

A. 登山靴について

山の道具の中で一番酷使されているのが登山靴ではないでしょうか。ザックを含めて全体重を支え、衝撃から足を守り、水の浸入を防いでくれます。しかし、メンテナンスを誤ると、とんだしっぺ返しを受けてしまいます。登山靴について考えてみましょう。

◎登山靴の選び方

①用途による選択

ハイキング程度でしたら布製でも良いですが、アルプス縦走等を考えている場合は皮革製を選びましょう。雪山迄やりたい人は、雪山の靴は専用におきましょう。

②サイズ等

まず履いてみることです。大きさはややゆとりの有るものを選びましょう。

特に海外のメーカーが多いので、自分が履いて違和感がないことが条件です。

③価格等

価格も千差万別。最初は2〜3万円位でしょう。特に3シーズン用の靴は使用頻度も高く、防水性等考慮すると底を張り替えて何年も使うより、買い替えた方がベターでしょう。



◎登山靴のメンテ

①出発前のチェック

最近の靴は殆どが靴底は貼り付けですから、怖いのは剥がれです。登山中に剥がれると大変です。あなたの登山靴は右の様な靴底になっていない事を確認してください。ひび割れや剥離が有ったら履くのはやめましょう。剥がれは徐々に進行するのではなく、一気に剥がれる場合が多いようです。

②帰ってからのメンテ

表面のドロ汚れ等を水で洗い落しましょう。洗った後は水をふき取り、陰干し(風通しの良い所)でしっかり乾燥します。中敷きも取り出し、乾燥させます。

③撥水処理

皮革製の靴は保革クリームを塗り、布製の靴はそのまま撥水処理をします。最近ではゴアテックスをサンドイッチ構造にして防水処理をしています。でも靴の表面の撥水処理をしておくのと、より効果が高まり、又汚れが付きにくくなります。市販の防水スプレーでOKですから、表面に均一に噴射し乾いたら再度噴射する。これを3〜5回繰り返す。



B. ザックについて

ザックも登山の道具としては必要不可欠です。これも千差万別、いろんなメーカーから沢山の種類が発売されています。簡単に選び方等を紹介します。

◎ザックの選び方

①ザック容量のについて

山行の程度によって、ザックの容量は違ってきます。日帰りやハイキング程度でしたら25ℓ前後でいいでしょう。テント泊や、本格的な縦走等になったら40ℓくらいは欲しいですね。冬山を目指すには場合は60ℓ位の大きさが必要になってきます。

②ザックの形について

これもいろんな形をメーカーが「売り」にしています。それぞれ理由はありますが今までの経験上の使い勝手について説明します。まずDパックタイプはお勧めできません。雨蓋の付いた物を選びましょう。それから外収納があると便利です。サイドポケット、雨蓋は大きめの物を、バックポケット付を選びましょう。これらを満足する一般形状が右の写真の様なものです。更に大切な事は体になじむ事です。実際に背負ってみて感触を確かめましょう。最近では女性用のタイプも製品化されていますので聞いてみて下さい。又重さも重要です。上記の条件を満たしながら出来るだけ軽い物がベター。

③ザックへの収納

これは繰り返しの中で身に付けましょう。基本はシュラフ等軽い物を下にすぐ必要な雨具等は上に、何より大切な事は自分なりに、収納場所を決め取り出す時間を短縮してください。更に工夫して収納密度を高めて下さい。これが身に着くと、コンパクトで背負い易いザックになります。

*短時間の休憩時にはザック本体は開けないで済む工夫をしてください。

