

第4回全国「山の日」フォーラム
2019年3月16日～17日
実施報告書



一般財団法人全国山の日協議会

目次

全国山の日協議会へのお誘い	1
開催概要	3
シンポジウム	5
シンポジウム概要	5
講演要旨	9
出展ブース	23
出展ブース	23
トークステージ	24
第1回東京登ろう歩こうラリー	25
資 料	27
山の日アンバサダー	38
協力者・スタッフ一覧	39

全国山の日協議会へのお誘い



谷垣 禎一

一般財団法人全国山の日協議会 会長
第4回全国「山の日」フォーラム実行委員会 顧問

新しい元号「令和」の時代を迎え、昭和と平成の二つの時代を振り返ってみると、大きく変化したことがいくつもあることに気付かされます。その一つに、子供たちと自然の関係の変容があると思います。我が国が高度経済成長を始めた 50 年前の時代、子供たちは毎日自然の中での実体験として、遊びと学びの機会を得ていました。しかし放課後は習い事や学習塾に通う子供たちが多くなり、この傾向は平成になっても強まりこそすれ弱まることはなく、子供たちが山と自然を遊びの場としている姿を見ることは多くはありません。

四季があり二つの雨期があり、四方を海に囲まれたこの島国の国土の7割が山林と言われます。世界でまれにみるこの豊かな自然に、万葉の昔から日本人は畏敬の念を懐き、森林の恵みに感謝し、自然とともに生きてきました。海洋から立ち上った水蒸気は山に恵みの雨をもたらし、清流は田畑を潤し、やがて海の豊かさへと還流し、日本人の日常と深く関わりながら豊かな心をも育みました。一方で自然は大きな災害ももたらしました。地震、火山の噴火、河川の氾濫などこの国に暮らしてゆく以上、自然に由来するこれらの災害を避けて通ることはできません。「致命的な事故も起こり得る過酷な環境にある」という意識、そして常に変化をするリスクの兆候を捉える感受性が、それによる悲惨さから遠ざかるためには必要だと信じます。

だからこそ、将来を担う子供たちにたくましく育ててほしいとの願いを込めて、本会のミッションのひとつに「たくましい子供たちの育成」を掲げている次第です。文部科学省の小学校学習指導要領道徳編には「自然のすばらしさや不思議さを感じ取り、自然や動植物を大切にする。」と記されていますが、ゲームやスマートフォンで自然の素晴らしさや不思議さをどれほど体験できるのでしょうか？ インターネットで「自然」という言葉を検索すれば、21億3千万件の検索結果が示されるそうですが、それだけで「自然」を理解できるのでしょうか？ ネットによる情報の拡散は、実体験を伴った育みの必要性の再認識を私たちに促します。そして、この山と自然に対する実体験の重要性を見直す方向性は、必ずや大人世代をも巻き込んで、地域の振興、日本の底力の再構築へと結びつくものとなるでしょう。

「山に親しむ機会を得て 山の恩恵に感謝する」

これは国民の祝日「山の日」の趣旨です。

感謝するかどうか、それはだれも強制することは出来ません。しかしながら「親しむ機会」を得ることは基本的な人権だと思います。

これからも全国山の日協議会は、「親しむ機会」の醸成、そして「親しむ機会」を阻害する事象の除去に力を注いで参ります。そのためには、このフォーラムにお集まりいただいた皆様、賛助会員の皆様のお力添えが不可欠です。つきましては、この全国山の日協議会にご参加をいただき、国民の祝日「山の日」の意義のみならず、子供たちの自然体験、地域振興、環境、森林と水資源、安全と防災、文化、観光、その他、山積する課題の解決に向けてのご意見を頂戴し、情報の共有をいたし、ご一緒にこの活動を盛り上げていただきたいと思います。どうかこれからも末永く本会および国民の祝日「山の日」をご後見いただけますようお願い申し上げます。

2019年5月

開催概要

全国「山の日」フォーラムの継続的開催の意義



磯野剛太

一般財団法人全国山の日協議会 理事長

日本は国土の7割近くを山地がしめる山の国です。日本人は古くから山に畏敬の念を抱き、森林の恵みに感謝し自然とともに生きてきました。山の恵みは清流を生み、田畑を潤し、川へと流れ、わが国を囲む海を豊かにし、深く日常生活とかかわりながら豊かな心をも育んできました。わが国の文化は、山と海の文化の融合によって、その根幹が形成されたといわれます。

日本を代表する山岳である富士山は、信仰の対象及び芸術の源泉として世界的に大切な財産であると評価され、世界遺産に登録されました。その一方で、山はいま多くの課題をかかえています。地域の活性化、森林の荒廃抑止、良質な水源・資源等の確保、諸開発と環境保全、観光等地域振興と適正利用、動植物の保護と適正管理、登山者の山岳遭難事故や自然災害への対策、子どもたちの自然体験機会の創出、高齢者の健康増進、新たな雇用機会の創出など、将来を見据える「山」への展望が求められています。

全国「山の日」フォーラムの開催が、これらの課題解決へ向けての重要な契機となり、国民の誰もが「山と自然を考え」、その成果として「山に親しむ機会を得て 山の恩恵に感謝する」ことができることを祈念し、引き続き全国「山の日」フォーラムへのご参加とご賛助を心よりお願い申し上げます。

2019年5月

開催の趣旨

私たちのすることはすべて、「山に親しむ機会を得て 山の恩恵に感謝する」という国民の祝日「山の日」の趣旨に基づいています。私たちはその趣旨を、【たくましい子どもたちの育成】【地域振興】【山林と河川の保全と利活用】【山と自然の安全と防災】などがはらむ課題の解決策を丁寧にかつ継続的に模索していくという方法によって、広く国民の皆さんに浸透させていきたいと考えます。

山と自然に親しむ人を増やす試みとして、そしてこれら4つの課題を検討し共有をする機会として、【シンポジウム】【出展ブース】【東京登ろう歩こうラリー】の3つで構成される第4回全国「山の日」フォーラムを、2019年3月16日と17日の2日間にわたり秋葉原UDXビルで開催しました。

事業の構成

次の3つの催しを有機的に関連させることで、多くの来場者をお迎えする仕組みを作りました。

(1) 4階のUDXギャラリーでのシンポジウム

地方創生、ロングトレイル、子どもたちの育成などをテーマに、行政・民間・有識者を講演者に迎え、7プログラム構成にて展開。

(2) 2階のアキバ・スクエアでの出展ブース

出展ブース、物販ブースおよびトークステージで構成。企業、団体、行政機関などによる情報発信、広報活動を展開。

(3) 場外での第1回東京登ろう歩こうラリー

場外イベントとしてラリー（登るコースが2つ、歩くコースが4つ）を展開。ゴールカウンターは2階の出展ブースに設置。

事業の概要

事業名称	第4回全国「山の日」フォーラム
会場	秋葉原UDXビル アキバスクエア（2階）およびUDXギャラリー（4階）
開催日	2019年3月16日（土） 17日（日）
主唱	一般財団法人全国山の日協議会
主催	第4回全国「山の日」フォーラム実行委員会 構成団体／一般財団法人全国山の日協議会 警察庁 消防庁 文部科学省 スポーツ庁 林野庁 国土交通省 観光庁 環境省 長野県 栃木県 山梨県
特別協賛	味の素株式会社 日清食品ホールディングス株式会社 株式会社マツモトキヨシホールディングス 株式会社ゴールドウイン
後援	鳥取県 朝日新聞社 産経新聞社 日本経済新聞社 毎日新聞社 山梨日日新聞社 山梨放送 公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会 公益社団法人日本山岳会 日本勤労者山岳連盟 公益社団法人日本山岳ガイド協会 静岡大学山岳科学教育プログラム 信州大学山岳科学教育プログラム 筑波大学山岳科学学位プログラム 山梨大学山岳科学特別教育プログラム
企画協力	株式会社アールビーズ（第1回東京登ろう歩こうラリー）

開催の結果

●概算動員数	5,000人
●シンポジウム	753人
●東京登ろう歩こうラリー	100人

シンポジウム

■ 2019年3月16日(土) 3部構成 パート1、パート2、パート3
会場 秋葉原UDXビル4階 UDXギャラリー NEXT-2 (収容人数: 120人)

■ 2019年3月17日(日) 4部構成 パート4、パート5、パート6、パート7
会場 秋葉原UDXビル4階 UDXギャラリー (収容人数: 108人)

パート1 山と自然に親しむ 安全を考えよう

日時 3月16日(土) 11:00~12:30

聴講者 107人

構成 コーディネーター 山の日アンバサダー 近藤 謙司 桜花

1) 山岳救助の現場から

長野県警地域部山岳安全対策課山岳遭難救助隊 隊長 榎引 知弘

2) 山と自然 国際山岳救助の最前線から

富山県警山岳警備隊 小隊長 松井 貴充

3) システムによる遭難防止と救助の迅速化

インフカム株式会社 代表取締役 今 吏靖

AUTHENTIC JAPAN 株式会社 代表取締役 久我 一総

4) 山と自然に親しむ人たちの安全を図る 安心サプリメント

味の素株式会社 スポーツニュートリション部 工藤 剛



榎引知弘



松井貴充



今 吏靖



久我一総



工藤 剛



近藤謙司



桜花



パート2 山と自然に親しむ 加賀谷はつみの山岳科学事始め!

日時 3月16日(土) 13:00~14:30

聴講者 109人

構成 コーディネーター 山の日アンバサダー 近藤 謙司 加賀谷はつみ

1) 山岳科学、これからの日本を活かすために！

日本の山岳観光における山岳ガイドの役割と課題

筑波大学山岳科学学位プログラム修士2年 松村健太郎

山との関わり 山岳部での活動と大気エアロゾル研究からわかること

山梨大学山岳科学特別教育プログラム修士1年 石井 雄太

2) 加賀谷はつみのMUSIC TRAIL ～山と自然と音楽と～

山の日アンバサダー シンガーソングライター 加賀谷はつみ



松村健太郎



石井雄太



加賀谷はつみ



パート3 山と自然に親しむ 「地方に行こう」から「地方に住もう」へ！

日時 3月16日(土) 15:00～16:30

聴講者 111人

構成 コーディネーター 一般財団法人自然公園財団上高地支部所長 加藤銀次郎(全国山の日協議会監事)

1) 第4回「山の日」記念全国大会 開催にあたって

山梨県森林環境部森林環境総務課森林企画監 金丸 悟

2) 第3回「山の日」記念全国大会を契機とした地域振興の推進

鳥取県生活環境部「山の日」大会推進課 課長 郡 浩光

3) 地域おこし協力隊による地域振興の現場では

松江市産業経済部定住企業立地推進課地域資源活用コーディネーター 福島 紀子

4) 逆転の発想による都市と農村の交流 ～「にぎやかな過疎」を目指して～

鋸南町総務企画課 主任主事 金木 拓也

5) パネルディスカッション

進行 一般財団法人自然公園財団上高地支部所長 加藤銀次郎(全国山の日協議会監事)

6) ジャンケン大会

進行 山の日アンバサダー 近藤 謙司 桜花



金丸 悟



郡 浩光



福島紀子



金木拓也



加藤銀次郎

パート 4 山と自然に親しむ 私たちの生き方

日時 3月17日(日) 11:00~12:30

聴講者 108人

構成 コーディネーター 山の日アンバサダー 近藤 謙司 桜花

1) 南アルプスで山小屋をはじめました！

山の日アンバサダー 登山家 花谷 泰広

2) 地域振興も考えつつ、猟師になってみました！

猟師 山岳ガイド 黒澤 徹

3) 山と自然 私のアウトドスタイル

山の日アンバサダー アウトドスタイル・クリエイター 四角 友里



花谷泰広



黒澤 徹



四角友里



パート 5 山と自然に親しむ 子供たちを大自然でたくましく！

日時 3月17日(日) 13:00~13:50

聴講者 108人

構成 コーディネーター 全国山の日協議会運営委員 藤村 健

1) いざヒマラヤ、家族でGO！

山の日アンバサダー アルピニスト 野口 健

2) 山と自然に親しむ人々たちへの安心サプリメント

味の素株式会社 スポーツニュートリション部 工藤 剛



野口 健



藤村 健



パート 6 山と自然に親しみ その恩恵に感謝する

日 時 3月17日(日) 14:15~15:05

聴講者 108人

構 成 コーディネーター 山の日アンバサダー 角谷 道弘

- 1) あいさつ 環境省自然環境局国立公園課 課長 中尾 文子
- 2) なすびのヒマラヤ生活、そして福島支援とみちのく潮風トレイル

山の日アンバサダー 俳優 なすび

- 3) ネパール震災支援の報告

山の日アンバサダー 俳優 なすび

山の日アンバサダー 伊藤 伴

山の日アンバサダー 近藤 謙司



中尾文子



なすび



伊藤 伴



角谷道弘



パート 7 山と自然に親しむ ロングトレイル シンポジウム

日 時 3月17日(日) 15:30~16:35

聴講者 102人

構 成 コーディネーター 山の日アンバサダー 近藤 謙司 桜花

- 1) 山陰地域のロングトレイルの紹介と課題

特定非営利活動法人未来 理事長 岸田 寛昭

- 2) 世界のロングトレイルを旅して

ロングディスタンスハイカー 宇部佑一朗

- 3) 日本各地のロングトレイルからジャパントレイルへ

特定非営利活動法人日本ロングトレイル協会 事務局長 村田 浩道

- 4) パネルディスカッション

進行 特定非営利活動法人日本ロングトレイル協会 事務局長 村田 浩道

- 5) ジャンケン大会

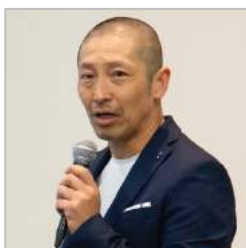
進行 山の日アンバサダー 近藤 謙司 桜花



岸田寛昭



宇部佑一朗



村田浩道



パート 1 山と自然に親しむ 安全を考えよう

■パート 1

山岳救助の現場から

長野県警 地域部山岳安全対策課山岳遭難救助隊 隊長 榎引 知弘

全国の山岳遭難発生状況は平成 19～29 年で 1.7 倍増加しています。平成 30 年の長野県での遭難発生状況は、発生件数 297 件、遭難者 330 人、死者 52 人。山は非常に危険なところであることを認識してください。山岳遭難は地形的要因・気象的要因・人的要因が混在し起きます。

