

# 2026年3月中旬 山岳安全週間レポート

(3月14日~3月20日)

## 1. 週間概況と重点警戒事項

2026年3月中旬、国内の山岳地帯は厳冬期から残雪期への移行期特有の不安定なコンディションに包まれました。この時期、登山者が最も留意すべきリスクは以下の3点に集約されます。

地震活動と融雪による複合的的雪崩リスク: 飛騨地方で発生した地震 (M2.7) を受け、積雪の不安定な山域では震動による誘発雪崩への警戒が急務です。特に長野県や北海道では気温上昇に伴う「全層雪崩」のリスクも高まっており、地震と融雪が重なる「複合的リスク」を考慮したルート選定が不可欠です。

「春の陽気」による判断ミスと装備不足: 中低山では春めいた天候が見られる一方、雲取山や丹沢などの高所・日陰では路面が鏡面状に凍結しています。軽装による行動不能事案が目立っており、軽アイゼンやチェーンスパイクを省略しない「冬山継続」の意識が求められます。

冬眠明けのクマとの遭遇リスクの本格化: 全国的にクマの活動が活発化しており、山梨県では目撃数が過去最多 (376頭) を記録。北海道弟子屈町では\*\*14cmの足跡 (成獣) \*\*が確認されるなど、個体の大型化と行動圏の拡大 (学校周辺や住宅地への接近) に 심각한警戒が必要です。

---

## 2. 山岳遭難事故・救助事案の分析

この期間、体調不良や不適切な判断、装備不足に起因する重大事案が頻発しました。

### 1. 死亡・重大事故の事例まとめ

八ヶ岳連峰: 3月15日、阿弥陀岳 (46歳男性) および縞枯山 (57歳男性) にて、下山中の体調不良による死亡事故が連続発生。

新潟県湯沢町: 3月15日、74歳男性がバックカントリースキー中に死亡 (病死の可能性)。

金華山: 76歳女性が登山道で道を譲ろうとした際、足元を滑らせ滑落し死亡。

富士山 (閉山中): 外国籍の3名が規制を無視して入山。2名が滑落し救助 (意識あり) されましたが、極めて危険な無謀登山。

海外 (ケニア山): 日本人登山者1名が滑落により死亡。

### 2. 救助・行動不能事案の傾向

中央アルプス (千畳敷): 街着に近い軽装の3名が雪中で行動不能となり救助。

長野県飯山市 (鍋倉山): 67歳男性がバックカントリースキー中に転倒し、脚部負傷のためヘリコプターで救助。

北海道 (駒ヶ岳・倶知安町): 駒ヶ岳では男子大学生が滑落負傷。倶知安町ではアメリカ人少年2名がスキー場コース外 (バックカントリー) で道迷いとなり救助。

### 3. 統計データ

群馬県: 年間の遭難件数は147件、死者12人に達しており、過去最多のペースで推移しています。

---

## 3. 火山活動状況と入山規制

火山活動の活発化に伴い、各地で規制が継続・強化されています。

## 1. 警戒レベル3（入山規制）

桜島: 南岳山頂火口および昭和火口から概ね2km圏内は立ち入り禁止。噴火に伴う大きな噴石や火砕流への警戒が必要です。

## 2. 警戒レベル2（火口周辺規制）

雌阿寒岳: 3月15日にごく小規模な噴火の可能性が指摘されました。ポンマチネシリ火口から約500mの範囲は規制中です。特に\*\*「判定基準の改定」\*\*が適用されたことに留意してください。

岩手山: 想定火口域から概ね2km以内は立ち入り禁止。

浅間山: 火口周辺1km以内は立ち入り禁止。火山性地震が継続しています。

草津白根山（湯釜付近）: 火口周辺への立ち入りが継続して規制されています。

## 3. 条例・法規制に基づく禁止

谷川岳: 遭難防止条例に基づき、3月16日から危険地区への登山禁止期間が開始されました。

---

## 4. 登山道・アクセス道路の規制と再開状況

規制・通行止め:

