

1 山の定義

国土地理院では定義していないが、国土地理院が「山」と認めているか否かによる。
「長く地元で『山』とされてきたものや、測量の基準となる三角点のある場所が『山』と言える。

1. 地元住民が山と呼んでいるか
 2. 地元自治体が公式名称としているか
 3. 国土地理院が記載を妥当と判断するか
- の3条件が必要だそうです。

2 山の名前は誰が決める？

国土地理院では原則として、現地現称主義という考え方で地元で古くから呼ばれている山名を尊重して記載。

3 山は誰のもの

国有地60%、公有地12%、私有地26%。

富士山は国有地にあるが、八号九勺(3, 360m)から上は私有地。所有者は浅間神社。

4 白山の所有は白山比咩神社

別当出合から標高2702mの頂上までは、白山比咩神社奥宮の境内地。

境内地のうち、登山道と室堂平・南竜ヶ馬場は、それぞれ国・県に賃貸、石川県はそこに室堂ビジターセンター・宿泊棟、南竜山荘・キャンプ場・ケビンを建て、室堂平は指定管理者として(財)白山観光協会に、南竜ヶ馬場は白山市地域振興公社に管理委託して営業を行っている。

5 山の日

制定の発端は、日本山岳会をはじめとする山岳5団体が中心となって山の日を作ろうという取り組みから。

「山に親しむ機会を得て山の恩恵に感謝する」というのが祝日の意味づけで、お盆休み周辺で山に出かけやすい時期として8月11日(2016年から祝日)を定めた。特別明確な由来はなく、いつでもよかった。

盆休みに連続する8月12日の案もあったが、日航機事故のあった日ということで遺族に配慮して避けられた。

6 登山に用いられる地図は 縮尺1/25, 000 の地形図。

地形図は全4, 311枚あり、日本全国をカバーしている。

等高線は薄茶色で表し、10mごとに細線、50mごとに太線で表す。

黒色の破線は登山道に当たる部分を示し、幅が1. 5mない道。

黒色の実線は1. 5mから2. 5mの道路で、二重線は車が通れる道路を表す。

青色の実線は幅1. 5m以上かつ長さ250m以上ある川を表す。

7 標高0mの基準は東京湾の平均海面。

日本の土地の高さ(標高)は東京湾の平均海面を基準(標高0m)として測られている。

東京湾の平均海面を地上に固定するために設置されたのが日本水準原点。(標高24. 3900m)

東京都千代田区永田町1-1国会前庭北地区内(憲政記念館付近)の標庫内に設置されている。

日本水準原点は、経年変化による高さの変動が生じないように、基礎が地下10mまで達している。

水準点は国道や主要街道沿いに約2km間隔で石又は金属標が埋設されている。

8 山の高さの測定

以前は三角点を使って三角測量を行い高さを割り出していた。

今は衛星を使った測定法GNSS(全球測位衛星システム)で測量。

9 剣岳の三角点

明治40年、柴崎芳太郎によって登頂、測量が行われたが、三角点標石(63kg)は運び上げられず設置断念。

この時の測定値2998m、大正の測定で3003m、昭和には2998m、平成に入って2999mになった。

標石の設置は平成16年。雷鳥沢までは一般人も交えて担ぎ上げ、その後へりで山頂まで運んだ。

10 日本の山の数

16, 700山。 山の研究家 竹内正さんが全4, 311枚に及ぶ1/25, 000地形図から数え約6年を要した。

山の多い県ベスト3は ①北海道(1, 261)、②新潟(943)、③岩手(887)。

長野は(866)で4位、石川は(223)で31位

11 高い山ベスト3

①富士山(3776m) ②北岳(3193m) ③奥穂高岳(3190m)③間ノ岳(3190m)

2014年に標高の改定が行われ、

4位だった間ノ岳は3189mが3190mであることが分かり奥穂高岳と同じ3位になった。

12 低い山ベスト3

①日和山(3m)・・仙台市 ②天保山(4. 53m)・・大阪市 ③弁天山(6. 1m)・・徳島市

日和山、天保山は人工の山、弁天山は自然の山。

※2014年までは天保山が4. 53mで1位、日和山は6. 05mで2位であったが、

2014年の調査で日和山は3mと測定され、順位が入れ替わった。

日和山は東日本大震災による地盤沈下と津波により削られ3mと低くなって1位に返り咲いた。

13 活火山

概ね過去1万年以内に噴火した火山及び現在活発な噴気活動のある火山を活火山としている。

日本にある活火山は110、特に監視・観測の充実が必要とされている火山は47(百名山23が含まれている)。

14 山のグレーディング

登山ルートへの地形や特徴に基づいて 体力度(10段階)と 技術的難易度(A~Eの5段階・または★の数)で評価・分類したもの。 長野県、山梨県、静岡県、新潟県、岐阜県、群馬県で導入されている。

