

このニュースは東京都レンジャーの活動や、自然の情報などを皆様へお伝えするものです。

秋の山を気持ちよく安全に楽しむための心得

今年の暑すぎた夏を乗り越えて、涼しくなってきた東京の山々。少しずつ色づく紅葉の楽しめるこの時期に山に登りたくなる方も多いはず。

しかし秋ならではの道迷いや山岳事故が増える時期でもあるのです。

そこで年間約300日、登山者の「安全」を考えながら巡視や歩道整備をしている私たち都レンジャーだからこそ伝えたい心得を紹介します！

心得1 寒暖差に備えよ

街中ではまだまだ薄着ですが、山の気温差は激しいです。巡視でも尾根の強風で凍えそうになることが…防寒具、雨具を忘れると命取りに！

心得2 落ち葉の罠に気をつけよ

いつも見えている登山道が落ち葉で隠れて見えない…！道迷いや、滑落、地面の凹凸が見えずにつまずくことも…
落ち葉が溜まっている箇所は「危ないかも…」と気を引き締めることが大切です。

心得3 台風後はすぐに登ることなかれ

この時期に頻発する台風。通過後は地盤が緩み、倒木、落石、崩落の危険が増します。
私たちも慎重に台風後点検を行います。少し落ち着いてから登ることを勧めます。

心得4 危険ゾーンでは登山に集中せよ

せっかくの秋山登山だから、注意ばかりではなく、楽しみたい！
なので、私たちは気を緩められるところはゆったり楽しみ、危険ゾーンでは集中して巡視しています。

心得5 遅くとも16時には山を下りきるべし

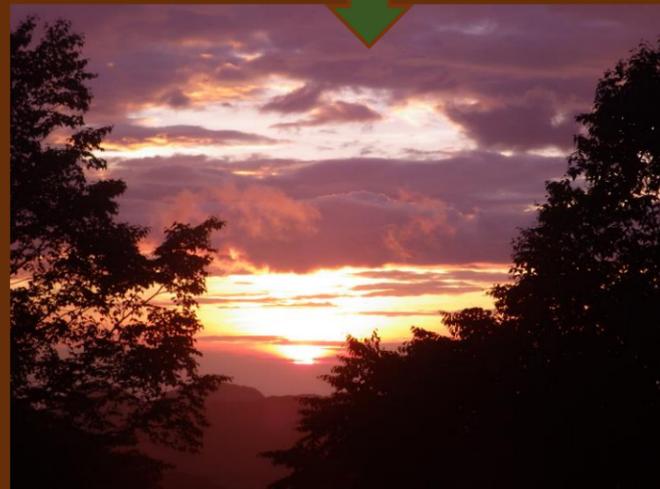
この時期からとにかく日暮れが早いです。万が一に備えてヘッドライト必ず持っていきましょう。
*詳しくは次の「安全登山」を支える人々のコーナーで。



台風後点検に行くと、こんな落石が見つかったりしてゾッとします…



ただでさえ道幅の狭い歩道。危険ゾーンに落ち葉がプラスされると…



ついうっとりしているとすぐに真っ暗闇がやってきます。夕焼けは麓から見たいものです。