

夏山フェスタ

Festival of the mountain in summer 2023

6/3土・4日

主催 夏山フェスタ実行委員会

〈構成：日本山岳ガイド協会、日本山岳会東海支部、中部経済新聞社〉

協賛 味の素、中部電力、東海旅客鉄道、中日本高速道路、名古屋鉄道、石井スポーツ、好日山荘

後援 全国山の日協議会、日本山岳写真協会東海支部、KONG、シャモニ、モンタニア、名鉄グランドホテル、名鉄イン、名鉄バス

お問合せ先 中部経済新聞社 事業部 TEL:052-561-5675

クーポンが使えるお店

名古屋駅

好日山荘 名古屋駅前店
名鉄百貨店本店 マンスRF5F
TEL:052-414-7100

栄

石井スポーツ 名古屋店
栄/パークサイドプレイス2F
TEL:052-973-2780

好日山荘 名古屋栄店
名鉄百貨店本店10F
TEL:052-269-1821

豊橋市

精文館書店 本店
TEL:0532-55-0125

シャモニ
TEL:059-355-8612

四日市市

シャモニ
TEL:059-355-8612

高山市

KONG
TEL:0577-33-0003

シャモニ
TEL:059-355-8612

2024 開催決定!

夏山フェスタ 2024

6/8土・9日

この街とともに、脱炭素。

今、社会の大きな課題となっている、脱炭素。あなたと力をあわせれば、きっと、目標は達成できる。中部電力グループは、2050年までに、事業全体のCO₂排出量ネットゼロを目指します。

ゼロエミチャレンジ 2050

中部電力 むすぶ。ひらく。

キミも、アミノバイタル?

アミノバイタル

No.1 アミノ酸サプリメント

アミノバイタル

夏山フェスタ2023 アンケート抽選会開催中!

下のQRコードからアンケートに答えて会場内の抽選所に行くと抽選で豪華景品が当たります。(各日13:00より開始)

一日の疲れを癒し、翌日も気持ち良く行動したい!

軽量? 設営の容易さ? テントの種類 快適さ?

テントは、[自立式か非自立式]、[シングルウォールかダブルウォール]に分けられます。それぞれの特徴を知って、自分にあったテントを選びを!

自立式テント

ポールのみで自立

• 設営が簡単
• 場所を選ばない

非自立式テント

バグをうつ、木にくりつづけるなどしてロープを張って立てる

• 安全性が高い
• 超軽量

シングルウォール

テント本体のみ

• 設営が楽
• 結露は覚悟
• コンパクト
• 夏は灼熱
• 軽量

ダブルウォール

テント本体+フライ

• 前室があり快適
• 結露は発生しにくい
• コンパクトまではシングルに及ばない
• 設営時がやや手間

シュラフの選び方

Point 1 シュラフだけでは不十分。マットとセットで持参しよう!

意外に睡眠のさまたげとなる地面の固さや冷気。これらを遮断し、快適な睡眠を!

Point 2 シュラフの使用気温を確認!

各メーカーが出している「快適睡眠温度域」を確認すること。メーカーによって「使用可能域」や「使用最低気温」などの表示の場合もあるので注意。

Point 3 シュラフの機能を確認!

使用気温に合わせたシュラフであっても当日の天気の変化で気温は左右します。シュラフを開けたり、紐で閉めたり、自分で温度調節ができるよう、シュラフの機能をしっかり把握しておこう。

セミナースケジュール

| | |
|---|---|
| 3日 土 | 4日 日 |
| 10:15 11:00 | 9:30 10:30 |
| 無料 山岳遭難の現状 三重県警察四日市西警察署 山岳警備隊 山岳指導員 小古 真也 さん | 無料 山の景色を最高のカタチで残す ~スマホ・デジカメの撮影術~ 山岳風景写真家 大島隆義 さん |
| 11:30 12:30 | 11:00 12:00 |
| 無料 日本山岳ガイド協会 公開講座 「百万人の山と自然 安全のための知識と技術①」 山岳遭難の現場から 長野県警察山岳遭難救助隊 副隊長 河西 斎哲 さん | 無料 山ごはんを楽しむ ~キャンプ&防災にも! 野外炊飯のスズメ~ 管理栄養士/健康運動指導士 (公社)日本山岳ガイド協会 認定登山ガイド いきいき登山ガイド ヤツホー!! さん。 |
| 13:00 14:00 | 12:30 13:30 |
| 無料 日本山岳ガイド協会 公開講座 「百万人の山と自然 安全のための知識と技術②」 地図アプリを快適に使おう ~山歩きのための基礎知識~ 講師/シクロクロス競技者/第61次南極探検隊員 宮内 佐季子 さん | 無料 孤高の北アルプス全山無補給縦走!! ~33日間530kmの軌跡~ (公社)日本山岳会東海支部 青年部 草野 駿希 さん |
| 14:30 15:30 | 14:00 15:00 |
| 無料 トークショー What's Next? ~終わりなき未踏への挑戦~ アルパインクライマー/山岳映像カメラマン 平出 和也 さん (MC)「山と溪谷」元編集長 萩原 浩司 さん | 無料 トークセッション 遭難防止のためにできること 山岳ライター 小林 千穂 さん 高山県警察山岳警備隊 隊長 飛弾 晶夫 さん |
| 16:00 17:00 | 15:30 16:30 |
| 無料 登山におけるスマホの活用 ~安全登山のために~ (公社)日本山岳会東海支部 前山行委員長 鈴木 慎吾 さん | 無料 NHK「中部ネイチャーシリーズ」10周年 自然番組のこっそり裏話 NHKエンタープライズ中部支社 ディレクター 川本 基史 さん |