15 女人禁制の山

大峰山の山上ヶ岳(1719m)が日本で唯一の女人禁制の山。 修験の山で宗教上の理由による。
※大峰山は、山上ヶ岳、稲村岳、大普賢岳、弥山、八経ヶ岳、釈迦ヶ岳、などを含む大峰山系の山々の総称。
昔は月山、白山、立山、富士山・・・多くあった。 石鎚山は7月1日の山開きの日だけ禁制。
男性禁制の山は沖縄県久高島のクボー御嶽(うたき)、数年前からは男女問わず禁制。

16 三大〇〇

三霊山・三名山

富士山、立山、白山

三大岩場・三大岩峰・三大岩稜

谷川岳(群馬県・新潟県)、穂高岳(長野県・岐阜県)、劔岳(富山県)

日本三大急登

烏帽子岳へのブナ立尾根、甲斐駒ヶ岳への黒戸尾根、上越・谷川岳への西黒尾根

北アルプス三大急登

劔岳の早月尾根、烏帽子岳へのブナ立尾根、燕岳の合戦尾根

三大雪渓

白馬大雪渓、針ノ木大雪渓、劔沢大雪渓

三大キレット

大キレット(槍ヶ岳～穂高岳)、八峰キレット(五竜岳～鹿島槍ヶ岳)、不帰キレット(白馬岳～唐松岳)

17 山の合目

距離、高さを10等分したものより、所要時間をひとつの目安にしているようです。
諸説ある中で、「夜の登山でカンテラに使う油が一合無くなった地点を一合目とした」という説がある。
磐梯山の山頂は五合目となっている。

往復で10合目という考え方説、昔は富士山より高い山だったのに上半分が噴火で飛んでしまって5合目が山頂になったという説、夜間に灯火で登る際に必要とした油の量が五合だったという説。

18 いちばん事故の多い山は谷川岳

2013年時点で死者は806人、ヒマヤラ全部より多く世界ワーストワン。
昭和初期～中期にかけてクライミングルートの事故が大半。昭和50年以降はめっきり少なくなっている。
一般登山道では 穂高岳、劔岳。

19 山岳遭難事故要因のベスト3

①道迷い 41.6% ②滑落 17.9% ③転倒 14.4% ※鉄則「道に迷ったら引き返す」

20 いちばん登山者が多い山

日本では高尾山(599m)で年間260万人。 富士山は25万人、白山は約5万人。

21 エベレスト登頂者数(2016年7月現在)

日本人では168人(のべ人数213人)、平均年齢41.55才、遭難死19人。 ※世界では6000人
※日本人初登頂は1970年(世界初は1953年) 松浦輝夫、植村直己。田部井淳子は1975年(女性世界初)。

22 いちばん収容人数の多い山小屋は白馬山荘

白馬山荘800(1200)、白馬岳頂上宿舎416(1000)、白山室堂750、槍ヶ岳山荘650、燕山荘600

23 日本最古の山小屋は「立山室堂」

14世紀に建てられた修験者、登拝者のための山小屋。現存する建物は18世紀に加賀藩の援助で建てられた。
登山者のための営業小屋第一号は「白馬山荘(明治40年)」、次は槍沢ロッジ、常念小屋

24 いろいろなタイプの避難小屋

①緊急時しか使えない本当の意味での避難小屋。 緊急時のために解放
②緊急時でなくても自分で食糧、寝具を持ってきて泊ってよい無人小屋。甚之助避難小屋、殿ヶ池避難小屋など。
③基本は無人小屋、シーズン中は管理人が入る宿泊料金が必要な小屋。 飯豊連峰や朝日連峰などにある。
少しでも快適に過ごせるよう、ゆずり合い、使った後は自分たちで掃除して帰るのがマナー。