登山は観光ではありません。スポーツとして考えてください。スポーツでは、まず情報収集し、道具を買い、道具の使い方やそれに見合う体力、知識、技術を身につけ、試合に臨みます。試合後には反省し教訓を得ます。このサイクルを繰り返すのがスポーツです。登山も全く同じです。登る山の情報収集をし、その山域に必要な道具を買い、必要な体力・技術、道具の使い方を身につけ、山に登ります。「ヒヤリ・ハット」のような反省を繰り返し、さらに高みの山に登ります。

保険は加入してもらいたいと思います。長野県警では民間の救助隊が出る場合があり、民間救助で 10 人で捜索すれば 1 日 50 万円位かかります。行方不明は本人もつらいですが、残された家族は精神的・経済的につらいです。

遭難者をヘリや地上で救助するためには、必ず場所と天気の情報が必要となります。県によって違いですが、携帯電話の GPS をオンにして 110 番をかけると、数秒で位置が絞れる場合があります。

長野県のホームページにも色々な情報があり、昨年からは動画配信もあります。グレーディングもしています。皆さんのお仲間にもアドバイスしていただき、その輪が広がれば遭難は 1 つでも減ります。



■パート 1

山と自然 国際山岳救助の最前線から

富山県山岳警備隊 小隊長 松井 貴充

昨年 10 月、富山県警では海外視察を実施しました。富山県は立山黒部世界ブランド化の取組をし、その安全対策の必要性和先端山岳救助技術の確認・習得を目的として、主にスイスとフランス 2 カ国の救助組織、警察、登山学校を中心に視察してきました。また ICAR の会議にオブザーバーとして参加しました。

スイスの山岳救助は民間主体です。公的機関は主として二次的対応をします。救助費用は受益者負担です。日本とは逆の対応です。ヘリ救助の先鋭性が高く、スイスの航空機救助をほぼ一手に担う Rega では夜間救助は年間 2,000 件程度になります。集中治療機器を搭載しています。クルーは必要最小限の編成で、どんな現場でもドクターとパラメディックが必ず乗ります。山の事故では山岳救助隊員が入ります。

フランスの山岳救助は公共主体です。救助隊員はハイレベルで、シャモニー小隊では隊員の約 9 割がガイド資格を持ちます。公務員だが副業が許され、プライベートでガイド収入を得ることもできるので年間通じて山に行きます。装備を民間の企業と共同開発しており、これは日本より進んでいます。

日本の救助組織ができることは、体制強化、底上げ、連携です。各エリアが連携を執り、救助を高度化しなくてはならないと感じます。救助技能もさらに研鑽し学習する姿勢でやりたいです。ベースとなるのは隊員個人のスキルです。隊員一人ひとりの山のスキル向上は必要です。

広報活動として事故概要、登山状況、山岳概況などをホームページで出していますが、海外では SNS を使い、タイムリーにカジュアルに出しています。日本もそれを見習えば、登山者により近づくことができるし、それが安全登山につながります。



■パート1

システムによる遭難防止と救助の迅速化

インカム株式会社 代表取締役 今 吏靖

事前の情報収集や知識や体力をまとめるという行為が登山計画です。コンパスはパソコンやスマートフォンを使い、全国どこでも登山計画を出せるという仕組みです。現在、27自治体・警察と協定を結び、コンパスで提出した登山計画は警察と共有できます。最終的には日本の山を網羅したネットワークになるよう整備をしています。

登山届を提出することは、安心を分かち合えるという効果・効能があります。コンパスの特長は1) 共有の概念、2) 下山通知の概念、3) 相互扶助の概念の3つです。登山計画を家族と共有することで、遭難時に警察はすぐにコースを把握できます。下山通知が来れば家族は安心します。自然災害の際は、下山通知があれば警察は検索対象から外します。そして、自分の出した登山届が他人の役に立つことがあります。もしくは、他人の登山計画によって自分が発見される可能性があります。登山者全員の助け合いになるのです。

1,000m位の山でも、普段登っている山でも、遭難事故は起きます。対岸の火事と思わず、予防策としてコンパスを使い登山届を出していただきたいと思います。



■パート1

システムによる遭難防止と救助の迅速化

AUTHENTIC JAPAN 株式会社 代表取締役 久我 一総

ココヘリでは月に4~5件くらいの事故対応をしています。28道県の警察のヘリ、防災ヘリに搭載しています。出動して30分以内には場所を特定しています。全てを民間でまかなうことはできませんが、日本には日本の仕組みがあると思います。

コンパスで登山届を出し、足跡を残していただく。そして、遭難時には発信器と受信機を使って検索をします。場所さえ特定できれば、あとは警察組織が救助します。このような日本独自の仕組みで3点をつないでいます。

皆さんはjR0、山岳会、民間保険会社などの保険に加入していると思います。発信器などを使う仕組みは弊社のシステム以外にもあります。警察も命懸けで、時間を掛けて、経費を掛けて、リスクを伴って救助をしているのです。保険とこういった仕組みを活用していただきたいと思います。



■パート1

山と自然に親しむ人たちの安全を図る 安心サプリメント

味の素株式会社 スポーツニュートリション部 工藤 剛

アミノ酸サプリメントは何のために飲むのでしょうか。使い方が間違っていると全く意味がありません。人間の体は水分を抜くとタンパク質でできています。タンパク質は数十万のアミノ酸が結合してできています。筋肉、内臓、爪、眼球、髪の毛もタンパク質です。つまりアミノ酸からできています。このアミノ酸をコントロールすることは、人間の体を考えるうえではとても大事です。

山では転倒やふらつきによる事故が起きます。その原因の1つは筋肉の疲労です。体が疲れてくる、目が見えにくくなる、頭がボーッとするという、これらは筋肉の損傷から起きます。運動をすると筋肉は分解され、少しずつ失われます。激しい運動後には尿が茶色になりますが、これは壊れた筋肉が出ているのです。

筋肉が壊れて出ていきますから、補わなければいけません。肉や魚などからタンパク質を取ることはできますが、山の上や何日も山にいるときにはバランスの良い食事は取りにくい。また、食事からの吸収には3~4時間掛かるので、疲れを感じてからでは遅いです。そのようなときにはアミノ酸サプリメントを取ることが有効です。アミノ酸サプリメントは30分程度で血管を通り、筋肉の再合成が始まります。しかし、力量以上の所に行けば事故のリスクは増えるので、アミノ酸サプリメントはあくまでもサポートです。山頂で、これから下るといえるときに、飲んでください。そして下りた直後にも飲んでください。翌日が楽になり、登山

を長く続けていくことができます。

パート 2 山と自然に親しむ 加賀谷はつみの山岳科学事始め！

■パート 2

山岳科学、これからの日本を活かすために！

日本の山岳観光における山岳ガイドの役割と課題

筑波大学山岳科学学位プログラム修士 2年 松村健太郎

山岳科学学位プログラムは日本の山岳域の諸問題を解決し実践的技術を備えた人材の育成を目的とする日本初の山岳科学修士課程です。山岳域にフィールドを持つ4大学（静岡大、信州大、筑波大、山梨大）が連携し現場重視のプログラムを組みます。

日本には2,000名弱の登山ガイド・山岳ガイド資格保持者がいますが、専門者は少ないです。顧客獲得のすべがないからです。現在は登山の多様化と細分化が進んでいます。未組織登山が増加し、それによる遭難が8割を占めます。旅行会社のツアー登山参加者は多く、登山者と旅行会社はつながっています。しかし、登山者と山岳ガイドが直接つながるシステムが構築されていません。

多様化する登山者のニーズをガイドの仕事に取り込めていません。色々な技能を持つガイドがいるので登山者のニーズに対応できますが、ガイドと登山者が直接つながっていません。難しい山岳域ではガイドの活躍の場は多いが、レジャー型登山や自然に親しみたいという場ではガイドの仕事につながっていません。ガイドが行政・宿泊施設・地域の観光協会と登山者をつなぐソフトインフラストラクチャーの役割を担うことで、ガイドの仕事は広がり、多様化する登山者に対応できると考えます。

山岳ガイドの社会的地位の確立は課題です。一般ハイカー等の多くはガイド資格を知りません。ガイドという仕事を認知させることは課題です。日本独自の山岳観光形態からの脱却は難しいです。日本の登山スタイルは1泊2日や日帰りで、山岳地域にお金が落ちません。これでは持続的な観光にはなり得ません。ガイドがソフトインフラとして山岳地域と登山者をつなぐ役割を担い、自らの活動場所を拡大することで、山岳観光は持続的に発展すると考えます。



■パート 2

山岳科学、これからの日本を活かすために！

山との関わり 山岳部での活動と大気エアロゾル研究からわかること

山梨大学山岳科学特別教育プログラム修士 1年 石井 雄太

山梨県大月出身、高校ではワンダーフォーゲル部、山梨大学山岳部に所属しています。山梨県山岳連盟は山梨県から高山植物の保護「山岳レインジャー活動」を委託されており、本学山岳部は高山植物調査をしています。

山梨大学山岳科学特別教育プログラムでは、山岳域における研究として大気エアロゾルの測定をしています。大気エアロゾルとは大気中に浮遊している微粒子です。例えば黄砂や花粉などで、PM2.5もエアロゾルです。エアロゾルは人為起源、自然起源で発生します。

私の研究対象は黄砂です。黄砂とは、中国大陸から飛んでくる鉱物粒子のことです。風に乗って輸送された黄砂が日本に降り、黄砂現象と呼ばれるものが起きます。さらに黄砂は風に乗って、日本の上空を通り、海に降下します。海に降下した黄砂は海洋植物プランクトンのミネラル源になり、海洋植物プランクトンが増えます。これを動物プランクトンが食べ、動物プランクトンを魚が食べます。このように黄砂は海の生態系を支えています。

黄砂は大気圏の自由対流圏を移動し、日本の上空を通り、海まで飛びます。日本の上空にどれだけの黄砂が



あるのかということ調べれば、海にどれだけ落ちているのかわかると推察できます。上空での黄砂測定には航空機や気球を使う方法がありますが、継続観測が困難です。3,000m級の山の上は自由対流圏の中になり、ここに計測器を置けば、長期間にわたり同じ場所で連続観測ができます。これは黄砂を観測するうえで重要です。私たちの研究室では木曾駒ヶ岳の千畳敷、富士山頂（夏のみ）の2個所で観測しています。海洋に降った黄砂は海洋生態系を支えています。山岳域は、自由対流圏中のエアロゾルを長期間定点観測するときに重要な場所といえます。

■パート2

加賀谷はつみの MUSIC TRIAL～山と自然と音楽と～

山の日アンバサダー シンガーソングハイカー 加賀谷はつみ

シンガーソングライターとハイキングのハイカーを一緒にし、シンガーソングハイカーとして活動しています。北穂高や富士山、アメリカのマウントシャフトでも歌いました。そもそも山登りと歌手になりたい自分は別物でした。13歳でライブステージに立ち、23歳でシンガーソングライターになろうと決心し、千葉県流山のおおたかの森で路上ライブを始めました。2011年2月に沖縄を皮切りに北海道までを一人で路上ライブし、北海道マラソンのテーマソング「君がいる」でメジャーデビューしました。