中部経済新聞が 世界中心にも読まれるようになった!

中部経済新聞 創刊

中部経済新聞 電子版

お食事のご案内 <https://www.chikamachi.com/>

山小屋相談コーナー

| | | | |
|----|-------------------------------------|----|--------------------------|
| 1 | 榎の木山/栗谷小室 | 6 | 大白屋 |
| 2 | 八百本子館 | 7 | 熊山 |
| 3 | 白馬山荘/白馬大内山荘/白馬温泉小室/五ヶ山山荘/キレット/湯池/湯川 | 8 | 太郎平小屋/薬師沢小室/高天原山荘/エドモリ小室 |
| 4 | 阿曽温泉小室 | 9 | 沢ノ小屋/黒部五郎小室/沢ノ小屋/黒部五郎小室 |
| 5 | 阿曾山荘 | 10 | 榎山荘/白駒荘 |
| 6 | 一の峰山荘 | 11 | 蝶ヶ岳小屋/大淵山荘 |
| 7 | 八目本子館 | 12 | 熊山小屋/大井川小屋/湯川小屋 |
| 8 | 太郎平小屋/薬師沢小室/高天原山荘/エドモリ小室 | 13 | 二の池小屋 |
| 9 | 沢ノ小屋/黒部五郎小室/沢ノ小屋/黒部五郎小室 | 14 | 五岳山荘 |
| 10 | 榎山荘/白駒荘 | 15 | 高天原山荘 |
| 11 | 蝶ヶ岳小屋/大淵山荘 | 16 | 山小屋 |
| 12 | 熊山小屋/大井川小屋/湯川小屋 | 17 | 熊山 |
| 13 | 二の池小屋 | 18 | 青年小屋 |
| 14 | 五岳山荘 | 19 | さむらい小屋/千枚小屋/黒川小屋 |
| 15 | 高天原山荘 | 20 | 聖平小屋/茶臼小屋 |
| 16 | 山小屋 | 21 | 北岳山荘/白根池小屋/湯川小屋 |
| 17 | 熊山 | 22 | 広河原山荘 |
| 18 | 青年小屋 | | |
| 19 | さむらい小屋/千枚小屋/黒川小屋 | | |
| 20 | 聖平小屋/茶臼小屋 | | |
| 21 | 北岳山荘/白根池小屋/湯川小屋 | | |
| 22 | 広河原山荘 | | |

