

# 雪山登山の装備一覧

## ●帽子

ニット・フリース素材などの耳を覆う帽子。耳当てとの併用でもOK

## ●サングラス・ゴーグル

雪面の太陽光反射による雪目（紫外線による目の損傷）を防ぐため、必需品です。

## ●インナー

保温性・速乾性のあるものがよい。その上にフリースのジャケットやセーター等の防寒具を着用。

## ●ザック

日帰りなら20リットル前後、1泊2日なら35～45リットル程度が目安。

## ●手袋・靴下

ニット・フリース素材のインナーグローブに雪山用の防水性のあるオーバークローブを着用。靴下はウールもしくは化繊の厚手のものを。インナーグローブ、靴下は予備を必ずお持ちください。

## ●アウター

耐水性のある登山用雨具の上下。気象条件の厳しい中級以上のコースでは、より耐久性の高い雪山用のアルパインウェアの上下を着用。

## ●ズボン

動きやすく伸縮性のあるもの。ジーンズなどの乾きにくい綿素材はNG。

## ●ダブルストックまたはピッケル

夏山登山ではストックを使っていない方も、雪山ではバランスを取るためにも必需品です。

雪山で使う際は、雪に埋まらないようにストック先端のリングを雪用の大きなバスケットに交換してください。

※ピッケルは一部コース（熟練コース）のみの使用となります。

## ●スパッツ

靴に雪が入るのを防ぎます。夏山用のショートタイプのはNG。

## ●冬山用登山靴

防水性・保温性のある冬山用の登山靴。

## ●アイゼン

雪山用の滑止めのツメ。6本ツメ以下のものを軽アイゼン、8～10本ツメ以上のものをアイゼンといい、山のレベルに応じて使い分けます。ツアーによって必要なツメの本数が異なりますので、必ずパンフレットでご確認下さい。また、アイゼンは登山靴によって相性があるので、専門店で必ず試着してください。

## ●その他

保険証・常備薬・日焼け止め・保温水筒・ヘッドランプ・行動食など。

※気温が氷点下になる雪山ではおにぎりやおかずは凍ってしまいます。行動食はパンやビスケットなど凍りにくいものをご用意ください。



# 雪山登山の注意点

※夏とは異なる厳しい気象条件の下で行動する雪山登山。無理のないレベルでツアーを選びましょう、また、同じ山に登るにしても夏と冬のレベルは異なります。  
下記事項をご理解・ご準備の上、ご参加ください。

## ■装備について■

雪山ならではの必須装備があります。また、天候によっては日中でも氷点下となる場合がありますので、十分な防寒装備もご用意ください。裏面をご覧ください、十分にご準備の上ご参加ください。

※安全のため装備不十分の場合は当日ご参加をお断りする場合があります。その場合は旅行代金の返金などはございません。

## ■コース内容について■

積雪・凍結の状況によりルート状況や難易度、所要時間が大きく変わるのが雪山登山の特徴です。状況により、安全を重視してコース変更または撤退場合があります。  
また、積雪時は通常の登山道以外の道を歩くことがあります。看板が埋もれて道がわかりにくい場合も多くあります。大変恐れ入りますが、各自での勝手な行動はお控えいただき、歩く場所は必ずガイドの指示に従っていただきますようお願いいたします。

## ■安全対策について■

中級以上の雪山登山コースではビーコンを使用いたします（弊社にてご用意いたします）。スタッフの指示に従い、携帯をお願いいたします。

## ■記載の歩行時間について■

歩行時間は登山地図・ガイドブックに記載の無積雪期の約1.3倍で記載しております（休憩時間は含めません。状況によりお時間が前後することをご了承いただきますようお願いいたします）。

# レベル表記について

難易度別に3段階で表記しております。どのツアーに参加するか迷われた場合は、レベル表記をご参考にお選び下さい。

- 入門レベル：初めて挑戦される方向け。6本爪の軽アイゼンが必要(目安)  
(一部コースに軽アイゼンレンタルあり)、標高差500m以下(目安)
- 初級レベル：6本爪以上のアイゼンが必要、標高差500m以上(目安)
- 中級レベル：健脚者向け、10本爪以上のアイゼンが必要、標高差700m以上(目安)

※（！）について…（！）記載のコースは岩場・鎖場・ハシゴなどの難所が含まれたコースの表記です。

※中級以上のコースは必ず、入門または初級レベルの雪山を経験された上でのお申込みをお願いいたします。弊社側でご参加履歴を確認させていただき、登山経験を伺う場合や、ご参加をお断りする場合もございます。