父は山だけでなく川や海など自然に連れて行ってくれましたが、私は山にひかれました。歌手を目指して登る夢への道、心が折れて諦めかけたときに山から勇気と元気をもらいました。山頂で歌うと自分の小ささを感じます。これを歌で伝えたいと思い、山の歌を作るようになりました。

登山者に口ずさんでもらえる曲を…と作った「DAYS」、山頂への厳しくも険しい道を登りきる過程を人生の応援歌として表現した「PEAK HUNT」など、登山をする・しない関係なく、山の表現を使って伝わりやすい曲を作りたいと発信しています。

そしてもう1つ。「MUSIC TRIAL」という私が「シンガーソングハイカー」とともに掲げている造語で活動テーマとしている言葉があります。「音楽の道」という意味です。音楽=MUSIC、山で表現する道=TRAIL。音楽を愛する人、アウトドアを愛する人、全ての人に届けたい。全ての人を繋げたい。そんな思いで今も、これからも活動していきます。

今後は子供たちへ山の魅力を伝えたいです。私の歌を通じて山と夢のリンク性を話し、山登りを身近にしてもらいたい。また、20代・30代女性たちへも山の魅力を伝えたい。山への1歩が踏み出せない女性がたくさんいます。そんな女性たちに山の選定や魅力を伝える存在になりたい。そして山を愛する皆さんへ歌で伝えたい。山での1歩1歩を応援し励ます歌、山へ行けないときには山への思いをはせる歌。仕事・家事・子育ての日々は全て登山です。人生の山に寄り添える曲を作り歌っていききたい。歌を通して山を知ってもらい、山を通して歌を感じてもらいたいと思います。

パート3 山と自然に親しむ 「地方に行こう」から「地方に住もう」へ！

■パート3

第4回「山の日」記念全国大会 開催にあたって

山梨県森林環境部森林環境総務課森林企画監 金丸 悟

甲府市は信玄公の父・武田信虎が躑躅ヶ崎に館を構えて今年が開府500年になります。これと併せて第4回「山の日」記念全国大会を実施します。本県は標高トップ3の富士山、北岳、間ノ岳など3,000m級の山々がそびえ立ち、日本百名山12座が所在する山岳県で、県土77.8%が森林です。甲府城敷地内で醸造されたものが日本初のワインといわれ、甲府周辺には老舗ワイナリーがあります。果樹王国であり、桃やスモモ、サクランボなどの一大生産地です。



平成9年に『やまなし「山の日」』を定め、山の魅力や恩恵を周知する啓発活動を展開しています。平成28年からの『やまなしで過ごす「山の日」』でさらに活動を充実させ、様々な事業を実施してきました。本大会では20年に及ぶこれら取組を活かしたいと考えています。

豊かな山や森林の恩恵で生きる山梨という開催地の特徴や良さを最大限に活かし、山梨らしい大会を展開します。本県には南アルプスユネスコエコパークがありますが、甲武信ユネスコエコパーク登録実現に向けた取組を紹介し、平成15年4月にFSC森林管理認証を取得し、県内には管理認証材を使用した家具等製造企業があり、本大会を機に触れていただきたいと思ひます。「やまなし森づくりコミッション」や森林セラピー基地等のほか、国産ミネラルウォーター発祥の地であり、その生産量は日本一です。国内屈指の名峰と豊かな森林が育む名水あふれる山梨県は、まさに天に選ばれし名水の地です。

記念式典では登山の山だけではなく、開催地の特徴・良さを最大限に活かし、山梨らしいプログラムを展開したいと思ひます。記念式典後のトークショーは、山梨県ゆかりの登山家に県内の山について語っていただくプログラムを考えています。

■パート3

第3回「山の日」記念全国大会を契機とした地域振興の推進

鳥取県生活環境部「山の日」大会推進課 課長 郡 浩光

大山は昨年が開山1300年という節目の年で、これに合わせて第3回「山の日」記念全国大会を行いました。大山は自然保護憲章発祥の地としても知られ、長年にわたる自然保護活動を再認識し資源の保全を一層進めるための大山環境宣言も採択されました。このような場所で大会を開催しました。

大会を大山開山1300年祭の中核イベントとして位置づけ、8月8日・9日に伯耆国「大山開山1300年祭」記念式典、10日・11日に第3回「山の日」記念全国大会 in 鳥取を開催しました。歴史、文化、環境、自然という多方面にわたる大山の魅力を集約し、国内外へ発信できました。

8月10日記念登山・夜のレセプション、11日記念式典・トークセッションのほか、会場周辺では歓迎フェスティバル（森の恵み感謝祭・里の恵み感謝祭）を開催しました。ブナの森から流れるミネラル豊富な水が大地を潤し豊かな農作物や海の幸を育むことから、大山と米子を会場にしました。記念式典の最後には、自然保護憲章・大山環境宣言を踏まえ、「とっとり大山『山の日』憲章」を子供たちによって発表しました。

本県の歴史・文化・環境・自然保護活動、それがもたらす恵みや魅力は今後も継続します。将来に向かって磨き上げ、新たな魅力を積み上げていきます。安心安全に山に親しむ方策としては、国の満喫プロジェクトを活用し整備を行います。民間団体の取組も活発で、ウォーキングを軸に県内の自然を満喫する取組を実践しています。人材も重要で、農林水産業の若手人材育成を進めます。海の幸・陸の幸のブランド化にも力を入れます。鳥取県は、暮らしやすさは全国トップクラスという評価をいただいております。大会を契機として、県内外の方々に本県の自然環境を楽しんでいただきたいと思ひます。



■パート3

地域おこし協力隊による地域振興の現場では

松江市産業経済部定住企業立地推進課地域資源活用コーディネーター 福島 紀子

鹿児島県鹿児島市出身、前職はサービス業、趣味は登山やマラソンです。地域おこし協力隊としてのミッションは地域を元気にすることで、任期は3年、2017年から働いています。主に松江市民の健康寿命延伸に取り組み、市内各地でウォーキングやトレッキングイベントなどを定期開催しています。

松江市は車社会で、子育て世代（30代～40代）、働き世代壮年期（30～65歳）の運動不足が医療費を圧迫し、生活習慣病の原因の1つになっています。豊富な地域資源の魅力や情報を発信できていないことも課題



の1つです。

松江市東出雲町上意東地区で開催したイベントを紹介します。上意東地区（人口376人、高齢者が149人、高齢化率39.6%）の課題は人口減少や少子高齢化です。しかし、住民のポテンシャルが高く、町に誇りと愛着を持ち、町の魅力発信に熱心です。上意東地区22軒のうち16軒は干し柿農家で「西条柿」を出荷しています。もう1つの地域資源は京羅木山（標高437m）です。

地域団体や地元有志と「歩いて健康、登って元気実行委員会」を立ち上げ、山の日アンバサダー・貫田宗男さんを招いてのイベントを実施しました。定員を上回る150名以上の応募で、定員を増やし対応しました。京羅木山登山には3都道府県93名が参加し、登山中は干し柿やお茶が振る舞われ、下山後は物販会場で地元産品の販売が行われました。講演会には約150名が参加し、大盛況で無事にイベントを終えました。上意東地区住民は町に一層の誇りを持ち、やる気を出しています。

私は2019年度が最後の任期となります。今後も車社会の松江市で自主的に歩く人たちを増やす方策を考え、松江市民の健康寿命延伸に最善を尽くしたいと思います。

■パート3

逆転の発想による都市と農村の交流 ～「にぎやかな過疎」を目指して～

鋸南町総務企画課 主任主事 金木 拓也

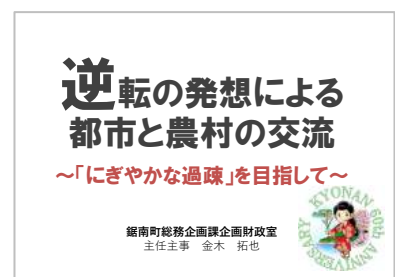
千葉県南西部に位置する鋸南町は過疎化・高齢化の先進地です。一方、豊かな自然に魅力を感じて移住する方も多く、移住者と地域住民、移住者相互の交流によるにぎやかさがあり、「にぎやかな過疎」を目指した町づくりを展開していきたいです。

逆転の発想から生まれた本町の取組を紹介します。廃校活用として平成27年12月「都市交流施設・道の駅 保田小学校」がオープンしました。宿泊施設併設のユニークな道の駅です。廃校活用のモデルケース、地方創生の優良事例として国内外から注目を集めています。

本町では有害鳥獣が増加し、獣害による耕作放棄地増大も深刻です。捕獲従事者の高齢化や担い手不足懸念もあります。問題解決策として、逆転の発想で平成27年度から都市住民との協働による狩猟エコツアーを開催しています。近年エコツーリズムが注目されますが、自然環境保全のために地域・都市住民に地域資源の価値を認識してもらい、地域振興につなげたいと考えます。終局的な目標は移住・定住です。

本町の面積1/3は地滑り防止区域指定ですが、この田んぼで取れたコメはおいしいといわれます。そこで「地滑り米」を商標登録しブランド化しました。また、地域おこし協力隊制度を昨年度から活用し、よそ者の視点で地域活性化の提案をいただいています。よそ者の視点の活用としては法政大等5大学と協働で地域活性化を目指す域学連携取組を進めています。

近年、都市と農村を人々が行き交う田園回帰が注目されています。狩猟エコツアー参加者の高い関心、移住者のクリエイティブな活動をみれば、「にぎやかな過疎」に転じることは可能です。これまでの取組で得た人々との結びつきを強化し、さらなる地方創生の展開に努め、「保田小学校」を拠点に経済効果を町内全域に波及させ、問題解決につなげたいと思います。



■パート3

パネルディスカッション

進行 一般財団法人自然公園財団上高地支部所長 加藤銀次郎（全国山の日協議会監事）

加藤： 地域で活躍する4名の方々に地域振興における取組を発表いただきました。

山梨県の金丸さん、第4回「山の日」記念全国大会開催を機に、8月8日『やまなし「山の日」』は今後どのように展開していきますか。

金丸： これまでの20年以上にわたる活動をベースに引き続き各種事業を展開しますが、大会を契機に

全国の山梨ファンに本県を訪れていただくような活動にしていきたいと考えます。大会が一過性で終わらぬよう、PRも含め大会を盛り上げたいと思います。

また、『やまなしで過ごす「山の日」』の普及啓発も引き続き務めます。

山梨は新宿から特急で1時間半です。資源豊富な山梨に来てください。

加藤：鳥取県の郡さん、第3回「山の日」記念全国大会の効果はすぐに現れないと思いますが、皆さんの素晴らしい地域資源を活かして、今後は具体的にどのようなところに力を注いでいきますか。

郡：行政としては単年度予算の縛りや近隣県とのエリアの縛りがあります。環境保護などの取組は、行政だけでなく民間の活動の成果があつての今、と考えます。大会では胸を張って発表できる内容でした。3回目にして初めて海に面した県での開催となり、大会では山や海の恵みを取りまとめて発表しました。良い機会を与えていただきました。

地域資源のキーワードは、星、カニ、砂丘、梨、そしてアクティビティーとして登山、スキー、海水浴、トライアスロン、その他には鬼太郎や名探偵コナンの作者は鳥取県出身です。ほかにトレイル、サイクリング、地図サミット。これらのキーワードを一つひとつ磨き上げて、胸張って自慢できる鳥取県にしていくことが責務と考えています。

自然を実際に肌で感じていただき、日本の良さを味わっていただきたい。これは「山の日」の制定趣旨でもあり、我々田舎の強みでもあります。



加藤：松江市の福島さん、地域おこし協力隊に参加したい方へアドバイスと、行政への希望や改善があればお話しいただけますか。

福島：地域おこし協力隊は色々な経験やチャレンジができる素晴らしい制度です。アドバイスは、恐れずにチャレンジをしていただきたいということです。

行政への希望・改善点については、他県の協力隊からは大変だとか悩みがあるという話も聞きますが、松江市の地域おこし協力隊は行政のサポートがしっかりしており、大変恵まれています。協力隊卒業後の定住率は100%です。

加藤：鋸南町の金木さん、逆転の発想を思い立った理由やきっかけを教えてください。

金木：保田地区の創立120年という歴史ある小学校が少子化の影響で1つにしなければならないというなかで、地域の核となる小学校がなくなるという地域住民の強い危機感と要望がありました。これを都市交流施設「道の駅保田小学校」へ転換しました。