山小屋相談コーナー

山小屋相談コーナー

山小屋相談コーナー

お申し込みは こちらから

名鉄ミュージックカード

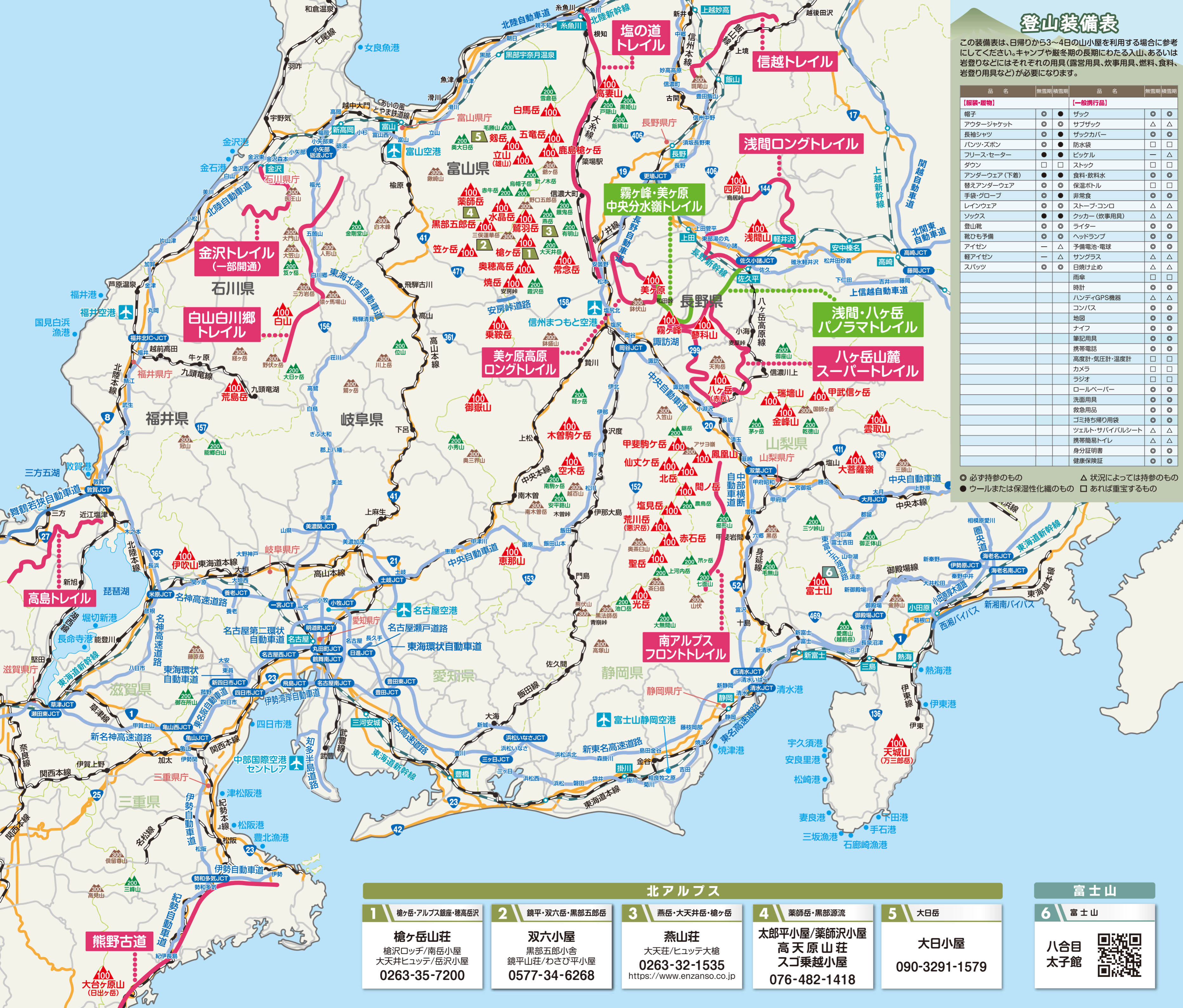
5,000円

MS Card

かんたん予約

予約

予約



登山装備表

この装備表は、日帰りから3~4日の山小屋を利用する場合に参考にしてください。キャンプや厳冬の長期にわたる入山、あるいは岩登りなどではそれぞれの用具(露営用具、炊事用具、燃料、食料、岩登り用具など)が必要になります。

| 品名 | 無雪期 | 積雪期 | 品名 | 無雪期 | 積雪期 |
|-------------|-----|-----|---------------|-----|-----|
| 【服装・履物】 | | | 【一般携行品】 | | |
| 帽子 | ○ | ● | ザック | ○ | ○ |
| アウタージャケット | ○ | ○ | サブザック | △ | △ |
| 長袖シャツ | ○ | ○ | ザックカバー | ○ | ○ |
| パンツ/ズボン | ○ | ○ | 防水袋 | □ | □ |
| フリース・セーター | ● | ● | ビックル | — | △ |
| ダウン | □ | □ | ストック | ○ | ○ |
| アンダーウェア(下着) | ● | ● | 食料・飲料水 | ○ | ○ |
| 替えアンダーウェア | ○ | ○ | 保温ボトル | □ | □ |
| 手袋・グローブ | ○ | ○ | 非常食 | ○ | ○ |
| レインウェア | ○ | ○ | ストーブ・コンロ | △ | △ |
| ソックス | ○ | ○ | クッカー(炊事用具) | △ | △ |
| 登山靴 | ● | ● | ライター | ○ | ○ |
| 靴ひも予備 | ○ | ○ | ヘッドランプ | ○ | ○ |
| アイゼン | — | △ | 予備電池・電球 | ○ | ○ |
| 軽アイゼン | — | △ | サングラス | △ | △ |
| スパッツ | ○ | ○ | 日焼け止め | △ | △ |
| | | | 雨傘 | □ | □ |
| | | | 時計 | □ | □ |
| | | | ハンディGPS機器 | △ | △ |
| | | | コンパス | ○ | ○ |
| | | | 地図 | ○ | ○ |
| | | | ナイフ | ○ | ○ |
| | | | 筆記用具 | ○ | ○ |
| | | | 携帯電話 | ○ | ○ |
| | | | 高度計・気圧計・温度計 | □ | □ |
| | | | カメラ | □ | □ |
| | | | ラジオ | □ | □ |
| | | | ロールペーパー | ○ | ○ |
| | | | 洗面用具 | ○ | ○ |
| | | | 救急用品 | ○ | ○ |
| | | | ゴミ持ち帰り用袋 | ○ | ○ |
| | | | ツェルト/サバイバルシート | △ | △ |
| | | | 携帯簡易トイレ | △ | △ |
| | | | 身分証明書 | ○ | ○ |
| | | | 健康保険証 | ○ | ○ |