25 標高の高い温泉

みくりが池温泉2430m、本沢温泉2100m、高天原温泉2285m、白馬鑓温泉小屋2100m

26 年間降水量の多い百名山

①宮之浦岳(約8,500mm)、②大台ヶ原山(約4,800mm)。 日本の平均は約1,700mm

27 〇〇富士と呼ばれる郷土富士

全国に総数320以上、各県に1つ以上ある。売名目的で「富士」と呼ばれるものもある。
(蝦夷富士=羊蹄山、出羽富士=鳥海山、伯耆富士=大山、薩摩富士=開聞岳、・・・)、

28 駒ヶ岳と呼ばれる山

全国に20座と言われている。駒ヶ岳ファンクラブ、「駒ヶ岳友好連峰会議」という組織などもある。
山の形や雪形が馬の形に似ているので付いたと言われる。何故か西日本には無い。福井の若狭駒ヶ岳が最西。

29 キリマンジャロ、モンブランは日本語に訳すと白山。

キリマンジャロ(kilima njaro) : スワヒリ語でキリマ(kilima)は「山」、チャガ語でンジャロ(njaro)は「白く輝く」

モンブラン(Mont Blanc) : フランス語でモン(Mont)は「山」、ブラン(Blanc)は「白」

※フランス語で 白ワインは「ヴァン・ブラン(vin blanc)」、赤ワインは「ヴァン・ルーージュ(vin rouge)」

30 エベレストの名称は一般名

インド測量局は1852年 世界最高峰を発見、当時の長官の英国人ジョージ・エベレストから「エベレスト」と命名。
公式名 ネパール政府は「サガルマータ」、中国政府は「チョモランマ」

31 読みにくい名前の山

光岳(てかりだけ)、後方羊蹄山(しりべしやま)、空木岳(うつぎだけ)、皇海山(すかいさん)、武尊山(ほたかやま)、瑞牆山(みずがきやま)、四阿山(あずまやさん)、越百山(こすもやま)・・・長野、杵差岳(えぶりさしだけ)・・・新潟、川上岳(かおれだけ)・・・岐阜、天狗角力取山(てんぐすもうとりやま)・・・山形
日本難読山ベスト5 (日本全国難読山名サミットで選ばれた)

- ①一尺八寸山(みおやま)・・・標高707m 大分県日田市、
- ②爺爺岳(ちやちやだけ)・・・標高1,822m 北海道・国後
- ③月出山岳(かんとうだけ)・・・標高709m 大分県日田市
- ④雲母峰(きららみね)・・・標高884m 三重県鈴鹿市
- ⑤岨巒堂山(しよらんどうやま)・・・標高751m 新潟県佐渡

32 白山にちなむ和名を持つ植物は20種

ハクサンアザミ ハクサンカニコウモリ ハクサンオミナエシ ハクサンシヤジン ハクサンオオバコ
ハクサンカメバヒキオコシ ハクサンコザクラ ハクサンシヤクナゲ ハクサンチドリ ハクサンサイコ
ハクサンタイゲキ ハクサンフウロ ハクサンハタザオ ハクサンイチゲ ハクサントリカブト ハクサンボウフウ
ハクサンスゲ ハクサンイチゴツナギ オヤマリンドウ ゴゼンタチバナ。(オヤマ=白山、ゴゼン=御前峰)

33 自然公園の特別保護地区

一木一石たりとも採ってはいけない。落葉落枝の採取であっても許可又は届出が必要。
「国立公園マップ」に区分が載っている。特別保護地区、特別地域、普通地域、など

34 登山道の整備は誰が？

成り立ちにいろいろあって、誰が管理するのか法的にはっきり決まっていない。
うかつに整備すれば管理責任が生ずるので、出来るだけ関わらないほうがよいという傾向が行政の一部にある。
管轄は国有林なら営林署、県有林でしたら林務部のような県庁内の所轄部署。
登山道の整備は所有者(国、県、個人)の了解がないとNGなのが原則。
山小屋がある所はそれぞれの山小屋で区間を決めて整備。

35 ケルン

広い尾根で迷いやすい場所の目印だったり、山頂の位置を明確にするために作られたもの。地図記号にはない。
奥穂高岳の山頂には3mのケルンがあり、この上は日本第2位。北岳の高さを抜くために作ったという話がある。

