

山登りをしらべよう

山の日とは 2016(平成 28)年に新しくできた祝日です。内閣府によると、「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する」日です。「興味はあるけど何を準備したらいいか…」「さらに経験・知識を深めたい」など、初心者～上級者まで図書館で山登りを始めてみませんか？

【キーワード】

情報にたどり着くカギとなるキーワードを考えると、探している物事やテーマに関する情報を見つけやすくなります。

ハイキング 登山 山登り 山歩き トレッキング 富士山 アウトドア 岩場 難所 など

【本で調べる】

・検索して調べる

OPAC(資料検索機)、図書館のホームページで検索画面にキーワードやタイトルなどを入力して探すことができます。

区内所蔵の資料の一部をご紹介します。

書名	著者・編著 等/出版社	出版年	内容	請求記号
富士山ブック 2019 令和元年は、富士山に登る。	山と溪谷社	2019 年	富士山 4 大登頂ルート&お鉢めぐりを徹底ガイド。ほか、富士山登頂講座、親子富士登山 ABC などを収録。	291.51
日帰りで登る首都圏近郊の百名山詳細ルートガイド	樫出版社	2018 年	初級者～中級者が日帰りで登れる、首都圏近郊の百名山 23 コース掲載する。	291.30
いつかは挑戦したい難所のある山詳細ルートガイド	樫出版社	2018 年	クサリ場や岩場、ハシゴ、急登など、難所のある山を詳細なルートマップで紹介。	291.30
50 歳からはじめるハイキングの教科書 -安全にハイキングを楽しむための基礎知識がギッシリ!	加藤庸二 監修 土屋書店編集部 編集/滋慶出版 土屋書店	2012 年	ハイキング初心者や、本格的にはじめたい人に向けて、安全に楽しむための野山の基本的な知識をわかりやすく説明する。	786.4

書名	著者／出版社	出版年	内容	請求記号
関東周辺の岩場 新版	菊池敏之 編著 ／白山書房	2017年	北関東・奥武蔵・奥多摩、南関東・伊豆、奥秩父・甲信など、関東周辺の岩場のルートやグレードを、わかりやすい図と解説、写真で紹介。	786.1

【雑誌で調べる】

- ・墨田区立図書館で所蔵している「山登り」をテーマにした雑誌例
「山と溪谷」「PEAKS(ピークス)」「BEERPAL(ビーパル)」「岳人」「ワンダーフォーゲル」

【インターネットで調べる】

書籍だけでは調べるのが難しい最新情報（改正に伴い変更された法律や手続きなど）は、インターネットを活用しましょう。検索結果の数が多いときは、複数のキーワードを掛け合わせると絞り込むことができます。

- ・インターネット検索キーワードの例
「登山 遭難」「山 キャンプ」「富士登山 準備」「アウトドア グッズ」「トレッキング 親子」

■国立登山研修所

<https://www.jpnsport.go.jp/tozanken/>

登山指導のための研修事業や登山に関する情報提供等を行っています。

■国土地理院

<https://www.gsi.go.jp/>

観測データや地図、航空写真などを確認できます。

【関連施設情報】

■公益社団法人日本山岳会

〒102-0081 東京都千代田区四番町 5-4 サンビューハイツ四番町

TEL: 03-3261-4433 FAX: 03-3261-4441

開室：月火木（10時～）、水金（13時～）、土（第1・3・5の10時～）

<https://jac1.or.jp/>

アルピニズムから日本的な山旅までの登山活動、および高所医学の研究、自然保護活動などを行っています。

掲載の情報は、すべて2019（令和元）年10月時点の情報です

発行：墨田区立緑図書館 指定管理者：すみだTRCグループ