑にならないように配慮する。また交通事故には十分に気をつける。
- ③ キャンプ場の施設の使用にあたっては美化に努める。原則としてゴミは持ち帰る。
- ④ 大会中に事故やトラブルが発生した場合、速やかに大会本部（＝専門委員長）または引率顧問に連絡し、対処についてはその指示に従う。※次頁、緊急連絡網を参照のこと。

(2) 競技について

- ① 競技はラインオリエンテーリング形式による男女別個人戦とする。
- ② 成績・順位は体力点（50点）読図点（50点）の合計得点による。
- ③ 競技コースは「大沼池入口（スタート）⇒大沼池⇒四十八池⇒渋池⇒ひょうたん池⇒木戸池キャンプ場（ゴール）」とする。
- ④ 規定時間（＝競技開始前に発表）を設ける。規定時間内にゴールできた場合は体力点を満点とし、遅れるごとに減点する。なお、ゴール時刻はゴール地点における競技地図の提出時とする。
- ⑤ 打ち切り時間（＝競技開始前に発表）以後のゴールは失格とする。また、コースを大きく外れて歩行した場合も失格とする。
- ⑥ 読図点は競技コース上に設置された10カ所のポイントを1カ所5点とした、正解の合計点とする。
- ⑦ 読図精度は原則として前後1mmまでを許容とするが、ピンポイントで特定できる箇所については誤差を認めない場合がある。
- ⑧ 競技地図は大会総務で用意する。選手は記入するためのボールペン（油性、黒、0.7mm以下）を携行する。
- ⑨ ポイント地点は、競技地図のコース（＝赤線）に直交するように黒ボールペンで引いた線（1cm程度）の交点として記入する。また、交点の近くにポイントについての数字を記入する。
- ⑩ 線が二重、三重になったり、著しく太い線になったりした場合は、その箇所の得点を与えない。
- ⑪ 訂正をする場合は、正しい地点に記入し、誤って記入したところは×として、 を引いて正しい地点を明示する（下図参照）。



- ⑫ 競技中の携帯電話の使用は原則禁止とする。ただし、道迷いや事故等の緊急時連絡用として封印して携行する（ゴール時に封印を点検する）。
- ⑬ 時間計測のための腕時計の使用はよいが、位置・標高を計測する機能のついた機器（高度計