36 山でのあいさつ

フランス:「ボンジュール」、スイス:「モルゲン」、オーストリアチロル地方「グリュース・ゴット」、
アメリカ:「ハロー」又は「ハーイ」、ネパール:「ナマステ」

37 花に当たり年がある

コバイケイソウは3~4年に一度、尾瀬のニッコウキスゲは15年周期と言われている。
当たり外れはシヤクナゲなどのツツジ科の木に多い。

38 クマに遭ったら

クマは逃げるものを追う習性がある。
背中を見せず、目をそらさず、静かにあとずさりする。
死んだふりはダメ。本当に死んでいるか確かめに来て、噛んだり引っ掻いたりするらしい。
※クマが活発に行動するのは日の出と日没の時間帯。

39 虫よけ

ブヨを防ぐにはミントの製油スプレーが効果的。
ブヨ、ハチは黒い物を狙って集まってくるので、黒いウェアは避けた方がよい。
スズメバチに刺されて死ぬ人は年間約20人、クマや蛇に襲われて死ぬ人より多い。

40 登山道を譲る時のルール

基本的には登り優先であるが、その場の状況に応じて臨機応変に対応する。
片側が切れ落ちている場所で道を譲る場合は、なるべく山側に避けて通過を待つ。

41 山に行くときの情報の入手

基本的には「山と渓谷」などのガイドブック。
最も信頼できる情報が得られるのは、現地の山小屋や地元の市町村への直接問い合わせ。
インターネットに投稿された個人記録は鵜呑みしない方がよい。技術・体力自慢が含まれていることが多い。

42 登山前後の運動

登山前は 動的ストレッチ、登山後は 静的ストレッチをするのが良い。

43 山登りに有効なトレーニング

膝回りの筋肉を鍛えるスクワットも良いが、低くても短いコースでもいいから実際に山を歩くこと。
ジョギングと山登りでは使う筋肉が違う。

44 登山に必要なエネルギー量

消費カロリーの目安 「 体重kg × 行動時間h × 5kcal 」
→ 体重60kgの人が5時間歩いた時の消費カロリーは約1500kcal
行動中はその消費カロリーの7~8割を補給すると良いといわれる。(おにぎり1個が約180kcal)

45 休憩のタイミング

目安は、1時間歩いて5~10分の休み。タイミングはグループの中の弱い人に合わせる。
休憩時は、水分、エネルギーの補給をし、体が冷えないように何かを着こむ。

46 足のつり(こむら返り)

汗と同時に**電解質**(カルシウム・カリウム・マグネシウムなどのミネラル)も失われ、筋肉に痙攣が起こる状態。登山前に軽いストレッチと電解質を含むスポーツドリンクを補給しておくことは有効。前兆を感じたらマッサージと共に**水分と塩分(塩や梅干し)**や**スポーツドリンク**を補給する。漢方処方としては、芍薬甘草湯(しゃくやくかんぞうとう)を飲むと、10分位で症状が消えて楽になる。

47 観天望気

空を見て、雲の高さや形、色、風向きなどで天気の様子を予測すること。雲のチェックが重要。(例)「飛行機雲が早く消えると晴れ、消えずに広がっていくと雨」・・・空中の水蒸気量が多いと消えにくい「笠雲がかかると雨」・・・低気圧が近づき上昇気流によって雲が出来る「硫黄の匂いがすると雨」・・・穂高連峰や剣岳でよく言われている。南西風は気圧の谷の接近の兆候。「ツバメが低く飛ぶと雨」・・・昆虫は空中の水蒸気が多くなると体が重くなり高く飛べない。それを狙う

48 高山病

個人差によるが、**標高2500m前後から注意**。

※富士山吉田口五合目2300m、澗沢2300m、立山室堂2450m、白山室堂2450m、合戦小屋2350m

49 山ガールとは？

アウトドアブランドやグッズに身を包み、登山を楽しむ女性のことで、2009年頃から登場。山ガールは年齢とは関係ありません。登山スタイルのことで昔ながらの登山愛好家とは区別。

50 登山ブーム

第1次:大正時代 榎有恒がアイガー東山稜初登攀後。

第2次:1956年(昭和31年)日本人によるマナスル初登頂後。

第3次:90年代の「日本百名山」ブーム。

今は第4次:2006年頃からはと言われるが、山ガールブームで目立つだけで減少傾向にあるという説がある。

51 歩くときに腕組みするのは

重心を体の中心に集められる効果があり、体の軸がブレなく、歩きやすい? ベテランに見える?

