

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年1月) あなたの山はもっと楽しくなる

●「アウトドアを都会で体験」。

首都圏のビルの屋上や公園で、さまざまなアーバンキャンプが人気です。横浜港をのぞむ緑地公園「ドリームドアヨコハマハンマーヘッド」では、海を見ながらバーベキューやまき割り、火起こしなど、さまざまな体験ができるので、週末は予約でほぼ満杯になっています。伊勢丹浦和は屋上に、イオンモール幕張新都心では隣接地に、それぞれ日帰りキャンプやバーベキュー施設をつくりました。

●登山ズボン購入時には、「裾つめ」の金額を頭に入れておきましょう。費用やお直し時間はお店によって違いがあるので、あらかじめ確かめておくのも一案です。注意すべきは、裾が絞れるようになったコードロックタイプ。調節にかなりの金額がかかりますし、場合によってはコードロック機能を失うこともあります。

同じウエストサイズで、足の長さのみ「ロング」「標準」「ショート」の3タイプ用意されているパンツが、モンベルにはあります。

●登山ウエアを新調しても、古い服は捨てないようにしましょう。自然災害が増える昨今、避難用衣服として役に立つからです。速乾性、保温性、防臭性、軽量性、動きやすさなど、山での機能は、暴風雨の中の避難や避難所生活で、体を守ってくれることでしょう。

自分の家族分がもう揃っている人は、親類やサイズの合う知りあいなどにさしあげるもの良いと思います。

●八甲田の山々を取り囲むブナ林の高原に、風力発電設備の建設が進んでいます。今は数基ですが、最終的には、100以上の風車が立ち並ぶ予定になっています。風力発電じたいは今の時世に合っていますが、稜線からの眺めが激変してしまうため、観光関係者は複雑な思いを抱えています。

●劔沢のキャンプ場に泥棒出現！

2人用のテントを3人で使っていたため、夜、ザックを外に出して寝ていると、妙な足音が近づいてきて・・・泥棒でした！。後を追いかけて、ザックを取り返し、常駐していた富山県警に引き渡し、安心したのもつかの間。翌日は晴天にもかかわらず、事情徴収に呼ばれ、劔登頂を断念したそうです。

そして、なんと泥棒が使っていたテントも前日雷鳥沢の幕場から盗まれたことがわかり、一同驚くやら、あきれやるやら・・・ほんとうに困った世の中になりました。

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年2月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●まだまだ寒さは続きますが、今の季節ならではの山を見つけるのもまた、楽しみのひとつです。地図を見て500m以下のピークを探したり、梅やスイセンのきれいな山を調べたり、新しい山行計画を立ててみましょう。

●「高尾山は好きなんだけど、あの人混みがねえ・・・」と考えている人に一案です。高尾山口駅近くの「Mt.TAKAO BASE CAMP」。カフェや登山靴などをレンタルしている施設ですが、ここの2階がゲストハウスになっています。1泊2750円(相部屋ベッド、条件や曜日によって金額は異なる)。前夜ぐっすり休み、1番電車前から登山を始めれば、早朝のすがすがしい空気の中、静寂の高尾山が楽しめるでしょう。

●体重増加は登山の大敵です。毎日決まった時間に体重計に乗り、管理しましょう。増加が1~2キロくらいなら取り戻すのも容易ですが、5~6キロも増えると、ちょっと大変です。

太った体を元に戻す方法も人それぞれです。「早寝早起き」「ウォーキング時間を増やす」「夕食は炭水化物をやめる」など、自分はどのようなやり方が痩せやすいのか、いろいろ試してみましょう。

●70代以上の事故が増えています。体力もそうですが「がんこな思い込み」も一因です。年を取ると了見が狭くなる人も増え、「こうだ！」と決めつけると、他の可能性を考えず、メンバーの意見にも耳を傾けない。そんな人が増加するようです。日頃から、さまざまな人と交わって、自分と違う考えを受け入れる練習をして、事故防止につなげましょう。

●3月から4月の交通網には気を付けましょう。多くの鉄道会社は3月中旬頃ダイヤ改定を行います。山行1ヶ前に計画を立てたは良いものの、当日のなって「乗るはずの電車がいない！」とびっくりしては手遅れです。特に最近は「ダイヤ減便改定」が多いので、より注意しましょう。