狩猟エコツアーについても、農家の方や一般住民の方にもイノシシ等の被害が及び、行政と地域が一体となり対策を進めていこうという強い情熱から生まれました。

鋸南町は東京から車で80分程度という好立地な場所です。狩猟エコツアーや道の駅保田小学校に来てください。ふるさと納税でもお力添えをいただければありがたいです。

加藤：地域や行政それぞれのお立場から地域振興のための取組や現状、課題、そしてPRをいただきました。

地域振興の決め手はなにかという議論がありますが、それぞれのお話を伺い、資源の良し悪しや内容ではなく、関わる人の熱意や工夫、つまり人の力が一番大きな力になるのではないかと感じました。

全国山の日協議会はこれからも継続して、山と自然を活かした地域振興や定住・移住促進が進むように、企業や地域や行政のコーディネーター役を担い、様々な事業展開をしていきます。山と自然と共に生きる人たちや地域を応援し、日本や山が元気になるようにこれからも頑張ります。

パート4 山と自然に親しむ 私たちの生き方

■パート4

南アルプスで山小屋をはじめました！

山の日アンバサダー 登山家 花谷 泰広

2017年に山小屋（甲斐駒ヶ岳七丈小屋）を始めました。ここは北杜市、つまり行政の建物です。僕は指定管理者です。小屋主は北杜市、僕はプロデューサーみたいなものです。

山小屋は僕の手段です。北杜市には甲斐駒、八ヶ岳の赤岳、瑞牆山、秩父の金峰山があり、恵まれたフィールドです。ガイドになってすぐに北杜市に移住しました。僕の仕事は市内で完結すると思いましたが、ここで完



結できないガイドは無能だとも思いました。このフィールドにもっと多くの人に来てもらい、関心を持ってもらうことが目的です。僕はよそ者ですが、この山小屋は市の施設なので、僕が入れば行政を巻き込んで色々なことができます。大きな山の一軒宿で、国立公園の中の施設です。競争相手はいないし、しかも山は甲斐駒ヶ岳です。うまく行かないわけがない。実際にうまく行っています。

甲斐駒には里山の文化があり、山岳信仰があり、アルピニズムがあります。この3要素が揃う山は日本中を探してもほとんどありません。剣岳に匹敵する存在だと思います。こういう所をどうプロモーションしていくか。ここは山が人を選びます。誰もが来ることができる場所ではありません。僕は山のハードルを低くしようとは思いませんが、来るハードルは下げたいです。去年、旅行会社の免許を取り、乗り合いタクシーを仕立てるセットプランを発売しています。僕には山小屋の常識が全くないからこそアイデアが浮かびます。

黒戸尾根は間違いなく素晴らしいです。自信を持ってお勧めしますが、甘くはない。最終的にはこのエリアに来る人が増えてほしいと思います。茅ヶ岳に登り、瑞牆山に登り、八ヶ岳に登り、そしてようやく甲斐駒に登るといのように、ステップアップができるエリアです。首都圏から日帰りもできますが、1泊2日すればもっと楽しめます。ぜひ遊びに来てください。

■パート4

地域振興も考えつつ、猟師になってみました！

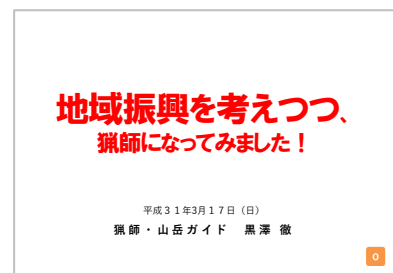
猟師 山岳ガイド 黒澤 徹

大学は社会学部所属の文化人類学(狩猟採集民族等の調査など)専攻、山岳部でした。登山関係の旅行会社に勤務しましたが、狩猟や山などと密接に関わる生き方を無意識に求めたのかもしれない。現在、千葉県鋸南町で獣害対策支援を行い、野生動物による人間社会への被害軽減というミッションを担います。環境整備や被害防除、捕獲とあわせて「狩猟エコツアー」として獣の解体・けもの道トレッキング・ジビエ料理等のワークショップ等を実施しています。

鋸南町の野生動物捕獲数は平成29年度約1,300頭、1平方kmあたり30頭以上の捕獲です。このような行政区は国内では他に例を見ません。多様な狩猟活動は行われていますが、捕獲従事者は減少傾向、担い手が不足しています。総務省によると過疎地域の人口は全国の10%未満ですが、市町村数で半数、国土面積で6割を占めます。この広大なエリアを限られた農家さんだけで獣害対策をすることは困難です。

狩猟には色々種類(わな猟や銃猟など)がありますが、僕は巻き狩りも行います。猟犬と里山を歩き、猟をします。登山では道迷いの典型のような獣道(けものみち)を利用し、獣が通った跡を観察・利用して銃で仕留めます。地形の判断・把握は登山同様ですが、目的は登頂ではありません。獲物の都合による行動となり、自然環境へのまなざしは変わります。登山のような合理性を踏まえることは困難です。捕獲後の対処も重労働です。

捕獲は残酷だという人もいます。止め刺しをして命をいただく行為は今でも慣れません。感覚が麻痺してしまうほうが不自然だと思います。お肉も野菜も食べ物は全て生き物です。命をいただいて自分の命をつなぐということを現場でリアルに感じます。これは子供の教育にも必要な観点です。野生動物と人間の共存を考える子供向けプログラムも開催します。答えはないが、問題提起し考えさせる機会になります。都会か田舎かという対立構造ではなく、都会の人をうまく巻き込んで活動を広げたいと思います。スーパーに並ぶ農作物の裏には農家さんの野生動物との戦いがあることをご理解ください。ぜひ、豊かな里山にも足を運んでいただき、現場に触れてください。



■パート4

山と自然 私のアウトドアスタイル

山の日アンバサダー アウトドアスタイル・クリエイター 四角 友里

講演活動や執筆、アウトドアウェアやギアの企画をしています。インドア家で育ち、運動音痴で体力なく高所恐怖症でしたが、学生時代のキャンプでアウトドアとは何かをする行為ではなく感じる行為と知りました。自然に触れ心を動かすことは自分でもできます。山歩きのきっかけは2003年観光で訪れた長野県上高地でした。この景色の奥に行ってみたくらいと思い、観光地を1時間ずつ歩くことから始めました。

もう1つのきっかけは山スカートです。2004年ニュージーランドでのトレッキングで見たスカート姿によ

り、大好きな場所でこそ自分らしくありたいと思い、帰国後に色々なスカートを試してみると、足が開きやすく歩きやすい、トイレや着替えが楽なのです。ズボン一択ではなくスカートでのんびり楽しむ山があってもいいと思いました。山道具の選択肢の一つとして使い分けの知識を広めたいと思い、研究結果を企画書にし、活動を始めました。山登りに縁がなかった女性だからこそその発想でした。

全くの素人がスカートをツールに山の世界に飛び込みました。山の楽しみ方の価値観をスカートで変えたい。山の世界の間口を広げたい。なによりも「美しい自然に触れてもらいたい」という一心でした。スカートが流行りだすと一部で批判の声もあがりましたが、山を歩く女性たちの笑顔が何よりの説得力でした。私のような普通の女性たちが山ガールブームをつくったのです。その結果、ズボンを含めた女性用ウェアは使いやすく向上し、選択肢、多様性も広がりました。

山の中では誰の一步も平等です。山を歩くことで、自然や人、新しい世界、そして自分自身とつながることができます。それぞれが山との自分らしい付き合い方を見つけてください。自然はいつもすぐそばにあることを感じながら生きていきたいと思います。



パート5 山と自然に親しむ 子供たちを大自然でたくましく！

■パート5

いざヒマラヤ、家族でGO！

山の日アンバサダー アルピニスト 野口 健
全国山の日協議会運営委員 藤村 健

藤村： 野口健さんは山登り以外に震災の復興活動、シェルパの遺児への活動、ヒマラヤで学校建設、植林活動、沖縄での戦没者遺骨収集活動など色々な活動をされています。

環境学校のきっかけを教えてください。

野口： 富士山のゴミ拾いを始めた当時はゴミがすごくありました。自分たちだけでは解決できません。子供と一緒に現場に行くと動いてくれるし、良い感性を持っています。活動は続くので仲間を広げたいと思い、始めたのが環境学校です。

環境学校をやって自然体験が全くない子が多いことがわかりました。そういう子は生命のピンチが来たときに完全にフリーズしてしまいます。環境問題をやると思って始めた環境学校でしたが、自然体験の中で生命のプチピンチを体験させる要素も取り入れています。

藤村： 野口健さんは以前、長野県小諸市で環境大使をしていました。野口健さんが発案し、子供たちと一緒に里山で間伐をしました。ツキノワグマが畑を荒らすのは、食べ物がなく、動物と人間との境界線がないからだということで間伐をしました。

野口： 名前だけの環境大使ではつまらない。小学校5・6年生で森づくりができれば意味があると思いました。日本には環境教育の材料はいくらでもあります。特に地方の学校の裏には多くの里山があります。里山を使わない手はないです。

かつては里山を活用していたが放置して置きました。放置して起きた問題です。里山を森林再生だけのためにやるとコストはかかるし続きません。学校教育の中で里山を使うといいと思います。

藤村： 岡山県総社市では環境観光大使として河川敷清掃をされています。

野口： 年に1カ所ずつ学校を回り、授業の中で長野県小諸と同じようなことをしています。

藤村： 野口健さんは娘さんにも現場を見せています。

野口： 僕の環境学校に娘を参加させました。娘は縦走にも連れていきます。今は中3です。一昨年冬に八ヶ岳の天狗岳山頂へ行きました。実は小学校5年生の頃に1度挑戦しました。登山口で-17℃、吹雪いていました。無理だと思いましたが、樹林帯を抜けたところの山小屋までは行けます。でも、娘には言いませんでした。娘は「この吹雪の中に行くのか」と。

樹林帯を抜けて山小屋に着き、「下りよう」と言ったら、娘はびっくりしていました。「下りる。ここまではしていい無理だ。無理というのはしていい無理



としてはいけない無理がある。ここから先はしてはいけない無理だ」と説明しました。「僕とまた山へ行くか？」と聞いたら、「行くなって決まっていますよ」と。さらに合宿を続け、訓練を積み、2年後に天狗岳登頂をしました。

娘がキリマンジャロに行きたいと言いました。難しい山ではないが標高が高いため、キリマンジャロに向けての合宿を始め、年末年始にエベレスト街道へ行きました。5,000m級の山を2つ連続して登りましたが、ケロツとしていました。高山病は若干かかったようですが、3,500~3,600mの山を登り、高所順応は徹底してトレーニングしてきました。

僕はもっと親子登山を増やすべきだと思います。ボーイスカウトでもキャンプでも海でもいいので、一緒にアウトドアをしてください。特殊な世界だし、異空間だし、家より山や自然の中の方が親子の会話は膨らみます。

藤村： 家族で金時山登山をしたのですが、息子は「また山に行きたい」と言っています。こういう低い山から挑戦をしていきたいです。

野口： 里山も山です。環境学校を途中でスパルタに変えましたが、自然体験でプチピンチを経験します。特に今は災害が多い。日本は地震大国で、豪雨災害も増えるでしょう。最初の3日ないし5日をどう自力で生き延びるか。アウトドア体験の有無がその3日間を左右すると思います。

何か大きな災害があると災害グッズが売れますが、道具は自分で身につけないと意味がありません。だ



から災害のためではなく、楽しむためにテントや寝袋を買きましょう。それが自分の生命を助けることにつながります。

エベレスト街道に日本人は来ますが、今は50歳以上です。それが悪いという話ではありません。問題は若い人がいないことです。西洋人のトレッカーはエベレストのベースキャンプに小学生を連れてきたり、ファミリー登山でキリマンジャロに来たりします。旅をすれば好奇心が出てくるし、そこから広がっていきます。親の役割の1つはきっかけづくりだと思います。

藤村： 今の子供たちはネットで何でも見ることができます。行った気にもなれます。机上で仕事をしていると、実際に災害が起きた際に何もできないのです。実体験は必要です。野口健さんはずっとフィールドで仕事をされています。現場での体験を重視しているということは素晴らしいと思います。

■パート5

山と自然に親しむ人々への安心サプリメント

味の素株式会社 スポーツニュートリション部 工藤 剛

山には何かしらの食べ物を持って行くと思いますが、おにぎりやチョコレートなどエネルギー源ばかりになっていませんか。人間の体を動かすためにはタンパク質が必要です。運動をすると筋肉が分解されて失われます。筋肉量は動けば動くほど減ります。運動後の尿は茶色になりますが、これは壊れた筋肉が尿として出ているのです。つまり、タンパク質を補わなければいけません。肉や魚を食べてもいいのですが、消化に3~4時間掛かかります。山の上で「今、タンパク質が必要だ」というときに調理しても間に合わない。手っ取り早く必要な分だけとりたい場合には、タンパク質の元になるアミノ酸サプリメントがあります。

