

令和 6 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 6 年（2024 年）10 月 5 日（土）・6 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

長野県高等学校体育連盟

長野県教育委員会

主管 北信高等学校体育連盟登山専門部

長野県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 5 日（土）	10 月 6 日（日）
10:00～10:30 受付	4:00～ 5:30 起床/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	小金 典子（長野西高等学校長）
副大会長	藤田 洋子（下高井農林高等学校長）
	南山 清高（北部高等学校長）
	向井健太郎（松代高等学校長）
会場長	南山 清高（北部高等学校長）
大会委員長	朝田 将幸（長野西高等学校）
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	塩野入和彦（長野吉田高等学校）
運営委員	西野 祐司（長野吉田高等学校）
運営委員	三石 達也（屋代中学・高等学校）
運営委員	古幡 太郎（飯山高等学校）
運営委員	福島 哲夫（屋代中学・高等学校）
運営委員	丸山 春香（屋代中学・高等学校）
運営委員	神田 弓月（屋代中学・高等学校）

【開閉会式 式次第】

〈開会式〉

10月5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6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（27名）

No.	学校名（人数）	氏名（○数字は学年）
1	長野吉田（6）	横山 崇人② 山本 雅人② 原 雄大② 米村 伊織①
		田島 凌① 長沼 廣樹①
2	屋代（21）	加藤 尚杜② 杉本 颯太② 和田 賢治② 亀板 和裕②
		田口 誠② 上野 知希② 山浦 大画② 青木 大和②
		一由 啓太② 米澤 和登② 森下 然② 依田 隼昌②
		中島 陽向② 福元 猛② 小西 昊太② 小池 太陽②
		小林 瑛太郎② 寺島 克彦① 掛川 晴誠① 吉澤 汰一①
		鈴木 琉風音①

女子（18名）

No.	学校名（人数）	氏名（○数字は学年）
1	飯山（6）	樋口 はな② 小林 寧音② 佐藤 心椰② 呉 優芽②
		中山 結月海① 河野 若穂①
2	長野吉田（5）	西澤 ひかり② 岩岡 真央① 深瀬 日和① 佐藤 花凜①
		齋藤 小桃①
3	屋代（7）	金子 由芽② 鈴木 優歩② 丸山 詩② 山本 真子②
		渡邊 香春② 田中 亜季② 三井 あかり①

引率顧問・役員（9名）


No.	学校名（人数）	氏名
1	飯山（2）	坂本 侑哉 古幡 太郎
2	長野吉田（3）	河崎 直茂 塩野入 和彦 西野 祐司
3	屋代（4）	三石 達也 福島 哲夫 丸山 春香 神田 弓月

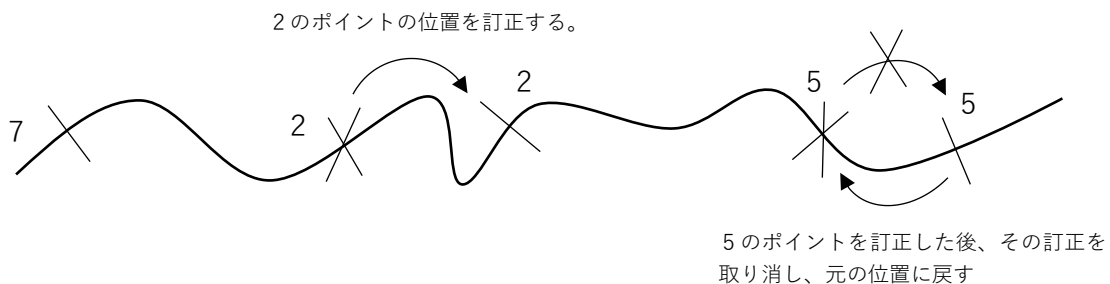
【諸注意】

(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 1 mm 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