●ヘッドランプはどんな山でも必ず持参しましょう。100回持っていき、100回使わなくとも、101回目もやはり持っていく・・・そんな心構えが、いざという時に役立ちます。さらに昨今の異常気象を考えると、避難用として家族人数分をそろえるのもひとつの方法です。ロストアロー(登山用品の輸入商社)のHPを見ると、型落ち品が安くなっていますから興味のある人は参考にしてください。

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年3月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●さまざまなアウトドアメーカーに繊維を提供している東レ。100%植物由来のナイロン繊維を開発、量産すると発表しました。今後、登山ウエアやテントなどに利用される予定です。従来の石油由来の繊維より値段は高くなりますが、環境に配慮した商品やサービスを求める「エシカル消費」のニーズに応えることが目的です。

●多くの人が利用している「山と高原地図」。毎年改定が行われますが、ときには最新バージョンにも目を通しましょう。

と、いうのも、近年 東京近郊の自治体が、従来は里山だった低山に登山道や道標、ベンチを整備して、ハイカー誘致を行っているので、古い地図にはなかった「新しい山？」が次々生まれているのです。

反対に、自分の持つ古い地図に載っている登山道が、新しい地図から消えた場合、廃道になった可能性がありますから、これはまたこれで注意が必要です。特に数年前の台風・豪雨から立ち直れていない地域の登山道は荒れている可能性が高いので注意しましょう。

●2021年度、関東でたくさん登られた山は？

1位—高尾山 2位—塔ノ岳 3位—筑波山 4位—大山(丹沢) 5位—御岳山(奥多摩)です。 【登山地図GPSアプリYAMAPの活動日数からの算出】

●秩父鉄道がいよいよPASMO(Suica)対応サービスを3月12日から開始します。これにより、羽生、熊谷、武川、ふかや花園、寄居、長瀬、秩父、御花畑、影森、三峰口以外の駅では、駅窓口の営業が停止になります。

●「植村冒険館」が移転・リニューアルオープンしました。

最新映像技術を使ったシアター、写真や装備品の展示、犬ぞりの複製品、山岳書の貸し出しなど、さまざまな角度から植村直己の世界が展開されています。

地下鉄/板橋区役所前駅(徒歩7分) JR/板橋駅(徒歩15分)、植村記念加賀スポーツセンター内 開館/10:00~18:00(月・休み) 入場無料

●3月19日、5年の工期を経て、群馬と新潟を結ぶ三国峠に新しい「三国トンネル」が開通します。トンネル幅も5.5mから8.5mへと大きくなり、高速道・関越トンネルを通行できないタンクローリーなどの大型車のすれ違い時も、車両が内壁をこする心配がなくなりました。

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年4月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●地球温暖化の影響は深刻です。「2000年かけてできたチョモランマ頂上部の氷河が、形成に要した時間の80倍のスピードで融解している、という研究が発表されました。急速融解は水源の枯渇が呼び、麓地帯に住む16億人の飲料水に影響を与える可能性があるそうです。

●プロの職人向け作業着からアウトドアウェアに進出し、快進撃をつづける「ワークマン」。今度はキャンプ市場に本格参入です。テントや寝袋、焚き火用品など、合計130アイテムを販売開始。ターゲットはキャンプ初心者です。ドームテント、寝袋、ローチェア、アルミテーブル、LEDランタンで構成した「おひとり様セット」が10000円で買えます。

●日本一低い山・・・それは仙台市の海沿いにある「日和山」。標高は3mで山頂までの登山道は6段しかありません。1991年国土地理院の地形図に「山」として登録された時の高さは、今より高い6m。その後、1996年に大阪市天保山(4.5m)に一位の座を奪われたものの、東日本大震災で山頂部が削り取られ、ふたたび首位に返り咲きました。

●コロナが蔓延してはや2年、山小屋は窮地に陥っています。「三密」を避け、宿泊者を減らしての営業。感染防止にかかる費用。減収が続いても、登山道の整備や救急活動の手助けなど「山岳インフラは待った無し」です。山と渓谷社では支援を呼びかけるクラウドファンディングを企画していますが、公的援助の手が欠かせなくなるだろうと、同社編集長の神谷浩之氏は考えています。

(島崎さんから新聞情報をいただきました)

●今年の冬は雪中キャンプが人気となりました。従来は無雪期のみだったキャンプ場が、試しに冬季開業したところ、土日を中心にかなりの賑わいになったそうです。冬のよいところは、キャンパーが少なく静か、虫がいない、空気がきれいで星空が美しい、雪景色に感激、ビールや食材の保管が容易、など、防寒対策さえ万全ならば、夏とは違った楽しみ方ができることです。

