

登山の心得

文部科学大臣認定

日本体育協会公認山岳A級指導員

瀬尾 幸雄

山を愛し、自然に親しみ、安らぎと元気をいただくものにとって、人様の山に入って山を汚すことは山を愛する人とはいえません。

昔は「山を愛する人に悪い人はいない」といわれましたが、近年、中高年者の登山ブームに乗って、名山や低山に観光目的で登る登山者が増加して山が汚れ、ごみの散乱や植物の盗掘が見られ大変残念なことです。

【人様の山に登らせていただく気持ちで】

- 1 ごみ持ち帰りの励行
- 2 植物を採取して持ち帰らない
- 3 トイレのティッシュは水に溶けるものを使用し、ナイロン袋に入れて持ち帰る
- 4 ストックは植物をいためないように使用する
- 5 静かな自然界に入るため、集団で騒がない
- 6 頂上で休む場合、記念写真をとる人もあり、標識の有る所や三角点周辺では、占領して休まない
- 7 犬を連れての登山は鳥獣類の環境保護に影響するので慎む

【登山行動での注意点】

- 1 登山中、人に出会ったとき挨拶をしましょう
- 2 登り下りでは、登りが優先で道を譲りましょう
- 3 団体登山の場合、班別にして間隔を開け、長蛇の列にならないようにする
- 4 隊列を乱して勝手な行動をしてはならない
- 5 先頭のリーダーより先に歩いてはいけない
- 6 集合時間を守る

【リーダーの指示には絶対に従うこと】

危険地帯（岩場・クサリ場・沢・雪渓など）や気象の急変（雷雨・風雪など）もあって皆さんを安全に導くため全責任を背負っております。

連れて行ってもらう以上、リーダーに従い、協力し合うこと必要です。