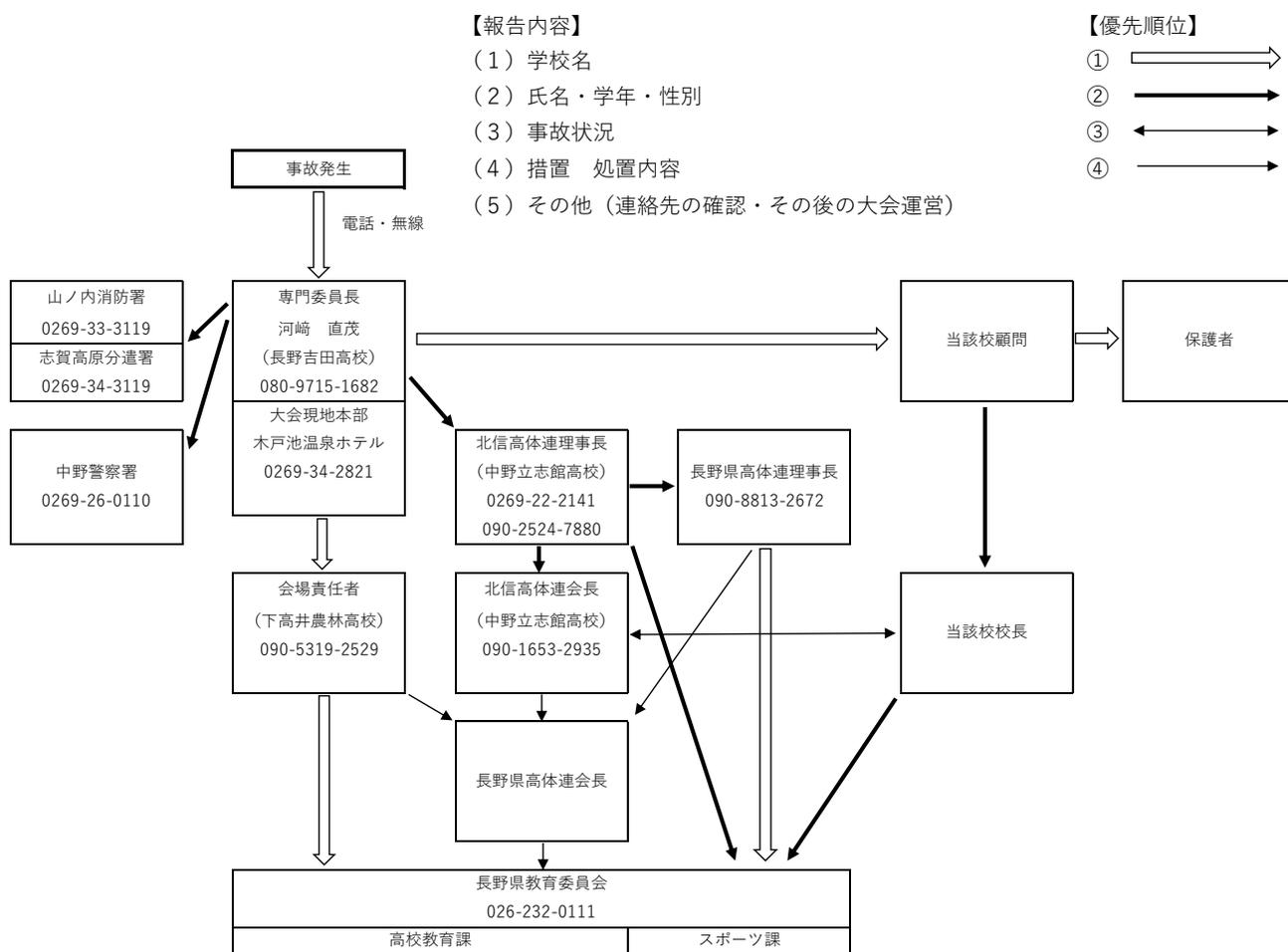
/GPS/GPS 機能付き腕時計等)の使用は禁止する。

- ⑭ 安全を第一に優先して、道迷い等に注意する。進入禁止マークがあるところは進まずに戻る。
- ⑮ 事故発生時は、近くにいる役員(大沼池レストハウス・四十八池あずまや・渋池ベンチ)に口頭で連絡するか、大会本部(=専門委員長)に通報する。※次頁、緊急連絡網を参照のこと。

【事故対応について】

- 事故発生時は迅速に関係機関と連絡を密に持ち、事故後の対応には指示・助言を得る
- 事故発生時は事故記録を綿密に残す(記録者を決定する)。
- 救急車で搬送する場合には引率職員が同乗し、搬送先で確認が出来次第、学校・保護者へ連絡する。

※緊急連絡網(個人情報が含まれるので取り扱い注意)