●登山時の宿を予約する場合、要望を明確にすることが大切です。安いことが絶対条件、キャンセル料がぎりぎりまでかからない、下山後だから温泉にしたい、翌日は初電で帰宅なのでとにかく駅チカ、地元の名物が食べられる、などメンバー全員で第一希望をはっきりさせましょう。

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年5月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●足利市は市内山林の屋外での「炎の露出」を原則禁止しました。焚き火はもちろん、ライターやコンロも不可で、たばこも炊事もできません。昨年、23日間も燃え続けた同市両崖山の大規模火災を受けての対応ですが、これほどの対応は全国でも例を見ないそうです。

●「歳を取ったので山に行かれない」と「山に行かないから歳をとる」
さて・・・どちらが正しいのでしょうか？

●登山道などの施設整備や補修は基本的には設置者が行うことになっていますが、登山道は国立公園指定前から存在したり、誰がつくったのか不明なものが多くあります。補修工事は山小屋や地元山岳会、関係者が行っているのが実情ですが、コロナ禍や気候変動による地質崩壊に歯止めがかからない昨今、資金繰りも苦しくなっています。

そのため現在 屋久島、伯耆大山、妙高・火打などは協力金制度を取り入れています。槍・穂高でも2021年9～10月に寄付金実証実験が行われ、550万円が集まりました。しかしこの金額ですべてを解決するにはほど遠く、一刻も早い登山道整備費の予算化が望まれます。 【島崎さんから新聞情報をいただきました】

●日焼け止めが必要な季節になってきました。理想的には2時間ごとの塗り直し推奨されていますが、山ではなかなかむずかしいものです。現実的には「効果の大きいSPF値が高い日焼け止めを登山直前に塗る」「風通しのよい冷感素材長袖を着る」などの対策がよいでしょう。

●植村直己、河野兵一、長谷川恒夫、星野道夫、谷口けい・・・多くの登山家、冒険家が43歳で命を落としていることについて「経験の拡大に肉体が追いつかなくなり始める年齢」という考え方があります。目標を次々成功させたことで自分の世界が大きくなった一方、体力気力が低下、個体としての生命力が下降する年齢、それが「43歳」とのことです。

話は大きく飛びますが、フセイン(イラク)、ガダフィ(リビア)、金正日(北朝鮮)の死去はいずれも69歳・・・そしてロシア大統領も現在69歳ですが、こちらのほうは何か関連はあるのでしょうか？

●物価高が止まりません。登山用品も例外ではありませんから、買うものがある人は、早めに購入するか、セール品を狙いましょう。

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年6月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●白神のシンボルツリー「岳岱の400年ブナ」が倒れてしまったことを、現地関係者が確認しました。幹の周囲4.85m、樹高26mの立派な姿でしたが、ブナの寿命が250年程度といわれる中で、20年前から徐々に樹勢が衰え、ついに寿命が尽きてしまったとのことでした。

●「丹沢の〇〇山は誰が最初に登ったの?」「△△小屋はお風呂があったのに、今日の小屋はなぜ無いの?」「えーっ!今着いたばかりなのに、もう出発するんですか?」初心者の言葉は時に子供のように聞こえます。でも、そんな質問でもわかりやすく説明するのがとても大切。先輩登山者の役割でしょう。

●「山で亡くなる」と聞くと「滑落」「道迷い」などを想像しがちですが、2割くらいは「心臓突然死」というのが、全国的な傾向です。

松本協立病院では「登山者検診」を行っています。血液検査、胸部レントゲンなどの他、注目されているのが心肺運動負荷検査です。自転車こぎをしながら、血圧、心電図、呼気ガスを測り、総合的な体力レベルを評価します。狭心症や不整脈などの病気が見つければ治療を行い、登山者向け食事法や山登りのためのトレーニングの指導など、細かな提案も特長です。検診のターゲットは60~70代。3割は県外からの受診です。

【島崎さんから新聞記事をいただきました】

●コロナ禍もあり、低山登山ブームが広がる中、事故件数も増えています。そんな中で、岐阜市では市内3署で山岳パトロール隊を発足、男女19名で遭難防止に努めています。

●徳沢から横尾間にかかる新村(しんむら)橋の架け替え工事がはじまりました。現在は道幅が狭く人の行き来しかできなかったのを、新たに全長84mのがっちりした大型橋をつくります。災害時の物資運搬やけが人の搬送に車両を使い、スピーディーな対応が可能になります。2027年度に竣工予定。