タンパク質は数十万個のアミノ酸が結合してできています。吸収できる最小単位のものがアミノ酸で、アミノ酸サプリメントは大体20~30分で血管を通り筋肉をつくります。これを飲んだからといって自分の力量以上の山に登っていいわけではありません。無理してもらわないためのものではなく、安全のために装備していただくものです。

事故の原因となる転倒ふらつきは筋肉のダメージが原因です。そのダメージを少し防ぐことができます。帰りは体が損傷しているので、行きほどのパフォーマンスはできません。折返しの上などアミノ酸サプリメントで補ってください。安全のためにアミノ酸をとって、足が丈夫な状態で帰ってください。帰ったらすぐに飲むと次の日が楽になります。縦走では寝る前にとりましょう。皆さんはヒマラヤに行かないと思いますが、特に激しい山に行くときは食事のバランスが崩れるので、こういったもので補うことをお勧めします。

パート 6 山と自然に親しみ その恩恵に感謝する

■パート 6

あいさつ 環境省自然環境局国立公園課 課長 中尾 文子

環境省では東日本大震災からの復興に資するため、三陸復興国立公園を核とする様々なプロジェクトを進めており、そのプロジェクトの1つとして、平成25年より青森県八戸市蕪島から福島県相馬市松川浦までのおよそ900キロを超えるロングトレイル「みちのく潮風トレイル」に取り組んでいます。なすびさんには、このみちのく潮風トレイルを自らの足で踏破いただき、本トレイルの普及啓発に多大なるご尽力をいただきました。なすびさんの活躍をみてこのトレイルを知った方も多いと思います。

みちのく潮風トレイルは、来る6月9日に全線開通を迎え、当日は宮城県名取市において全線開通記念式典が開催されます。これは、なすびさんをはじめ、路線設定や普及啓発と一緒に汗を流していただいた関係者、トレイルを訪れていただいた利用者のご協力のたまものです。

ロングトレイルは国内のみならず、海外のお客様にも人気があり、環境省では、みちのく潮風トレイルをはじめ、日本の国立公園が世界中の人たちの憧れの旅先となるよう、世界水準のナショナルパークを目指し、国立公園満喫プロジェクトにも取り組んでいます。そうした取組を含めて、ここにお集まりの皆さんとともに、日本の自然の素晴らしさを国内外に広め、その素晴らしさを後世に引き継いでまいりたいと考えております。海外のお子さまだけでなく、日本のお子さまたちにもぜひ訪れていただきたいところです。

環境省としては引き続き、みちのく潮風トレイルや国立公園などの活動を通じて、山に親しむ機会を得て山の恩恵に感謝するという「山の日」の意義に広く触れていただける機会の提供に尽力してまいります。

■パート 6

なすびのヒマラヤ生活、そして福島支援とみちのく潮風トレイル

山の日アンバサダー 俳優 なすび

私は4年間エベレストに挑戦し、3度失敗し4度目の挑戦で登頂できました。なぜエベレスト挑戦を思いついたのか。点が線になっていくきっかけはいくつかあります。生まれも育ちも福島県で、ふるさと福島が好きです。2011年3月11日東日本大震災後にボランティア等をしたが、お金やモノではない復興応援があってもいいのではないだろうか。1998～99年にかけて「懸賞生活」をやり、その時の経験を活かせる応援の形として、当時、日本全国の方が私の事を応援してくれていましたので、私が何か新たな挑戦をすることで、私に向けられる応援の声の行きつく先を最終的に福島・東北にしたいと思いました。

2011年8月、鎮魂と復興再生を願う旅で四国八十八箇所お遍路をした際に、山登りに向いているといわれ、これがきっかけとなりエベレスト登頂を目指すようになりました。僕の挑戦を通して福島や東北に目を向けてもらいたいと思いました。

2012年冬に角谷道弘さんと初登山し、2012年秋に近藤謙司さんの会社でマナスルに登山隊を出すということで、テストでベースキャンプへ行きマネージャーをしました。2013年初挑戦は自分の酸素残量不足、天候の悪化で断念。2014年2度目の挑戦は大きな雪崩事故が起きて中止。3度目の2015年は4月25日にネパール地震が起きました。

環境省の依頼で2015年年末から4カ月かけてみちのく潮風トレイル全線を歩きました。真冬にもかかわらず、被災地の多くの方から「エベレスト挑戦を諦めないでほしい」と言われ、僕がエベレスト登頂できれば、福島だけではなく、岩手、宮城、東北の皆さんにも元気と勇気、夢と希望をお届けできます。東北の皆さんの温かさが後押しとなり、前進する力となり、2016年4度目の挑戦でエベレスト登頂ができたのです。

エベレスト登頂の2016年から田部井淳子さんが立ち上げた、東北の高校生たちの富士登山プロジェクトにサポートとして参加しています。高校生たちは登山前後で顔つきが変わり、その成長にびっくりします。苦手なことに挑戦することで学ぶことや得られるものがたくさんあります。子供たちや若い世代も、山や自然を通して学びや教訓を得てほしいと思います。



■パート 6

ネパール震災支援の報告

山の日アンバサダー 俳優 なすび
山の日アンバサダー 伊藤 伴
山の日アンバサダー 近藤 謙司



近藤： 3 キロ先で雪崩が起きました。雪崩を発見してから当たるまでが8秒。雪崩は僕の計算で時速180キロ。19~20人位が亡くなり、150人位がけがをしました。

なすび： 僕は近藤さんの後について逃げました。ちょっとしたくぼみがありました。今回、エベレストのベースキャンプでは窒息で亡くなった方はいません。

近藤： 上に見えているオレンジの色のテントが僕らのチームで、あの丘から駆け下りて、祭壇の裏に6人ぐらいでうずくまりました。その上を爆風が通過したのです。テントに残されてしまった方が爆風でテントごと100mとか飛んでしまい、亡くなりました。10階建てのビルから飛び降りるのと同じぐらいです

亡くなった方は脳挫傷とか頸椎損傷とか出血多量でした。生き残った僕らはレスキューが始めましたが、高度順応ができていませんでした。

なすび： ベースキャンプに着いて2日目でした。

近藤： 相当つらい中でみんな頑張りました。

なすび： 僕らは飛ばされたものを拾ったりするくらいしかできません。

伊藤： メンバーで元気な人が救助しました。6人で1人を運ぶが、3人も運ぶとその後2日ぐらい寝込んでしまう。すごく体に負荷が掛かる救助でした。

近藤： ネパールの震災報告はこのパート終了後に2階オープンスペースのステージで追加講演をします。僕らの「しゃくなげの花プロジェクト」の活動報告もします。

なすび： 福島県の県花はシャクナゲです。ネパールの国花もシャクナゲです。同じ被災地同士ということで僕を介して支援を続けています。

パート 7 山と自然に親しむ ロングトレイル シンポジウム

■パート 7

山陰地域のロングトレイルの紹介と課題

特定非営利活動法人未来 理事長 岸田 寛昭

一昨日、鳥取県でロングトレイルのシンポジウム「とっとり横断ロングトレイルシンポジウム」が開催され、主催は鳥取県、私ども特定非営利活動法人未来が運営をしました。県内を一筆書きのように歩こうということでロングトレイルのコースが出来上がりました。1つの県でロングトレイルのコースができたのは鳥取県が全国で最初かもしれません。

私たちは19年前に未来ウオークを立ち上げました。小学校PTA会長の仲間が集まり、「子供たちに自分の町は何もないと言われたくない」「自分の町を歩けばいろんな発見ができるようにしましょう」ということで立ち上げたのです。子供は未来ということで「未来ウオーク」という名前にし、大会を立ち上げました。NPO法人未来では色々な事業をしています。ウォーキングだけでなく、まちづくり事業、教育、福祉などを展開しています。

山陰地域を紹介します。出雲大社があり、縁ある地域ということで「縁の道」として発信しています。12のエリアに分け、それぞれにスポットがあります。鳥取県には歴史的な街並み、伝統文化、温泉地があり、食も有名ですし、いろんな体験もできます。トレイルのコースを少しずつ広げて、山陰ジオパークトレイル、伯耆国ロングトレイル、中国自然歩道がつながり、県内を横断する1本の道が出来上がりました。県内の優れた景勝地や名所を結ぶロングトレイルです。しかし、実質的にはこれから広げていかないとはいけません。



歩く旅によって人と町が元気なればいいと思います。それを伝えることができるようなロングトレイルにしていきたいです。

■パート7

世界のロングトレイルを旅して

ロングディスタンスハイカー 宇部佑一郎



2年間かけて世界のトレイルを旅した一ハイカーとしてロングトレイルの魅力をお伝えします。ロングトレイルには、衣食住を背負って歩く自由度の高いロングトレイル、旧市街地を渡り歩きながら文化を学ぶロングトレイル、地域の生活圏内に溶け込むロングトレイルがあります。

アメリカのロングトレイルを半年近くかけて歩き、その後中南米を歩き、ヨーロッパに渡りスペインの巡礼路などを歩き、東南アジアへ。ネパールのエベレスト街道周辺等を歩き、最後にニュージーランドを歩き、帰国しました。

ロングトレイルの魅力は、1) わからないことを知っていく面白さ、2) 誰にでもできるけど自分だけの物語が描けることです。1つのロングトレイルで多くの人と出会い、ドラマが存在します。絶景はその場所へ行けば誰でも見ることはできますが、ロングトレイルには地域住民やハイカーとの出会いという要素が大きく存在します。

歩き終えて、一生の財産ができ、自分のことを知ることができました。自分がどうありたいか、どういうことに自分の時間を使いたいかを知ることができました。そして、誰かのためにという奉仕の心を持つことが幸福感につながることに気づきました。現在は地元の町役場で働いています。海外で学んだハイキングカルチャーは、子供の社会教育・高齢者の健康促進・地域活性化など、いろんな角度で携わることができます。

ロングトレイルには、誰でも挑戦ができ、自分だけの物語が描けるというすてきな時間があります。ご来場の皆さんには「こういう山旅もある」という選択肢を持ち帰っていただき、一緒にロングトレイルの世界を盛り上げていければと思っています。

■パート7

日本各地のロングトレイルからジャパントレイルへ

特定非営利活動法人日本ロングトレイル協会 事務局長 村田 浩道

国内のロングトレイルの状況と今後の発展について紹介します。日本ロングトレイル協会には24団体が加入しており、北海道の北根室ランチウエイから九州の国東半島ロングトレイルまで、日本全国にロングトレイルがあります。

ロングトレイルとは、編み目のようにある道のA地点からB地点までの歩きやすい道をトレースし、このトレースしたルートを固有のロングトレイルとしての認識を共有するもので、遊び方はたくさんあります。スルーハイク、自分を見つめる旅、新しい自分にチャレンジする旅の道、青少年の自然体験機会創出。距離の定義はありませんが、スルーハイクに3日以上かかることが適当な距離と捉えています。自然豊かなルート、春夏秋冬歩くことができ、楽しみが持てることは非常に大事な部分です。地域に密着し、地域の観光活性、インバウンドに資することがトレイルとしての活用方法です。

北海道知床半島から九州開聞岳までをJAPAN TRAILとして、歩く旅の道をつなげようとしています。おそらく6,000キロとか7,000キロになるという長大な話です。日本ロングトレイル協会とジャパントレイルはスキームを分けています。主立った山々の中にあるすばらしい風景をトレースしながら歩ける道がいいだろうということで検討を重ねています。

ロングトレイルは国内のアウトドアの根底を変えるスキームになっていきます。国内のアウトドアで頭に浮かぶのはバーベキューです。オートキャンプも楽しいですが、そこから1歩、2歩踏み出し、家族や仲間とロングトレイルを歩いてもらいたいです。そういう思いをもってジャパントレイルをつなげていきたいです。



■パート7

パネルディスカッション

進行 特定非営利活動法人日本ロングトレイル協会 事務局長 村田 浩道

村田： 今回の山の日フォーラムの大きなテーマは「山と自然に親しむ機会を増やしていこう」です。ロングトレイルはどのように寄与できるのでしょうか。

岸田さんは2016年WTCはじめ色々な取組をされてきました。地域やスタッフの皆さんのトレイルに対する意識は変わりましたか？

岸田： 鳥取県は歩かない県で有名です。平井知事が鳥取県をウォーキング立県にしようと19市町村全てを歩く大会を実施し、流れができました。人が少ない町で、自然も残り、歩きやすいです。トレイルを進め、世界ウォーキング大会を鳥取に誘致し発信しました。