大会についての問い合わせ先

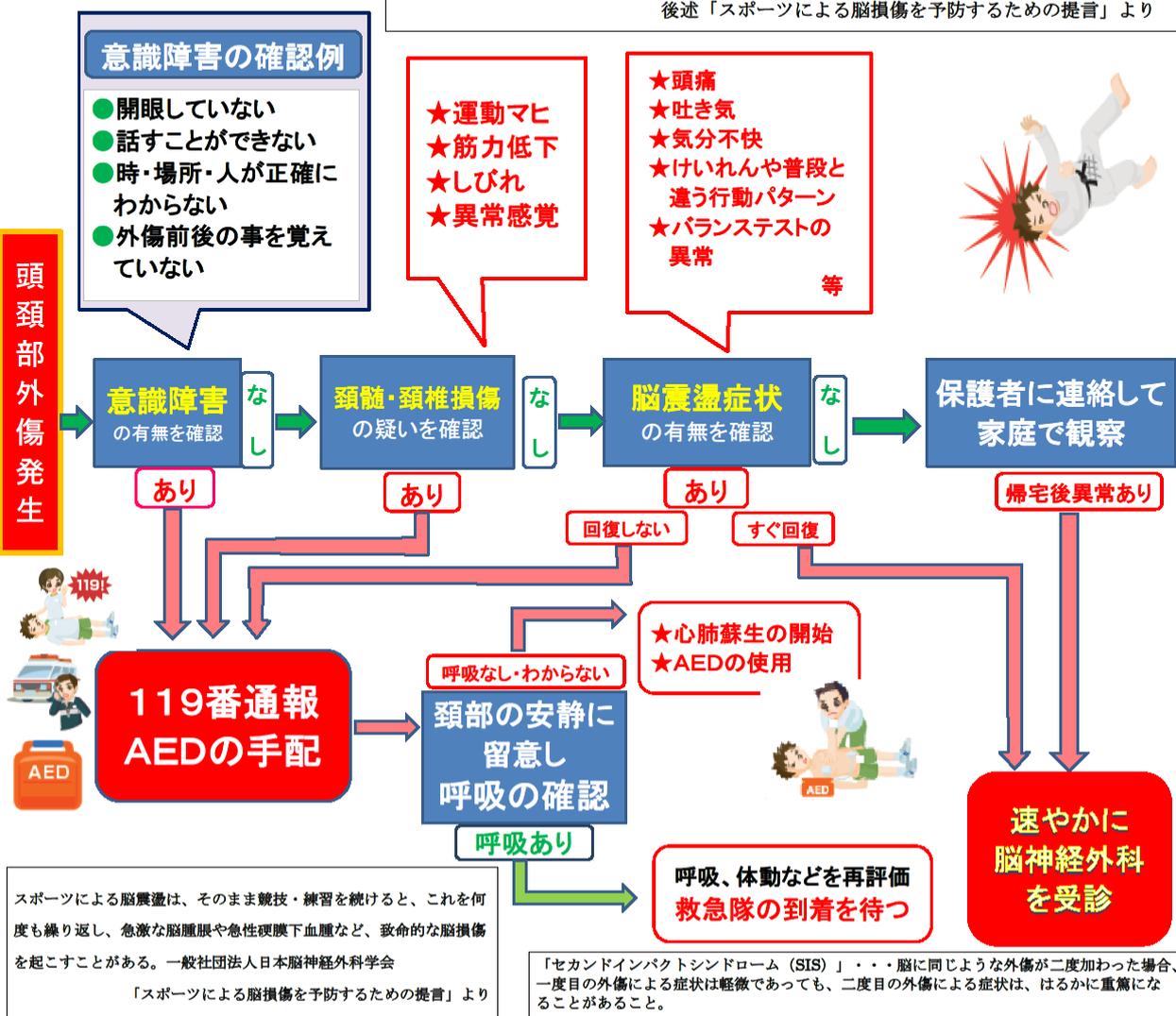
北信高等学校体育連盟 登山専門部 専門委員長 河崎 直茂
 長野県長野吉田高等学校
 〒381-8570 長野市2丁目12番9号
 TEL. (026) 241-6161 FAX. (026) 241-9737

注意!

- 頭頸部や顔面に強い衝撃を受けた時は
- ◇**安静にし、すぐに専門医の診察を!**
- ◇**本人が「大丈夫」と言っても競技に復帰させない!**
- ※意識があっても生命にかかわる場合があります

頭頸部外傷事故発生時の対応フローチャート

スポーツによる脳震盪は、意識障害や健忘がなく、頭痛や気分不良などだけのこともある。
後述「スポーツによる脳損傷を予防するための提言」より



スポーツによる脳震盪は、そのまま競技・練習を続けると、これを何度も繰り返すと、急激な脳腫脹や急性硬膜下血腫など、致命的な脳損傷を起こすことがある。一般社団法人日本脳神経外科学会
「スポーツによる脳損傷を予防するための提言」より

「セカンドインパクト症候群 (SIS)」・・・脳に同じような外傷が二度加わった場合、一度目の外傷による症状は軽微であっても、二度目の外傷による症状は、はるかに重篤になることがあること。

『練習、試合への復帰は慎重に』・・・スポーツへの復帰は慎重にし、必要に応じて脳神経外科専門医の判断を仰ぎましょう。

フローチャートは、独立行政法人日本スポーツ振興センター「スポーツ事故防止ハンドブック」より
監修:長野県日体協公認スポーツドクター協議会
作成:長野県教育委員会事務局スポーツ課学校体育係

「あたま」や「かお」をつよくぶつけたときには、
すぐに先生につたえよう!
むりをしつうごかずに、そのばで休んでいよう!