高尾山: 稲荷山コースが全面通行止め。6号路は3月20日より上り一方通行規制、\*\*1号路（浄心門付近）\*\*は3月24日～27日に規制実施。

土岳: 小滝沢登山口および坂ノ上登山口が、安全対策のため9月30日まで長期通行止め。

大菩薩峠: 赤沢登山口方面が5月29日まで通行止め。

神苑の森コース: 大規模な倒木の影響で当面の間通行止め。

冬季閉鎖・開通:

奥只見シルバーライン: 3月20日午前6時より冬季閉鎖解除。

上高地: 4月16日の開山まで冬季閉鎖継続中。入山には高度な冬山技術が必須。

国道342号: 須川高原方面の除雪作業が開始。

公共交通機関:

JR高山線: 杉原～猪谷間で橋脚地盤悪化のため運休。

---

## 5. 野生動物（クマ）出没情報

気温上昇に伴い、冬眠明けの個体が人里近くまで活動範囲を広げています。

### 1. 目撃地点リスト

北海道: 弟子屈町（川湯中学校グラウンド: 14cmの成獣の足跡）、根室市（JR沿線）、八雲町（路上）、札幌市内。

東北: 青森県（十和田市住宅地）、岩手県内、福島県（会津若松市、浪江町）。

関東・中部: 栃木県（宇都宮市、佐野市）、群馬県（みなかみ町）、埼玉県（和名倉山・三峯神社付近）、新潟県（三条市: 過去10年で最多）、山梨県内、長野県（長野市小鍋付近）、富山市。

### 2. 被害状況と傾向

山梨県では目撃頭数が376頭と過去最多を記録。市街地や学校周辺での目撃も目立っており、鈴やラジオによる対策が不可欠です。

---

## 6. 気象・自然災害リスク

雪崩リスク: 北海道（上富良野町など）や長野県（飯山市、白馬村、小谷村など）に雪崩注意報・緊急警告が発令中。特に飛騨地方の地震による地盤の揺れが、不安定な積雪層の崩壊を招く恐れがあります。

凍結・滑落リスク: 雲取山、丹沢（蛭ヶ岳）、剣山などで深刻な路面凍結。軽アイゼン等の装備がなければ滑落や下山不能に直結します。

地震情報: 飛騨地方（M2.7）、愛媛県（震度3）、大隅半島東方沖（震度2）、熊本県（震度2）で発生。落石や地盤の緩みに注意してください。

火災リスク: 滋賀県や北海道で林野火災注意報が運用されています。乾燥した空気の下での火気使用は厳禁です。

---

## 7. 登山者への具体的アドバイス（安全対策指針）

### 1. 情報収集の徹底

出発直前まで気象庁の火山解説情報や自治体の最新規制（高尾山の通行規制等）を確認してください。雌阿寒岳のように判定基準の改定があった山域では、以前の知識が通用しないことを自覚してください。

### 2. 装備の最適化

残雪・凍結に備え、軽アイゼンやチェーンスパイクを標準装備とし、状況に応じて前爪のある12本爪アイゼンを選択してください。クマ対策として鈴や撃退スプレーも必携です。

### 3. 安全管理と判断

単独行動を避け、経験者を含む複数人で行動してください。八ヶ岳の事例に見られるよう、体調異変は遭難に直結します。少しでも不安を感じたら\*\*「引き返す勇気」\*\*を持ってください。

### 4. マナーと基本動作

登山道でのすれ違い時は、必ず山側に身を寄せて道を譲ってください。これは、万が一接触や躓きがあった際、谷側へ転落するのを防ぐための鉄則です。また、\*\*登山届（コンパス等）\*\*の提出を徹底してください。

### 5. 緊急時の備え

携帯電話の予備バッテリーを必ず携行してください。また、長野市消防局に発足した20名の選抜隊員からなる山岳救助隊など、地域の救助体制を事前に把握しておくことも、万が一の際の迅速な行動に繋がります。