○ 必ず持参のもの △ 状況によっては持参のもの
● ウールまたは保温性化繊のもの □ あれば重宝するもの

山のトラブル相談室

道迷い 思い込みがもっとも危険!
整備された登山道であっても、悪天候による境界不良や思い込みなどのうっかりミスで迷うこともある。すぐに間違いに気づけばよいが、時間が経つにつれ取り返しがつかないことになってしまふ。おかしかったらすぐに地図を開いて確認するなどし、歩いてきた道を戻ることが大切。

天候 天気がよくても万一の備えを!
朝は晴れていても午後から天気が崩れることもよくあるため、早めに下山か、山小屋に到着できるような山行計画を。

雨 レインウェアの携帯は必須。レインウェアの有無が生死を分けることもある。雨で濡れてしまうと体温が低下し、死に至る場合もある。また、単純に防寒にもなる。さらに、雨による気温低下準備に加え、夏でも長袖やアウターをプラス1枚用意しておく。

雷 雷が鳴り出したらできるだけ行動しないようにするのが望ましい。スケジュールやコースの変更も対応できるようにしておく。

トイレ 絶対に我慢をしない!
トイレを我慢することで水が飲めなくなり、脱水症状を起してしまいます。トイレを我慢しないようにしよう。
体力 無理をしない!
無理をしないこと、自分の体力を過信しないこと、少しの不調を見逃さないようにしよう。
また、体力維持のために、こまめに行動中のエネルギーを補給しよう。

ケガ・事故 素早い対応のために最低限の知識を身につけよう!

応急処置 山でのケガや病気は、自分たちで応急処置を施す必要がある。そのため、基本的なファーストエイドキットを用意しておく。

救助要請 自分たちで対処がむずかしいと判断したら救助要請を。事前に緊急連絡先を調べておく。また、登山届けの提出が速やかな救助の力となるので、必ず提出を。

※ 万が一に備えて、自分にあった山岳保険の加入を

登山マップの見方

- ▲100 日本百名山
- ▲200 日本二百名山
- ▲300 日本三百名山
- 1 山小屋

路線案内

- 高速道路および有料道路
 - 一般国道
 - 一般道
 - 新幹線
 - JR
 - トレイルコース(整備中含む)
- (2023年5月現在)

| 北アルプス | | | | | 富士山 |
|--|--|---|---|------------------------------|-------------------------|
| 1 槍ヶ岳・アルプス銀座・穂高岳沢 | 2 鏡平・双六岳・黒部五郎岳 | 3 燕岳・大天井岳・槍ヶ岳 | 4 薬師岳・黒部源流 | 5 大日岳 | 6 富士山 |
| 槍ヶ岳山荘 槍沢ロッジ/南岳小屋 大天井ヒュッテ/岳沢小屋 0263-35-7200 | 双六小屋 黒部五郎小舎 鏡平山荘/わさび平小屋 0577-34-6268 | 燕山荘 大天荘/ヒュッテ大槍 0263-32-1535 https://www.enzanso.co.jp | 太郎平小屋/薬師沢小屋 高天原山荘 スゴ乗越小屋 076-482-1418 | 大日小屋 090-3291-1579 | 八合目 太子館 QRコード |

第16回 高速道路と風景 フォトコンテスト

募集 2023年8月31日(木) 消印有効

詳しくはこちらをご覧ください。
https://www.c-nexco.co.jp/special/photo-contest/