村田： 宇部さんは海外のトレイルを歩きましたが、国内トレイルに魅力を感じますか。

宇部： 国内トレイルはまだ歩いていません。自然もそうですが、食文化や歴史的背景を持つ城などは海外にはない魅力で、それらに可能性があります。

村田： 国内にはこれから長大なトレイルができます。ロングトレイルは日本のアウトドアシーンを変える可能性を秘めています。バーベキューマーケットではない日本のアウトドアをつくりたい。ロングトレイルには山と自然に親しむ機会がたくさん詰まっています。「山の日」の重要なコンテンツですが、これから課題点がたくさん出てくると思います。

宇部さん、若い世代に歩いてもらうにはどういった工夫が必要ですか。

宇部： 日本の社会は休みが取りにくいです。その中で長い道は受け入れられるのでしょうか。しかし、若い世代は働き方についてフレキシブルな考え方を持っています。魅力があれば、「この1年間ぐらい」とか「セクションハイキングで少し歩くだけでもいい」と思うでしょう。

村田： 宇部さんのような世代に、若い世代が集まるような仕掛けづくりをしてもらいたい。

岸田さん、つくる側として工夫や問題点はありますか。

岸田： 僕の息子は「できるだけ動画に、できるだけインスタに、そうでないと若いメンバーに伝わらない」といいます。若い世代への伝え方は違います。



ウォーキング大会「未来ウオーク」でも動画を作りました。

村田： 若い世代が増えたと実感しています。ただ歩くだけではなく、異なるカテゴリーと組み合わせたイベントをしています。例えば、インスタで映えるカメラの撮り方を教える、アウトドアクッキングと組み合わせるのです。共感できるものをトレイルの中でつくるといいのかもしれない。

岸田： 先週、温泉ガストロノミーウォーキングで地元の食材を食べて地元のお酒を飲みながら歩きました。地元発信で面白いと思いました。

村田： 私も一昨日まで鳥取でのフォーラムにいました。お酒がたくさん並び、ドラムカーズトレイルみたいでしたが、地域の食べ物に触れるというのも大きな魅力です。登山もそうですが、長い距離を歩く中で素晴らしいことは、コミュニケーションが濃くとれることです。地域との関わりがすごく深く持てます。個人的には山道を歩いていると考えがまとまります。

「山の日」を機会に、皆さんには自然にたくさん触れる時間を持っていただきたい。山だけではなく、川も海も行って行っていただきたい。これからは間違いなく「歩く旅」の時代がやってきます。

デジタルデトックスという言葉がありますが、現代は相当なデジタル時代で、そのカウンターカルチャーとして自然がピックアップされています。もう1つはスピード化と効率化で、これに対して歩くという旅がピックアップされています。どの時代にもカウンターカルチャーは必ず出てきます。これからは自然や歩く旅がクローズアップされます。皆さんのライフスタイルとしてロングトレイルが根づいていくことを期待しています。

出展ブース

■会場 秋葉原 UDX アキバスクエア（2階）出展ブースゾーン

ブース出展者 38の企業、団体、行政機関

- 株式会社 ICI 石井スポーツ（特設物販コーナー）
- イワタニ・プリムス株式会社
- 株式会社総合サービス（サニタクリーン）
- ミヤコススポーツ株式会社
- 株式会社イーシステム（山岳立体マップソフト 頂）
- 株式会社 finetrack
- ミレー・マウンテン・グループ・ジャパン株式会社
- 公益社団法人日本山岳会（健康登山と家族登山）
- 林野庁
- 環境省（国立公園 × エコツーリズム）
- 塩谷町（栃木県）
- 日清食品ホールディングス株式会社
- 味の素株式会社（アミノバイタル）
- 株式会社マツモトキヨシホールディングス
- 株式会社ゴールドウイン
- 第1回東京登ろう歩こうラリー
- 第4回全国「山の日」フォーラム 運営事務局
- 大分県自然保護推進室
- 鳥取県
（第3回「山の日」記念全国大会 in 鳥取開催県）
- 2019 第4回「山の日」記念全国大会 Yamanashi
実行委員会（開催地：山梨県）
- 栃木県
（第2回「山の日」記念全国大会 in 那須2017開催県）
- 南アルプス市 北岳山荘 広河原山荘 白根御池
小屋 長衛小屋
- 長野県 林務部
（第1回「山の日」記念全国大会開催県）
- 松本市（長野県）
- 一般財団法人自然公園財団（箱根ジオパーク）
- NPO 法人日本ロングトレイル協会
- トヨタ白川郷自然学校
（白川郷の自然を満喫できる宿泊施設）
- 日本費用補償少額短期保険株式会社
- 株式会社トラベルギャラリー（旅の本棚）
- 株式会社アトラストレック
- ミナト製薬株式会社
- 日本山岳救助機構(jRO)
- 株式会社カンセキ (WILD-1)
- 加藤電機株式会社
- NTT ドコモ
- AUTHENTIC JAPAN 株式会社（ココヘリ）
- 公益社団法人日本山岳ガイド協会
- 東京山岳ガイド協会

トークステージ

3月16日（土）プログラム

■ 11:30-12:00

東京山岳ガイド協会
安全で楽しい登山をするために
下越田 功 春木俊秀

■ 15:00-15:30

加賀谷はつみ
CD 販売サイン会
加賀谷はつみ（シンガーソングライター）

■ 12:30-13:00

株式会社 finetrack
登山の楽しみ方とリスクマネジメント
TOKYOBASE マネージャー
平川陽一郎（登山ガイドステージⅡ）

■ 15:30-16:00

イワタニ・プリムス株式会社
バックパックの選び方
高木律子（登山ガイドステージⅢ）
桜花（山登り大好き芸人）

■ 14:30-15:00

東京山岳ガイド協会
安全で楽しい登山をするために
下越田 功 春木俊秀

■ 16:00-16:30

第1回東京登ろう歩こうラリー
実歩証 登頂証明書 授与式

3月17日（日）プログラム

■ 11:30-12:00

東京山岳ガイド協会
安全で楽しい登山をするために
下越田 功 久保田伸子 今枝りか

■ 14:30-15:00

東京山岳ガイド協会
安全で楽しい登山をするために
下越田 功 久保田伸子 今枝りか

■ 13:00-13:30

四角友里
著者販売サイン会
四角友里（アウトドアスタイル・クリエイター）

■ 15:00-15:30

ネパール支援アンバサダー報告
近藤謙司 なすび 伊藤 伴

■ 13:30-14:00

株式会社 finetrack
登山の楽しみ方とリスクマネジメント
TOKYOBASE マネージャー
平川陽一郎（登山ガイドステージⅡ）

■ 15:30-16:00

イワタニ・プリムス株式会社
バックパックの選び方
高木律子（登山ガイドステージⅢ）
伊藤 伴（山の日アンバサダー）

東京登ろう歩こうラリー

- コース数 6コース（歩こうラリー4コース、登ろうラリー2コース）
- 参加者 100名
- 参加費 1,000円
- 参加賞 ゴールに到着した参加者には参加賞（サプリメント、インスタント食品、ビタミンDリンク、チョコレートなどの詰め合わせ）を授与した。
- 募集媒体 スポーツイベント申込サイト【モシコム】
- 企画協力 株式会社アールビーズ
- 広報協力 一般社団法人日本ウォーキング協会

歩こう東京！ 4コース

■ 1 3/16 西新宿エリア出発コース

開催日	2019年3月16日(土)
コース	西新宿エリア～市ヶ谷～飯田橋～御茶ノ水～秋葉原UDXビル（約9km）
スタート地点	都営大江戸線 都庁前駅 A4出口付近
スタート時間	10時～11時
ゴール地点	秋葉原UDXビル2階ゴールカウンター
ゴール時間	13時～16時（ゴールカウンター開設時間）

■ 2 3/16 自由に歩こうコース

開催日	2019年3月16日(土)
コース	参加者が決めた任意のコースで秋葉原UDXビルまで歩く。
スタート地点	参加者が計画した任意の地点
スタート時間	参加者が計画した任意の時間
ゴール地点	秋葉原UDXビル2階ゴールカウンター
ゴール時間	13時～16時（ゴールカウンター開設時間）

■ 3 3/17 芝公園エリア出発コース

開催日	2019年3月17日(日)
コース	芝公園エリア～日比谷公園～大手町～淡路町～秋葉原UDXビル（約6km）
スタート地点	都営三田線 芝公園駅 A4出口付近
スタート時間	10時～11時
ゴール地点	秋葉原UDXビル2階ゴールカウンター
ゴール時間	13時～16時（ゴールカウンター開設時間）

■ 4 3/17 自由に歩こうコース

開催日	2019年3月16日(土)
コース	参加者が決めた任意のコースで秋葉原UDXビルまで歩く。
スタート地点	参加者が計画した任意の地点
スタート時間	参加者が計画した任意の時間
ゴール地点	秋葉原UDXビル2階ゴールカウンター
ゴール時間	13時～16時（ゴールカウンター開設時間）

■5 3/16 山の日アンバサダーと高尾山に登ろうコース

開催日	2019年3月16日(土)
コース	京王線高尾山口駅からアウトドア経験豊かな山の日アンバサダーと一緒に高尾山に登り、下山後、電車で秋葉原UDXビルへ。
集合	京王線高尾山口駅改札口前 午前8時30分
スタート地点	京王線高尾山口駅改札口前
ゴール地点	秋葉原UDXビル2階ゴールカウンター

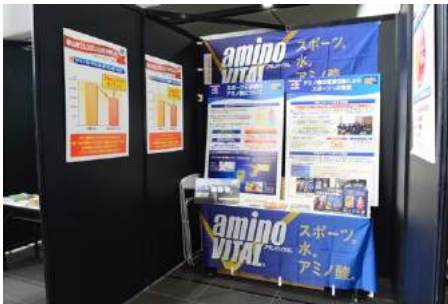
■6 プライベート首都圏近郊登山コース

参加申込済み日から2019年3月17日(日)までの期間のいずれかの日程で、首都圏近郊の山(※1)に登頂し、スマートフォンやデジタルカメラで頂上でのスナップ写真を撮影(※2)し、3月16日または17日の13時~16時の間に本フォーラム会場ゴールカウンターにゴールする。

※1 茨城の筑波山、千葉の鋸山、埼玉の日和田山、東京の高尾山・御岳山、神奈川の大山・仏果山・大野山・鎌倉アルプス・三浦アルプスなど。

※2 ゴールカウンターで撮影画像を確認。

資料







写真ページ予定

写真ページ予定



第4回

8月11日は、国民の祝日「山の日」

全国「山の日」フォーラム

みんなで山を考えよう! 2019

2019年 3月16日(土)・17日(日)

10:00~17:00 10:00~16:30

会場 秋葉原 UDX ほか



東京を登って歩いて
豪華プレゼントをもらおう!
※詳しくは裏面をご覧ください。

同時開催
東京登ろう歩こうラリー

出展ブース 会場/秋葉原 UDX 2F アキバスクエア

- | | |
|--|---|
| 株式会社IC 石井スポーツ
味の素株式会社
株式会社アトラストレック
イワタニ・プリムス株式会社
株式会社イーシステム
大分県
AUTHENTIC JAPAN 株式会社
加藤電機株式会社
環境省
株式会社カンセキ WILD-1
株式会社ゴールドワイン
塩谷町
一般財団法人自然公園財団 箱根支部
株式会社総合サービス
株式会社ドコモ CS
東京山岳ガイド協会
栃木県
鳥取県
トヨタ白川郷自然学校 | 株式会社トラベルギャラリー
長野県
日清食品ホールディングス株式会社
公益社団法人日本山岳会
公益社団法人日本山岳ガイド協会
日本山岳救助機構合同会社
日本費用補償少額短期保険株式会社
特定非営利活動法人日本ロングトレイル協会
株式会社 finetrack
株式会社マツモトキヨシホールディングス
松本市
ミナト製菓株式会社
南アルプス市 / 山梨県 北岳山荘 / 広河原山荘 / 白根御池小屋 / 長瀬小屋
ミレー・マウンテン・グループ・ジャパン株式会社
ミヤコススポーツ株式会社
山梨県
林野庁
ほか |
|--|---|

Special SALE! BIG CHANGE!



Mr. 石井スポーツ
山の日フォーラム
特別販売!

会場だけの特別価格をはじめ
お得にブランドアイテムを
ゲットするチャンスです。
ぜひ会場に足をお運びください。

- 販売予定ブランド
- グー・スフェイス
- ミレー
- ヘリーハンセン
- マウンテンハードウェア
- フォックスファイヤー
- マウンテンイクイップメント
- マムート

- テルヌア
- サロモン
- アウ
- その他
- 多数のブランドアイテムを予定。
- ※販売ブランドは変わる場合があります。

私たちも全国「山の日」フォーラムを応援しています!