●中国はエベレストの山頂直下8830mに気象観測所を設置したと発表しました。もちろん世界で一番高い観測所です。この他5000mから8300m地点の間にも7ヶ所の観測所を開設。地球温暖化、気候変動、生態系などに、270名の研究者が参加しています。

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年7月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●山岳映画が次々公開です。

※「神々の山嶺(いただき)」(7月8日公開予定)

「夢枕獏・作、谷口ジロー・画」の漫画を原作としたフランスアニメ。マロリーのエベレスト登頂の謎に迫りながら、1人のクライマーと彼を追うカメラマンが、冬季エベレスト南西壁無酸素登頂に挑む冒険ミステリー。実写では不可能な登攀シーンなどをリアルに映像化しています。

※「アルピニスト」(7月8日公開予定)

世界的クライマーからも一目おかれる若きアルピニスト、マーク・アンドレ・ルクレール。ロープを使わずフリー・ソロで難攻不落の岩壁に挑み、次々と偉業を成し遂げる姿を映し出すドキュメンタリー映画です。

●低山歩きに不向きな夏。そうかといって家に籠ってばかりでは運動不足になってしまいます。そんな時は、エアコンが効いた大きなモールやショッピングセンターの縦走をやりましょう。新宿、東京、銀座、池袋、都心のデパート巡りもおすすめです。もちろんエレベーターやエスカレーターは厳禁。いろいろ見ているうちに10000歩くらい、すぐ達成です。

●最近の登山靴は、化学素材を使ったクッション性のよい品がたくさん出ていますが、欠点はソール(靴裏)の剥離です。

「たくさん使ったほうが、靴が乾燥せず長持ちするよ」と言う人がいますが、逆に考えると、【頻繁に登山する→短期間で靴が傷む→ソール部分に変質を起こす前に買い替える→だから剥離の経験がない】とも考えられます。反対に【めったに履かない靴→知らぬ間に変質を起こしている→たまたま履いて山に行くと靴底が剥離する】可能性もあるでしょう。いずれにしても靴を履く前には常に亀裂などをチェック、久しぶりの靴は、山行前にウォーキングをして、変化がないか確かめるようにしましょう。

●日焼け止めは毎年買い替えたほうが無難ですが、虫よけ剤(スプレー、シート、ジェル)は、製造後3年は使えます。

またこれからの季節、「日焼け止め」と「虫よけ剤」の両方を使う場合、「最初に日焼け止め、後から虫よけ剤」が正しい塗り方です。逆にすると虫よけ効果が弱まる可能性があります。虫よけ剤をスプレーした後は、吸血害虫の感知能力をかく乱、阻止するために、手のひらでしっかり塗り広げることが大切です。

【アース製薬より】

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年8月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●北アルプス・焼岳の噴火レベルが1に引き下げられました。現在、登山道の規制は解除され、山頂付近への登山が可能になりました。(7/13) 木曽御嶽山も同様の措置が取られ、黒沢口～剣ヶ峰が通行可能です。(7/1)

●エベレストのベースキャンプの移設が検討されています。「ベースキャンプ近くのクンプ氷河溶解のため、危険にさらされている」地元住民、登山家、環境専門家の提言を受け、ネパール政府が調査活動に乗り出したのです。新設キャンプは200～300m 今より低い場所が候補地とされています。

●自由への道 平和への道 愛の道

道は人類を導く大きな礎

あぜ道 寄り道 帰り道

道は懐かしいあの頃の小さな思い出

遥か彼方に見えるあの道も

今あなたが通り過ぎようとしているその道も

今日、私が歩く道のひとつかもしれません

時には、歴史を辿るウォーキングもよいものです。由緒ある道を歩くと、その街の役割、産業、現在とのつながりが見えてきて楽しくなります。

HPでは「街道歩き旅.com」 <https://kaidouarukitabi.com/index.html> が、道案内も丁寧でオススメです。その中の「れきし街道歩き旅」はちょっとめずらしい道、脇道の紹介が秀逸で、読んでいただけで勉強になります。

