

雨の日の登山

山の木々が雨水に濡れると美しく緑に輝きます。ブナ林では木肌を水が流れる樹幹流を見る事ができるかもしれません。登山中に雨が降りそうになることもありますね。さあ、降ったりやんだりの予報で登山開始の想定です。

◆登山ルートについて

1. コースは往復(ピストン)がおすすめ。縦走はしない。
2. 短めで標高の低いコースをゆっくりと。
3. 避難小屋があるコースを選ぶ。着替えられる。
4. ゴンドラなどの交通機関を利用する。

◆装備について (完全防水用品を使う)

1. 初めからレインウェアのパンツを履く(スパッツ代わり)
2. タオル、手袋、ヘッドランプは必携(防寒のためにも)
3. 濡れたら着替える(靴下も)。
4. 良品を使う 保存袋は Ziploc 防水スプレーは NIKWAX など

◆食事について

1. 行動食中心の食糧計画 (弁当は濡れるし座れない)
2. 水筒にお湯を持参する (カップ麺、スープ、紅茶など)

雨の日は寒暖の差もあり体力も消耗します。

雨の日はのんびり登山を楽しんで下さい。