山の日アンバサダー



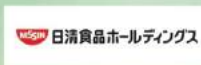
●第4回 全国「山の日」フォーラム

主催 第4回全国「山の日」フォーラム実行委員会

構成団体/一般財団法人全国山の日協議会 警察庁 消防庁 文部科学省 スポーツ庁 林野庁 国土交通省 観光庁 環境省 長野県 栃木県 山梨県

後援 鳥取県 朝日新聞社 産経新聞社 日本経済新聞社 毎日新聞社 山梨日日新聞社 山梨放送 公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会 公益社団法人日本山岳会
公益社団法人日本山岳ガイド協会 日本勤労者山岳連盟 静岡大学山岳科学教育プログラム 信州大学山岳科学教育プログラム
筑波大学山岳科学学位プログラム 山梨大学山岳科学特別教育プログラム

●一般財団法人全国山の日協議会 オフィシャルパートナー



日清食品ホールディングス株式会社



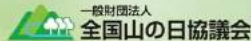
株式会社ゴールドワイン



株式会社マツモトキヨシホールディングス



味の素株式会社



全国山の日協議会

●お問い合わせ 一般財団法人全国山の日協議会 TEL 03-6457-4522 メール forum@yamanohi.net http://yamanohi.net

第4回 全国「山の日」フォーラム

第1回 東京 登ろう 歩こう ラリー

参加費 1,000円 事前のお申し込みが必要となります。

登ろう 歩こう **豪華プレゼント**
をゲットしよう!

参加方法

- 1 右の6つのコースから参加したいコースを選ぼう!
- 2 コースを決めたら申込サイトへ。参加手続きをしてください。申し込み受付中!
- 3 それぞれのコース、所定の日時にルートを、登ろう! 歩こう!
- 4 終了したら秋葉原の全国「山の日」フォーラムの会場へ。
- 5 会場の「東京 登ろう 歩こう ラリー」ブースで抽選! プーズで抽選! 豪華景品がもらえます!

全コースとも事前のお申し込みが必要になります。詳細は「モシコム」(https://moshicom.com/25033)「東京登ろう 歩こう ラリー」をご覧ください。

申込サイト
<https://moshicom.com/25033>



歩こう
コース
1

西新宿エリア出発コース 約9km

実施日: 2019年3月16日

スタート / 西新宿 市ヶ谷 飯田橋 御茶ノ水 ゴール / 秋葉原

都営大江戸線 都庁前駅 A4出口付近に集合! ゴールは秋葉原・全国「山の日」フォーラム会場!

歩こう
コース
2

自由に歩こうコース

実施日: 2019年3月16日

ご自身で決めた任意のコースで秋葉原のUDXビルを目指して歩こう!

歩こう
コース
3

芝公園エリア出発コース 約6km

実施日: 2019年3月17日

スタート / 芝公園 日比谷公園 大手町 淡路町 ゴール / 秋葉原

都営三田線 芝公園駅 A4出口付近に集合! ゴールは秋葉原・全国「山の日」フォーラム会場!

歩こう
コース
4

自由に歩こうコース

実施日: 2019年3月17日

ご自身で決めた任意のコースで秋葉原のUDXビルを目指して歩こう!

登ろう
コース
5

山の日アンバサダーと高尾山を登ろうコース

実施日: 2019年3月16日

京王線高尾山口駅からアウトドア経験豊かな山の日アンバサダー・伊藤 伴と一緒に高尾山に登って、下山後、電車で秋葉原のUDXビルへ。

登ろう
コース
6

プライベート首都圏近郊登山コース

実施日: お申込日から任意(フォーラム開催当日まで)

参加申込みを済ませた日から3月17日(日)までの期間のいずれかの日程で、首都圏近郊の山(※1)に登頂して、スマホやデジカメで頂上でのスナップ写真を撮影し、第4回「山の日」記念全国大会開催期間中に会場内のゴールカウンターにいらっしゃってください。

※1 茨城の筑波山、千葉の龜山、埼玉の日和田山、東京の高尾山・御岳山、神奈川の大山・仏果山・大野山・鎌倉アルプス・三浦アルプスなど、どこでもお好きな山をお選びください!

シンポジウム 観覧無料

2019 3.16 土 秋葉原 UDX 4F NEXT2 開場 10:30

パート1 山と自然に親しむ 安全を考えよう 11:00~

コーディネーター 近藤 謙司 山の日アンバサダー
山岳救助の現場から
長野県警 地域部山岳安全対策課山岳遭難救助隊 隊長 柳引 知弘
山と自然 国際山岳救助の最前線から
富山県警山岳警備隊 小隊長 松井 貴充
システムによる遭難防止と救助の迅速化
インフカム株式会社 代表取締役 今 史晴 AUTHENTIC JAPAN株式会社 代表取締役 久我 一穂
山と自然に親しむ人たちの安全を守る 安心サプリメント
味の素株式会社 スポーツニュートリション部 工藤 剛

パート2 山と自然に親しむ 加賀谷はつみの山岳科学事始め! 13:00~

コーディネーター 近藤 謙司&加賀谷 はつみ 山の日アンバサダー
山岳科学、これからの日本を活かすために!
筑波大学山岳科学部プログラム専攻 2年 松村健太郎 山梨大学山岳科学部特別教育プログラム専攻 1年 石井 雄太
加賀谷はつみの MUSIC TRAIL~山と自然と音楽と~
シンガーソングライター 加賀谷はつみ

パート3 山と自然に親しむ 地方に行こう から 地方に住もうへ! 15:00~

コーディネーター 加藤 銀次郎 自然公園財団上高地支部所長
第4回「山の日」記念全国大会 開催にあたって
山梨県森林環境部森林環境課 担当者
第3回「山の日」記念全国大会を契機とした地域振興の推進
鳥取県生活環境部「山の日」大会推進課 課長 郡 浩光
地域おこし協力隊による地域振興の現場では
松江市産業経済部定住企業立地推進課地域資源活用コーディネーター 福島 紀子
逆転の発想による都市と農村の交流
静岡印刷製本課 主任主事 金木 拓也
パネルディスカッション 終了 16:30

2019 3.17 日 秋葉原 UDX 4F GALLERY 開場 10:30

パート4 山と自然に親しむ 私たちの生き方 11:00~

コーディネーター 近藤 謙司 山の日アンバサダー
南アルプスで山小屋をはじめました!
山の日アンバサダー 登山家 花谷 泰広
地域振興も考えつつ、猟師になってみました!
猟師 山岳ガイド 黒澤 徹
山と自然 私のアウトドアスタイル
山の日アンバサダー アウトドアスタイル・クリエイター 四角 友里

パート5 山と自然に親しむ 子供たちを大自然でたくましく! 13:00~

コーディネーター 藤村 健 全国山の日協議会運営委員
いざヒマラヤ、家族でGO!
山の日アンバサダー アルピニスト 野口 健
山と自然に親しむ人たちへの安心サプリメント
味の素株式会社 スポーツニュートリション部 工藤 剛

パート6 山と自然に親しみ その恩恵に感謝する 14:15~

コーディネーター 角谷 道弘 山の日アンバサダー
なすびのヒマラヤ生活、そして福島支援とみちのく潮風トレイル
俳優 山の日アンバサダー なすび
ネパール震災支援の報告
山の日アンバサダー なすび 山の日アンバサダー 伊藤 伴

パート7 山と自然に親しむ ロングトレイル シンポジウム 15:30~

コーディネーター 近藤 謙司 山の日アンバサダー
山陰地域のロングトレイルの紹介と課題
特定非営利活動法人 未来 理事長 岸田 寛昭
世界のロングトレイルを旅して
ロングディスタンスハイカー 宇部 佑一朗
日本各地のロングトレイルからジャパントレイルへ
日本ロングトレイル協会 事務局 村田 浩道
パネルディスカッション 終了 16:30

観覧ご希望の方は、UDXビル2階の出展ブースの【フォーラム本部ブース】で必ず入場整理券をお受け取りください。



第4回

8月11日は、国民の祝日「山の日」

全国「山の日」フォーラム

みんなで山を考えよう! 2019

2019年 3月16日(土)・17日(日)

10:00~17:00 10:00~16:30

会場 秋葉原 UDX ほか

会場マップ



秋葉原 UDX 2F アキバスクエア

出展社・団体一覧

1 イワタニ・プリムス	10 堀谷町	21 松本市	32 WILD-1
2 株式会社総合サービス サンタクリーン	12 日清食品ホールディングス株式会社	22 箱根ジオパーク	33 加藤電機株式会社
3 ミヤコススポーツ株式会社	13 アミノバイタル	25 日本ロングトレイル協会	34 NTT ドコモ
4 山岳立体マップソフト[頂]	15 大分県自然保護推進室	26 白川郷の自然を満喫できる宿泊施設	35 ココヘリ
5 finetrack	16 鳥取県	27 日本費用補償少額短期保険株式会社	36 東京山岳ガイド協会
6 ミレー	17 2019 第4回「山の日」記念大会 Yamanashi 実行委員会	28 トラベルギャラリー・旅の本棚	37 公益社団法人日本山岳ガイド協会
7 健康登山と家族登山	18 栃木県	29 株式会社アトラストレック	
8 林野庁	19 市アルプス市 山梨県北山荘 立河湖山荘 白根御池小屋 長瀬小屋	30 ミナト製菓株式会社	
9 環境省 国立公園 × エコツーリズム	20 長野県 林務部	31 日本山岳救助機構 (JRO)	

●第4回 全国「山の日」フォーラム

主催 第4回全国「山の日」フォーラム実行委員会

構成団体／一般財団法人全国山の日協議会 警察庁 消防庁 文部科学省 スポーツ庁 林野庁 国土交通省 観光庁 環境省 長野県 栃木県 山梨県

後援 鳥取県 朝日新聞社 産経新聞社 日本経済新聞社 毎日新聞社 山梨日日新聞社 山梨放送 公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会 公益社団法人日本山岳会 公益社団法人日本山岳ガイド協会 日本勤労者山岳連盟 静岡大学山岳科学教育プログラム 信州大学山岳科学教育プログラム 筑波大学山岳科学学位プログラム 山梨大学山岳科学特別教育プログラム

●一般財団法人全国山の日協議会 オフィシャルパートナー

日清食品ホールディングス

日清食品ホールディングス株式会社

CORDON ROUGE

株式会社ゴールドウイン

Mitsumoto Kirei Holdings

株式会社マツモトキヨシホールディングス

amino VITAL

味の素株式会社



一般財団法人
全国山の日協議会

一般財団法人全国山の日協議会

TEL 03-6457-4522 メール forum@yamanohi.net http://yamanohi.net

第1回 東京 登ろう歩こうラリー

第4回全国「山の日」フォーラムの開催会場の秋葉原UDXビルのゴールを目指して、春の都内をウォーキングしたり、近郊の山を登ってみたりして、山と自然に気軽に親しむ機会をお楽しみください。

コース1 2019年3月16日(土) 西新宿エリア出発コース



西新宿エリア～市ヶ谷～飯田橋～御茶ノ水～秋葉原UDXビル
(約9km)