【嶋田さんから情報をいただきました】

●初心者を山に連れて行くといろいろな失敗をします。でも、どうか失敗する前に先回りして答えを教えないでください。彼らには「失敗する権利があります」

「成功」より「失敗」の方が学びが多いのは、日常生活も山も同じです「命にかかわる失敗」をのぞけば、「失敗」は自立した登山者への第一歩です。

●いつの間にか正しい道から外れてしまった・・・登山道を外した場合の兆候です。

①足元の岩や橋が苔むしている ②地面がやわらかくなった ③蜘蛛の巣が増えた
④道がやけにななめ ⑤森の匂いや動物っぽい匂いが強くなった

こんな時は、道迷いの第一段階にきています。まずは正しい道まで戻ることを考えましょう。

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年9月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●コロナ保険の加入者が徐々に増加。「疾病入院給付」「死亡保険」などの従来タイプはもちろん、「コロナに罹ってキャンセルした旅行代補填」「旅先で罹患した場合の滞在費」など内容も多岐にわたっています。

●飯能河原のBBQ、デイキャンプ有料化が7/23～8/28まで行われました。1人1000円(こども無料)で、1日500人までの予約制。良識的な人の利用が多く、騒音、ゴミ問題、地元ではおおむね好評でした。

●全国的にレンタカーの台数が減っています。場所によってはコロナ前の30～40%減も。利用料も上昇しています。もし山行などで使う場合、早めの予約をおすすめします。

●最近「人身事故」「車両故障」などで、電車が運休したり遅延したりすることが、多くなっています。ですから登山の前には別の路線ルートを確認しておくで安心です。スマホのある人は「乗換案内」「列車運行情報」アプリを登録すると良いでしょう。

●警察庁が発表した統計によると、2021年の全国山岳遭難は2635件、遭難者は3075名(うち死者・行方不明者283名)。過去60年で2番目の多さです。

●新しい登山ウェアを買ったら、家で一度試着してみましよう。というのも服によっては、ネームタグや洗濯表示が肌にあたって、チクチクしたり痒くなる人もいますからです。1～2時間着てみて違和感があったら切り取ってしまいましょう。その際、切った布片はかならず保管してください。クリーニングをたのむ場合、必ず必要になってくるからです。

●救助要請の質が変わってきました。以前の「転倒、転落でのケガ」「道迷い」から最近「疲れて歩けない」「足がつった」「膝が痛くてもうダメ」が増えています。この数年のコロナ運動不足が一因と考えられますが、もうひとつの原因が猛暑の早期化。以前は6～7月に、近郊山で長時間歩行や高低差の大きいトレーニングを積んだ後、盛夏の高峰縦走に臨んでいたのが、今や5月後半から気温30度越えが始まる時代。近くの低山などとんでもない!・・・結果ぶっつけ本番となり、3000mで体調を崩すケースが増えているのです。

【松田さんから新聞情報をいただきました】

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年10月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●2021年3月～2022年2月の1年間の丹沢地域登山者数。1位は大山で約13万人、以下2位＝塔ノ岳・約8万8千人、3位＝三ノ塔・約5万4千人、4位＝丹沢山・4万4千人、とつづきます。

●70～80代の遭難が増えています。ひと昔前まで、高齢者の事故といえば「裏山」での山菜取り、キノコ狩りが多かったのですが・・・今では両神山バリエーションや北アルプス・テント縦走での事故など、以前は考えられなかったケースが見られます。

●アフリカ最高峰のキリマンジャロで、インターネットサービスが開始されました。タンザニア国営通信会社が3720m地点に基地局を開設したのです。これにより、非常時の連絡がスピーディーになり、登山者は山の様子をツイッターやインスタグラムに投稿できるようになりました。

●環境にやさしい製品づくりや売り上げの1%を環境保全に寄付してきたパタゴニア社。今度は株式の98%を環境保護NPOに譲渡しました。(約4300億円)

議決権はパタゴニア側が握り、環境を重視する経営理念の永続を監視する形になっています。

●妙義山など難易度の高い山を管轄する安中消防署は、救助隊員をこれまでの12名から3名増員しました。うち2人が女性隊員です。専任の女性隊員は全国でもわずか0.1%ですが、女性遭難者の対応や女性の職域拡大をすすめるために配置しました。同救助隊の出動件数は、昨年度15件。増加傾向にあります。

●ドキュメンタリー映画「人生クライマー 山野井泰史と垂直の世界」が11月25日より劇場公開されます。

●吉田口から富士山に登った登山者の数は7/1～8/31の2ヶ月で96649人。2年ぶりに開山した昨年の約1.8倍となりましたが、2019年と比べると、約6割にとどまっています。不安定な天候もありましたが、いまだコロナの影響が大きいことがわかります。

