

◎雨天の時の山行知識

山登りの時、晴れていれば景色も見れるし、快適で更にまた山登りに来たくなる。しかし、最初の山行が雨に降られて辛い思いをすると、結構引きずるものである。雨降りの中の行動時も、知恵と工夫で晴天時と一味違った趣を感じられるものである。今回は雨天時の準備について考えてみよう。

1. 濡れない工夫

①雨具とウェア

No1でも書いたが、手入れをしたゴアテックス上下を着ると快適である。勿論完全防水/透湿は両立しないが近い効果は得られる。それでも夏は汗をかく。高山とか縦走の場合、宿泊時乾いてウェアを確保するため、ミルウェアをザックにしまい、長袖のインナーウェアを着るとベターである。下着類は吸湿/速乾性繊維が良い。最近では更にメリノウールを編み込み、寒さを低減できる優れたものもある。夏は原則、濡れても体温で乾かす。



やや大きめを買い先端フックを靴ひもの先端に掛ける。

②スパッツ

最近の靴の防水能力は上がっているが、出来るだけ靴全体を覆うスパッツが欲しい。下部の広がったものが良い。

③帽子

これでもできればゴアテックス製が良い。小雨の場合には雨具のフードを外し、行動でき視野が広がる。髪の毛も濡れない。



④折りたたみ傘

雨の中での食事の時に便利である。又非常時ツェルトを張った時、中で傘を開くと居住性が増し過ごし易い。

⑤ザックの濡れ防止

ザックはまず、ザックカバーで一次防水をし、次にザックの中に厚め(0.1mm位)ナイロン袋で二次防水を行えば十分である。しかし中は密封空間の為、水分の滲れは入ってはならない。

⑥手袋

夏だったら普通の手袋で濡れても冷たくないが、冷雨の時は完全防水手袋(冬も使える)が市販されており便利。



⑦ビニール風呂敷

強い雨や、草を分けて通る場合太腿から下が濡れやすい。ナイロン風呂敷を前掛けの様に使うと濡れを低減可能。

⑧印刷物の濡れ防止

胸ポケット等に入れた計画書等の印刷物を汗や雨から守るにはクリアファイルを封筒の様に加工すると良い

2. 濡れた時の対処法

①吸収性の良いタオルの持参

汗を拭くにも便利だし、濡れた衣服の吸着、ザック吸水にも使える。しっかり絞れば冷たさを感じない。1枚あると何役にも使える。

②新聞紙

強雨で若し靴に水が入ってしまった場合、①のタオルでしっかり水を吸い取り丸めた新聞紙を強く押し込んでおくと、結構靴の中の濡れが改善できる。

③替え下着類

中厚の長袖シャツ、ズボン下、パンツは常に携行しよう。ずぶ濡れになっても着替えると快適。更に、薄手のオーバーズボン、ヤッケが有ると万全である。

④細いロープ

濡れた物を干すのに、細いロープが有ると便利である。他非常用にも使える。

⑤靴が濡れて乾かない時

替えの靴下を濡らしたくない場合、靴下の上に薄いナイロン袋を履き、靴を履く。この場合紐をしっかりと締め、靴の中で足が踊らない様注意。



3. 雨の時の行動について

①岩場の通過

雨が降ると特に石の上や岩場は滑りやすい。岩に足をフラットに置くと同時に、手やストックで安定を保つよう心がけてください。

②行動中の視線

雨の時はどうしても下を向いて歩く傾向がある。常に周りの視界を気にしながら行動しよう。そうしないと道迷いの原因にもなる。

③行動開始の判断

小雨の場合を除き、本降りの場合特に次の点に注意して行動を開始してください。

- ・登山道に土砂崩れの起きそうな場所、沢の渡渉等がないか確認(小屋に聞くと良い)して行動する。でないと途中で孤立する可能性がある。
- ・特に稜線上を歩く場合、単なる雨降りか、雷を伴う前線かを周囲に確認して出かける。雷は怖いので要注意。
- ・小屋から出発の場合は、小屋関係者の助言を真摯に聞こう。