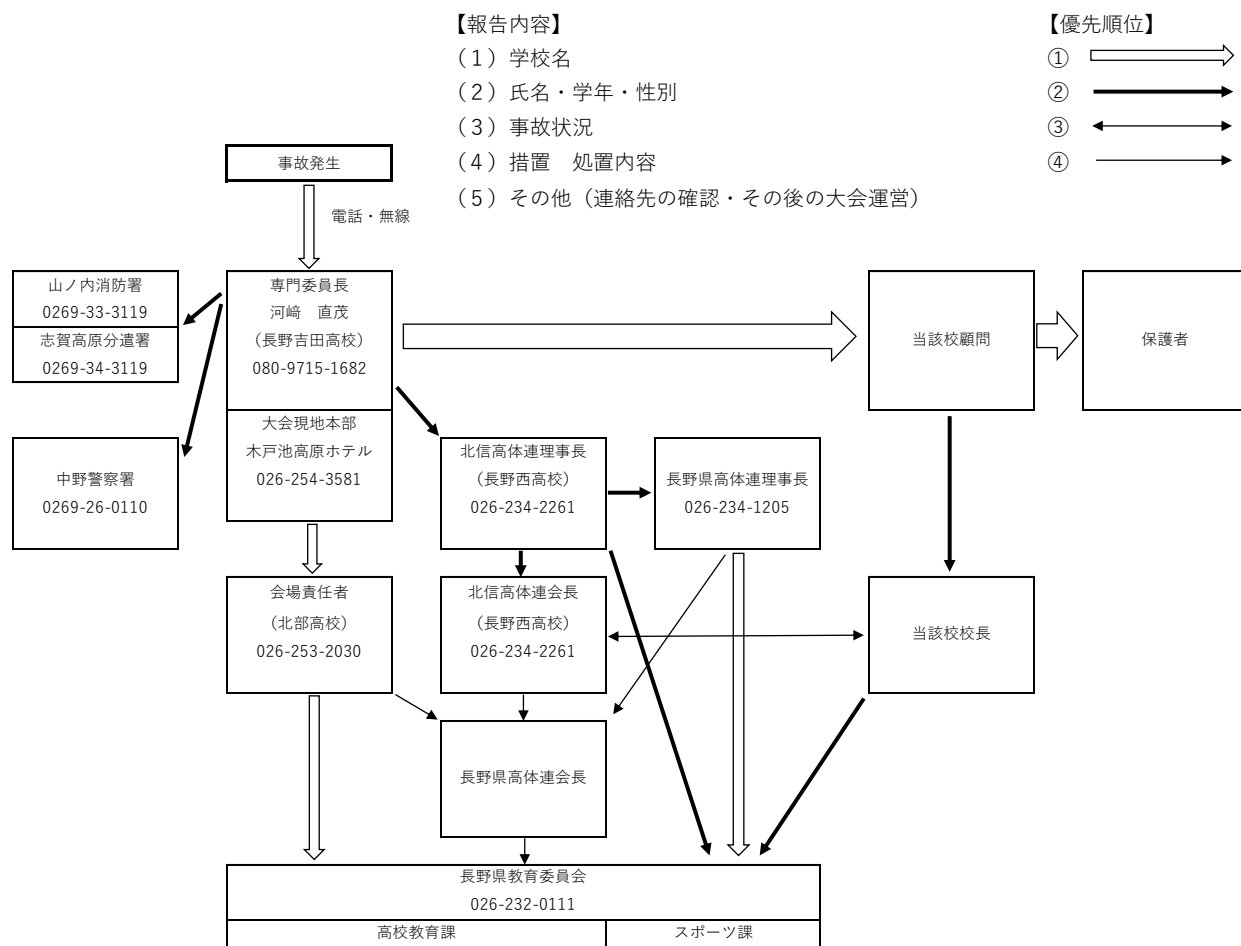
/GPS/GPS 機能付き腕時計等)の使用は禁止する。

- 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

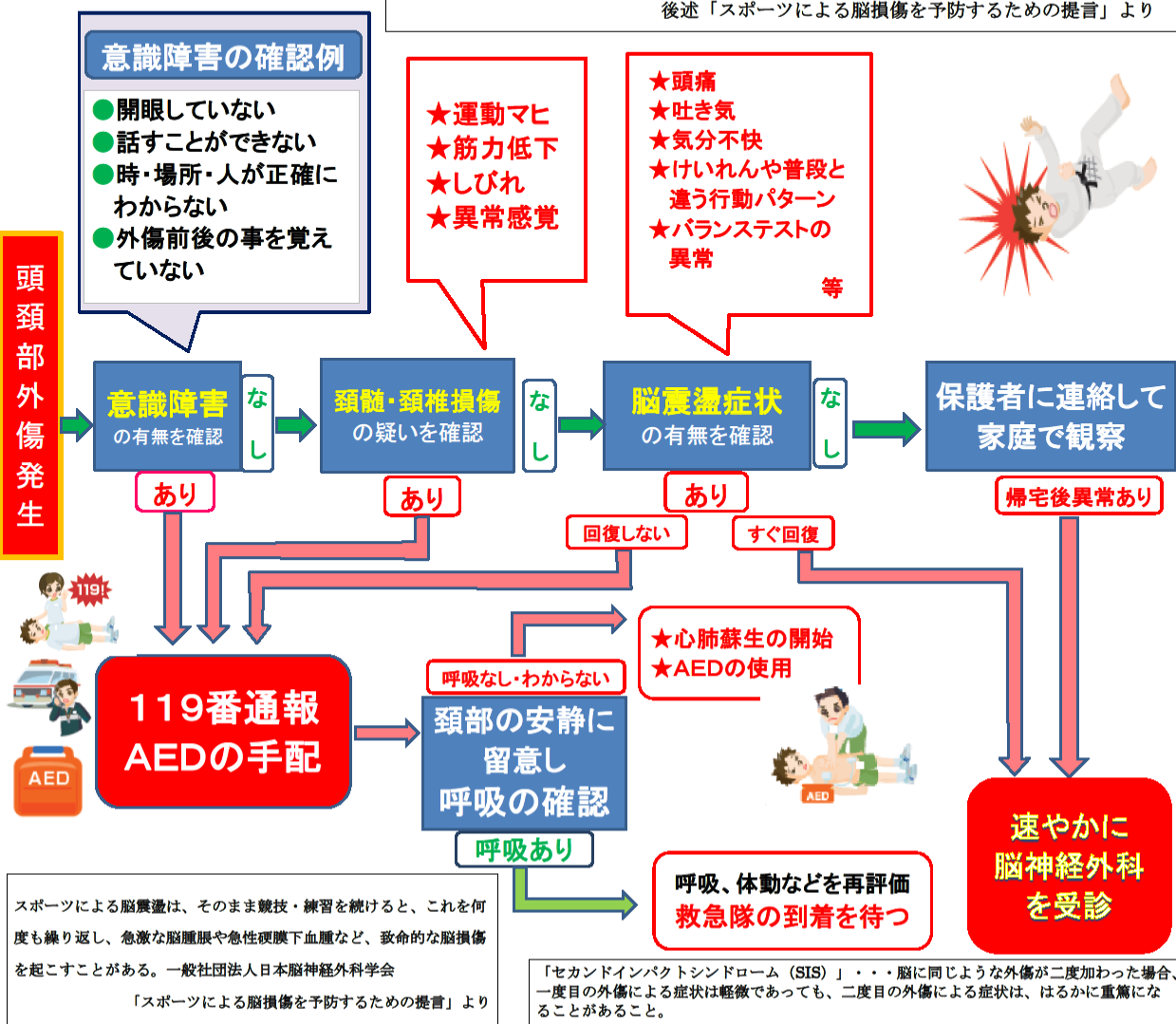
北信高等学校体育連盟 登山専門部 専門委員長 河崎 直茂
長野県長野吉田高等学校
〒381-8570 長野市2丁目12番9号
TEL. (026) 241-6161 FAX. (026) 241-9737

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、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！