52 歩荷(ぼっか)

荷物を背負って山越えをすること。特に、山小屋などに荷揚げをすることを職業とする人。

現在、歩荷を専門職とする人を一年を通して見ることができるのは尾瀬の尾瀬ヶ原地区のみ。

53 強力(ごうりき)

古くは修験者や山伏などの荷を背負って霊山に登った従者のこと。現在では登山者の荷を背負って案内する人。

富士山麓の名強力、**小宮正作**は、白馬岳山頂に「風景指示盤」という180kgの石を運び上げた。(強力伝)

54 シェルパ

ネパール東部の高地に住む、チベット系の民族。

外国人のヒマラヤ登山に際し、登山全般における荷物運び・案内人のこともシェルパと呼んでいる。

55 三角点

三角点て何だ? 三角測量をする為に見通しの利く山頂等に御影石で設置された標石。

全国に103, 284点あり、一等三角点は972点。(二等5056、三等32699、四等64557)。

三角点は山頂? 山頂とは限らず見通しの利く場所だから丘や**建造物**の上も有る。

東京大学付属総合図書館の屋上(標高53.0m)に三等三角点がある。点名は「大学」

三角点の大きさは 1等は18cm・2等3等は15cm角・4等は12cm角。

どんな間隔で有るの 1等は45キロ・2等は8キロ3等は4キロ4等は2キロ。

何処の山が何等 富士山は2等・剣岳は3等(最初は4等だった)・槍ヶ岳は2等・恵那山は1等

今も使っているの 現在はGPSで測量するからあまり使っていない様です。

標識はどちら向き 基本的には南を向いています

・山の用語

一本立てる : 休憩するの意。

ボッカが休憩するとき、背負子の下に杖を立てて肩の負担を軽くして立ったまま休んだことから

縦走 : 山と山を尾根伝いにつなげて登る登り方。海外では**トラバース**という

トラバース : 日本では斜面を横切ること。海外では縦走も斜面を横切ることトラバース。

トレース : 先行者の踏み跡のこと。トレースに従うのは楽であるが、間違っていることもあるので過信は禁物

キレット : 岩尾根が鋸歯状に切れ込んで、低くなった所。

カール : 「氷河の侵食で円形に窪んだ谷」。日本語では「圏谷」(けんこく)。澗沢カール、千畳敷カールなど

V字谷・U字谷 : 川の浸食によりできた谷がV字谷、氷河の浸食によってできた谷がU字谷。

峡谷(きょうこく)・溪谷(けいこく) : いずれもV字谷で、峡谷とは、溪谷の幅と比較して更に深い谷のこと。

川の右岸/左岸 : 川の上流側から下流側をみて 右側が右岸、左側が左岸。

出合 : 二つの川(谷、沢)が合流する地点。水量が同じ沢同士の場合は「二俣」という。

乗越(のっこし) : 二つの峰の間の低くなった部分。尾根を乗り越えるところ。

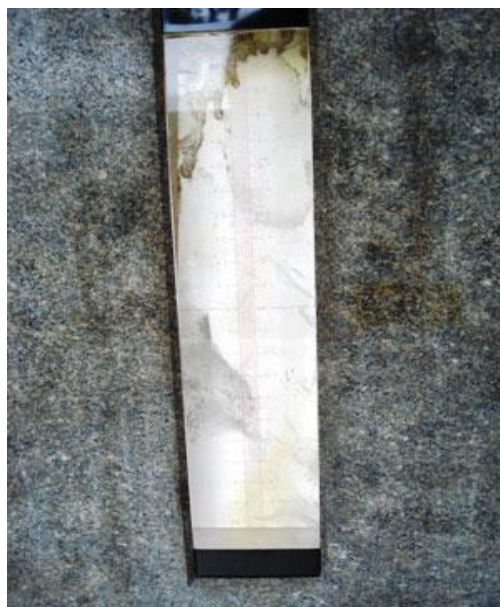
ピストン : 往復登山。頂上などへ行って、その同じルートを通って帰ってくること。



日本水準原点標庫
東京都千代田区永田町1丁目1番2
国会前庭洋式庭園内(国会前庭北地区、憲政記念館構内)。



水準原点基礎図の「舟形台石」
※長方形の白い石が水準原点



目盛を刻んだ水準原点
(山梨県産の水晶)
標高 24.3900mの位置に赤線が引いてある