

万全な準備を行い、マナーを守り、登山やハイキングを楽しみましょう

夏山のシーズンが到来しました。ハイキング、登山は人気のある野外活動のひとつ。いろいろなハイキングコースや登山コースがありますが、



どんな場所に出かけるかによつて注意すべき点や危険も異なります。高い山ほどさまざまな危険があり、注意・装備も必要だといわれています。十分な準備をして、マナーを守りながら登山やハイキングを楽しみましょう。

今月号は、安平町体育指導委員で北海道アウトドア山岳ガイドとして活動している秦野公彦さん（追分若草）に登山の心得についてアドバイスをいただきました。

出発前

- ・行き先や同行する仲間の名前や連絡先、行程などを家族や関係者に知らせましょう。
- ・天気予報を確認し、持参するものをチェック。山の天候は変わりやすく、概ね100メートル高くなることに気温

が0・6度下がるといわれています。そこで、セーターや下着などの着替えが必要で、雨具は必需品です。

- ・長袖シャツ、長ズボン、帽子、登山靴またはトレッキングシューズを着用し、水や予備の食料を携行しましょう。

登山の注意点

- ・入山、下山時に登山口に設置されたポストに計画書を投函するか、最寄の警察署などに届けましょう。
- ・初心者コースでも歩きにくい場所や転びやすいか所がありますので注意しましょう。
- ・雪渓や岩場などでは落石の発生に注意し、落石に気づいた場合は大声で周囲に知らせましょう。
- ・集団登山やハイキングでは、

前の人とはぐれ、道に迷って遭難する事故が発生しています。グループが離ればなれにならないように、先頭と最後尾に指導者が歩くなどの対策が必要です。

山の自然を守りましょう

- ・山には貴重な動物や植物が生息しています。道を外れて歩くと花や葉を傷めてしまうことがあります。また草花を採取することはやめ、自分が出したゴミは必ず持ち帰り、山の自然を守りましょう。



昨年の町民登山会（オロフレ峠）



ユウパリコザクラの会 副代表の秦野公彦さん

秦野さんからひと言

毎年町民登山会に指導者として参加しています。今年も室蘭岳で、初心者でも気軽に登れる山です。参加者全員が事故なく帰宅できるように安全には細心の注意を払っていきたくと考えています。

ところで、私は夕張出身で自然保護団体『ユウパリコザクラの会』のメンバーの一人設立20周年を迎え、記念誌『ようこそ花の夕張岳』を発刊しました。安平町の隣に自然豊かな絶景ポイントがあるのは素晴らしいことです。皆さんも夕張岳の魅力を感じてみてはいかがでしょうかでしょう。



夕張岳の自然満載の記念誌

室蘭岳

室蘭岳（鷲別岳）の標高は911m。山の北面は岩を交えた急な斜面ですが、南面は室蘭市方向になだらかな裾を広げ、天気が良ければ頂上からは南方に噴火湾と渡島半島、後志、支笏の山々を望むことができます。白鳥ヒュッテから西尾根コース、南尾根コース、水元沢コースの3本の登山道があり、南尾根コースが最も親しまれ樹高の揃ったダケカンバの美しい林を見ることができます。

室蘭岳には、シラネアオイ、アカモノ、エゾイチゲなどの花が咲き、この山で発見されたイネ科のエゾヤマコウボウ、道内では数少ないウスユキソウの自生地としても知られています。