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年11月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●京都府福知山市の製材会社が、使っていない社有林に年間契約のレンタルキャンプ場をオープンさせました。現在は6区画ですが、来夏には10~15区画を整備する予定です。「都度の予約がいない」「ブランコやベンチ、ハンモックなどを自由に設置できる」「荷物を置いていかれる」など申込者のほか見学者も多いそうです。

●登山地図をスマホで表示できるアプリ「YAMAP(ヤマップ)」。ダウンロード数は日本の登山人口の3分の2にあたる320万件を突破しました。現在は登山者自身の記録用やユーザー同士のコミュニティー機能を越え、ポイント制度での登山道の整備、自治体と組んでの地域振興、速やかな遭難救助など、役割が広がっています。
【島崎さんから新聞情報をいただきました】

●南アルプス広河原。北アルプスの玄関口・上高地と比べると、どうしても見劣り感が否めません。しかしこんな状況を打破しようと、自治体や企業がさまざまな取り組みを始めました。

新築された広河原山荘はプチホテル風の外観にベット付き個室、地元食材を使った洋食メニューを提供しています。ガイド付きトレッキングツアー、星空観賞会など新しい企画もつぎつぎ開催。北岳山荘も現在改修中で、今の時代に即した山小屋として来年度オープン予定です。

●新幹線指定席が満席で自由席に乗る場合は、「偶数号車」の列に並びましょう。トイレは奇数号車にあるので、その分座席数が少なくなっています。また先頭車両と最後尾車両も運転席・車掌室があるため座席は少な目です。逆に指定席が取れ、長時間乗車でトイレが近くにあったほうが良い時は、奇数号車を選びましょう。

●モンベルが富山県立山町の依頼に応じ、通学用リュックサックを初めて開発しました。これまでに培ってきた技術や高機能素材が随所に生かされ、軽くて丈夫な仕上がりになっています。一般のランドセルが低学年にはとても重く、平均購入額も56000円と高額なため、立山町では町内入学予定の新入生全員に無償配布する予定です。

また全国モンベルストアでもこの商品の販売が決定されました。

(価格 14850円・カラー3色・重さ 900グラム)

目白山岳会 登山のヒント集 (2022年12月)

あなたの山はもっと楽しくなる

●キクイムシによるナラ枯れ現象。神奈川県では2020年1844本だった被害木が2022年にはなんと28991本に！ほぼすべての市町村に拡大しました。埼玉県トトロの森でも現在453本が感染。2年前の7倍以上となりました。

ナラ枯れはやっかいな副産物も生み出します。枯れ木の近くに発生する毒キノコ「カエンダケ」。口にすれば死に至るのはもちろん、触れただけでもひどい皮膚炎を起こします。

その他、ナラが枯れれば、ドングリを餌にしていた野生動物が餌を求めて住宅街にやってくる可能性も排除できません。

【島崎さんから新聞情報をいただきました】

●温暖化の影響で年々紅葉が遅くなり、落葉の季節が今や12月という所もめずらしくありません。落ち葉の中でも足を取られやすいのがイチョウの葉。特にマンホールの上に積もったイチョウはとても危険です。登山口に向かう車道歩きではじゅうぶん注意しましょう。

●来年2023年はうさぎ年。うさぎは昔から身近な生き物だけあって、たくさんの山名になっています。有名な南アルプス・赤石岳近くの、兎岳(2799m)の他、兎山(青森)、光兎山(新潟)、赤兎山(福井)など全国に「うさぎ山」が広がっています。また、山頂だけでなく、兎森、兎平など縦走路中の地名でもちよくよく聞くのが「うさぎ」の特長です。

いっぽうで2023mの山といえば、南アルプスの鳥倉山が挙げられます。

●年齢を重ねて寒がりになった人へ。ふくらはぎを温めると、体全体が暖かく感じます。ハイソックスやレッグウォーマー(ふくらはぎの腹巻みたいなもの)を使用すると良いでしょう。

●先日引退したスピードスケートの小平奈緒選手。今後は時間を見て地元(茅野市出身)のハケ岳に登ってみたいそうです。

●ノースフェイスなどを要するゴールドウイン社。型紙にAI技術を活用し、生産工程における素材廃棄量を従来の3分の1にした衣服制作に成功しました。

●山と地球を考える「三俣山荘図書館」。大町市内にあり、登山、自然、気候、食事関連の書籍が並ぶカフェです。