

5	《登山》立山〔雄山〕(3,003m) ～登山の神髄！3,003mの頂上へ～	ガイドを頼む場合、立山ガイド協会(076-482-1201) ガイドを頼まない場合、指導者事前体験(下見)が必要	
		主なねらい	適期
	◎たくましい体と心を育てる	所要時間	1日
	◎自然の雄大さを感じる	対象	小学校高学年～
準備物	個人	学校・団体	
	○装備 ①日帰りの場合(必要に応じて②を加える) ナップザック(デイバッグ)、水筒、雨具(上下)、ゴミ袋、筆記用具、防寒着(フリースなど)、ティッシュ、非常食(お菓子、甘味料等)、着替え(靴下、下着、シャツ) 昼食用弁当 ②宿泊や縦走の場合(①の他に必要と思われるもの) 着替え(靴下等も含めて)、懐中電灯	○装備 ①日帰りの場合(必要に応じて②を加える) 個人携行品の他、地図、コンパス、ホイッスル、無線機、トランシーバー、救急薬品(鎮痛剤、酔止、解熱剤、胃腸薬、固定テープ、三角巾、副木) ②縦走の場合(①の他に必要と思われるもの) ロープ(6～9mm)	
	○服装 長袖(下に半袖を着て暑い場合は脱ぐ、休憩時には再び長袖を着るように)、長ズボン、帽子、手袋、サングラス(残雪がある場合)、登山靴(トレッキングシューズが適するが、運動靴でも可)		

1 登山開始直前の指導(室堂ターミナルで)

(1)健康チェック

- ・バス酔い、腹痛、高山病症状がないか、確認します。

(2)用便の徹底

- ・雄山を目指す団体については、一の越に有料の公衆便所があります。

(3)服装等の確認

- ・気象条件に応じた適切な服装をする。真夏でも3,000m級の稜線では朝夕10度を下回り、さらに強風が吹いた場合には、体感温度は冬並みとなる場合もある。
- ・シューズのひもをしっかりと結ぶ。
- ・帽子をしっかりとかぶる。飛ばないようにする。(特に風の強い時は注意)
- ・ナップザック(デイパック)を確認する。(ひもが結んであるか、ザック以外に首や肩に物を下げていないか、ザックが体から下がっていないか、他)

(4)登山隊形の確認

(例) 1班 2班 . . . n班

(先導者)(リーダー) . . . (リーダー) . . . (リーダー) . . . (リーダー) . . . (救護担当)(後尾者)

- ・隊列から遅れると予想される児童・生徒をできるだけ前に位置させ、遅い児童・生徒のペースに合わせる。
- ・フリーの指導者を配置し、緊急時の対応者とする。

2 室堂（2,450m）～一ノ越（2,705m）までの道程



雄山に向けて出発



雪渓が残っている場合あり
歩行には十分注意！



一の越に到着
しばしの休憩

3 一ノ越（2,705m）～雄山頂上（3,003m）までの道程



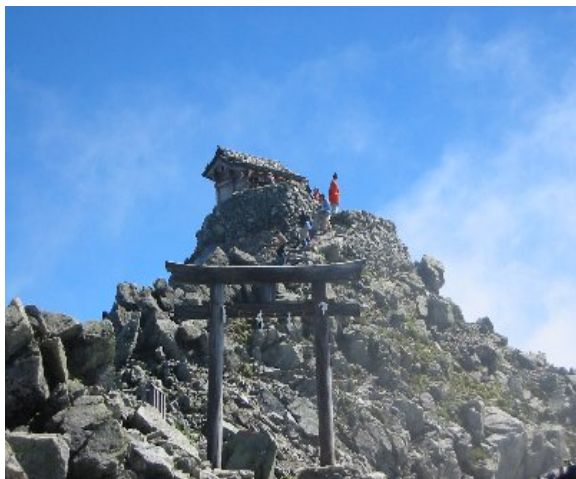
雄山に向けて再び出発



三の越で少し休憩



険しいガレ場
浮き石注意！



立山（雄山）頂上に到着



最高の天気の下、記念撮影