飯田橋の通過にあたりましては、
車椅子ご利用の方には、迂回が必要となりますことをご容赦ください。

 スタート時とゴール時に【イベントチケット】を拝見します

スタート

スタート地点

都営大江戸線 都庁前駅 A4 出口

10時から11時までの間、緑のジャンパーを着用した誘導員が待機していますので、スタート時に声をお掛けください。

スタート時間

10:00 ～ 11:00

11時を過ぎるとスタッフがいない場合が想定されます。その場合は各自のご判断にて16時までにゴールするようにゴール会場を目指してください。

ゴール

ゴール地点

秋葉原UDXビル2階
第4回全国「山の日」フォーラム会場
ゴールカウンター

所在地：東京都千代田区外神田4-14-1
UDXビル2階

ゴール時間

13:00 ～ 16:00

13:00から16:00までに第4回「山の日」フォーラム会場のゴールカウンターへおいでください。

参加賞

ゴールカウンターで参加賞をプレゼントいたします

参加賞：百万人の山と自然 安全登山ハンドブック、サプリメント、インスタント食品、ビタミンドリンク、チョコレートなどの詰め合わせ

また、登ろう歩こうラリー参加者・第4回「山の日」フォーラム来場者の中から抽選により各種プレゼントが当たります！

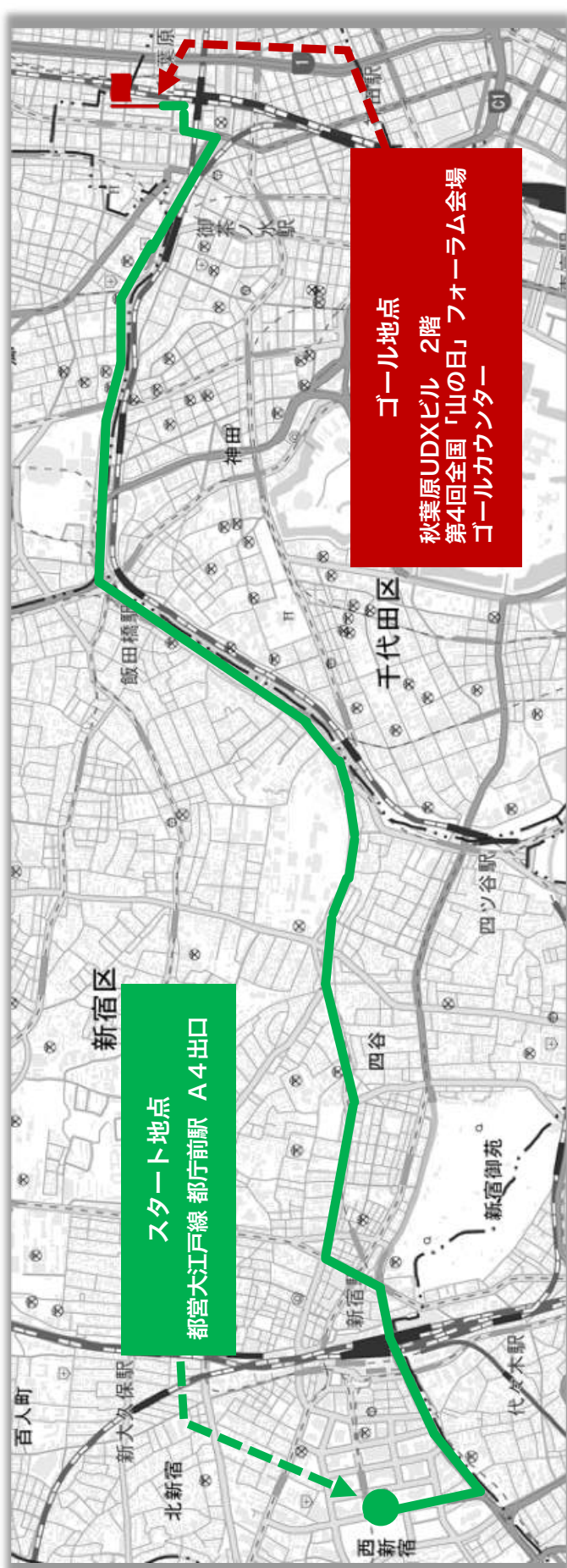
第1回 東京 登ろう歩こうラリー【コース1】

2019年3月16日(土) 西新宿エリア出発コース 西新宿エリア-市ヶ谷-飯田橋-御茶ノ水-秋葉原UDXビル (約9km)

飯田橋の通過にあたりましては、車椅子ご利用の方には、迂回が必要となりますことをご容赦ください。

【推奨経路】

- ① 都庁と新宿中央公園に挟まれた道を南に向かい、甲州街道との交差点(西新宿3丁目信号)を左折して、甲州街道に沿って歩いてください。
- ② そのまま甲州街道を直進して、新宿駅南口を越え、明治通りとの交差点(新宿4丁目信号)を左折してください。
- ③ 明治通りを北に向かって歩き、新宿5丁目交差点を右折し、靖国通りを東に向かって進んでください。
- ④ 靖国通りを進み、高久町西信号、住吉町信号、市谷本村町信号と進み、市谷八幡町信号で外堀通りへと進んでください。
- ⑤ 外堀通りを、新見附橋信号、神楽坂下信号、飯田橋信号、後樂園橋信号、水道橋信号、お茶の水信号、昌平橋信号を通過して、万世橋信号まで進んでください。
- ⑥ 万世橋信号を左折して、中央通りに入ると、秋葉原の電気街に着きます。
- ⑦ JR秋葉原駅の電気街口の前を通り、秋葉原UDXビル2階の第4回全国「山の日」フォーラム会場の【ゴールカウター】にいらしてください。ゴールカウターでは参加賞を差し上げています。



第1回 東京 登ろう歩こうラリー

第4回全国「山の日」フォーラムの開催会場の秋葉原UDXビルのゴールを目指して、春の都内をウォーキングしたり、近郊の山を登ってみたりして、山と自然に気軽に親しむ機会をお楽しみください。

コース3 2019年3月17日(日) 芝公園エリア出発コース



芝公園エリア～日比谷公園～大手町～淡路町～秋葉原UDXビル
(約6km)

 スタート時とゴール時に【イベントチケット】を拝見します

スタート

スタート地点

都営三田線 芝公園駅 A4 出口

10時から11時までの間、緑のジャンパーを着用した誘導員が待機していますので、スタート時に声をお掛けください。

スタート時間

10:00 ～ 11:00

11時を過ぎるとスタッフがいない場合が想定されます。その場合は各自のご判断にて16時までにゴールするようにゴール会場を目指してください。

ゴール

ゴール地点

秋葉原UDXビル2階
第4回全国「山の日」フォーラム会場
ゴールカウンター

所在地：東京都千代田区外神田4-14-1
UDXビル2階

ゴール時間

13:00 ～ 16:00

13:00から16:00までに第4回「山の日」フォーラム会場のゴールカウンターへおいでください。

参加賞

ゴールカウンターで参加賞をプレゼントいたします

参加賞：百万人の山と自然 安全登山ハンドブック、サプリメント、インスタント食品、ビタミンドリンク、チョコレートなどの詰め合わせ

また、登ろう歩こうラリー参加者・第4回「山の日」フォーラム来場者の中から抽選により各種プレゼントが当たります！

第1回 東京 登ろう歩こうラリー

【コース3】

2019年3月17日(日) 芝公園エリア出発コース

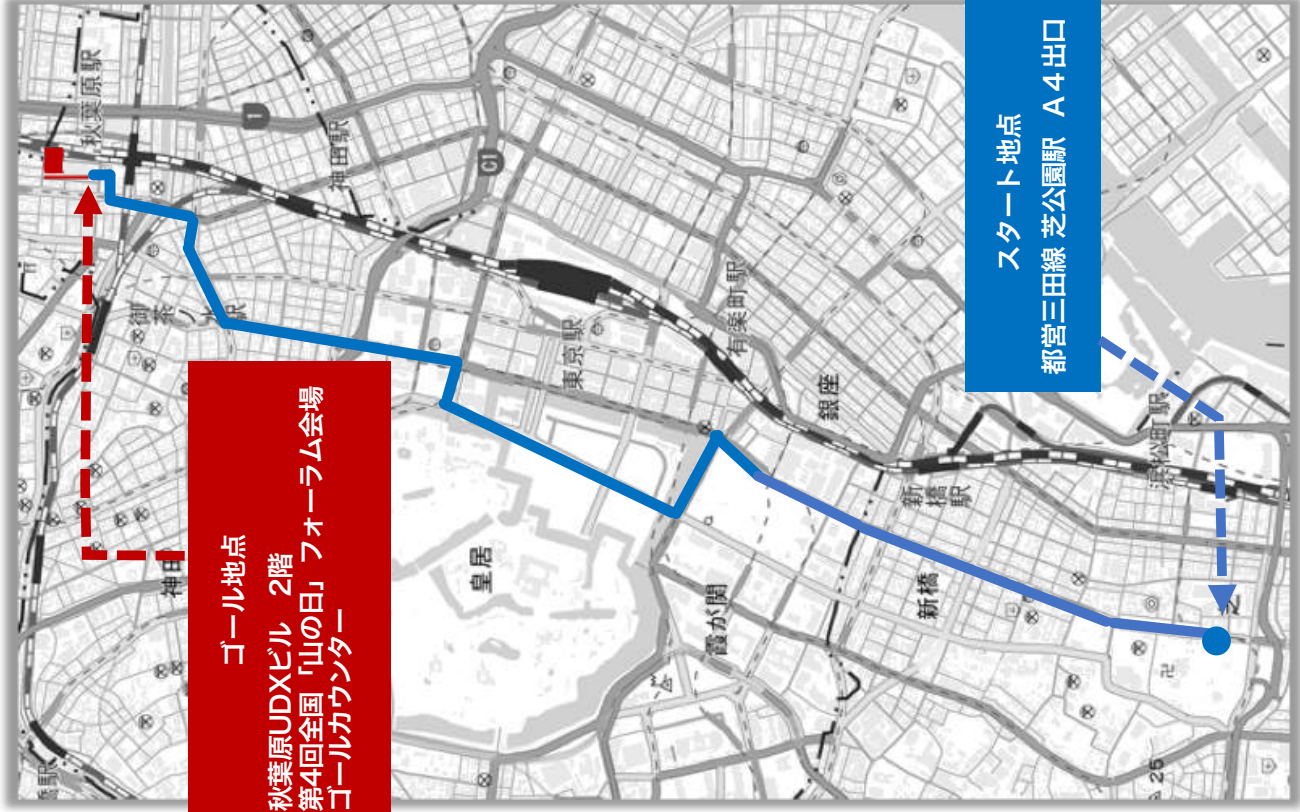
芝公園エリア-日比谷公園-大手町-淡路町-秋葉原UDXビル (約6km)

【 推奨 経路 】

- ① 日比谷通りを北に向かって進んでください。御成門信号、新橋4丁目信号、西新橋信号、内幸町信号と進み、日比谷信号の交差点を左折して晴海通りを進んでください。
- ② 晴海通りを進み、祝田橋交差点を右折して、内堀通りを進んでください。
- ③ 内堀通りを進み、二重橋前信号を通過して、大手門交差点まで進んでください。
- ④ 大手門交差点を右折して、永代通りを進んでください。
- ⑤ 永代通りを進み、1つ目の大手町交差点を左折し、日比谷通りを進んでください。
- ⑥ 日比谷通りを進み、神田橋交差点を通過して、小川町交差点を右折して、靖国通りを進んでください。
- ⑦ 靖国通りを須田町交差点まで進み、須田町交差点を左折して、中央通りを進んでください。
- ⑧ 中央通りを進み、万世橋交差点を通過し、総武本線の高架下をくぐったところで右折すると、ゴールはもうすぐです。
- ⑨ J R 秋葉原駅の電気街口の前を通り、秋葉原UDXビル2階の第4回全国「山の日」フォーラム会場の【ゴールカウンター】にいらしてください。ゴールカウンターでは参加賞を差し上げています。

ゴール地点
秋葉原UDXビル 2階
第4回全国「山の日」フォーラム会場
ゴールカウンター

スタート地点
都営三田線 芝公園駅 A4出口



山の日アンバサダー



伊藤 伴



桜花



奥宮俊祐



加賀谷はつみ



片山右京



角谷道弘



工藤夕貴



小林綾子



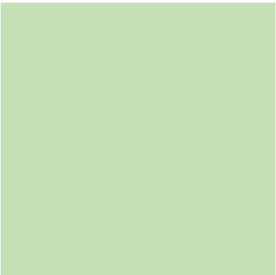
小林千穂



近藤謙司



中村みつを



なすび



貫田宗男



野口 健



花谷泰広



藤田可菜



南谷真鈴



ヤマノススメ



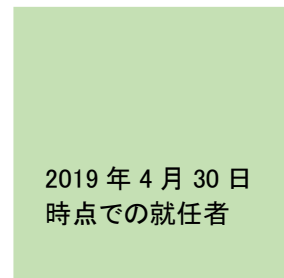
四角友里



Luma Gyalu(ラマ・ゲル)



若村麻由美



2019年4月30日
時点での就任者

協力者・スタッフ一覧

■ 広報にご協力をいただいた団体・法人の皆様

株式会社アールビーズ
株式会社 ICI 石井スポーツ
朝日新聞社松本支局
株式会社アトラストレック
公益財団法人安藤スポーツ・食文化振興財団運営
「自然体験.com」
インフカム株式会社
山と自然ネットワーク コンパス
株式会社エイ出版社「PEAKS」
株式会社エイアンドエフ
株式会社エフエムむさしの「THE 信州・耳より情報」
AUTHENTIC JAPAN 株式会社（ココヘリ）
環境省
株式会社カンセキ（WILD-1）
株式会社スペーススキー
地球環境パートナーシッププラザ「環境らしんばん」
一般社団法人日本ウオーキング協会
NPO 法人日本エコツーリズム協会
公益社団法人日本環境教育フォーラム
公益社団法人日本山岳会 会報「山」
公益社団法人日本山岳会 東京多摩支部
公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会
独立行政法人日本スポーツ振興センター
国立登山研修所
NPO 法人日本ロングトレイル協会
ミレー・マウンテン・グループ・ジャパン株式会社
株式会社モンベル「岳人」
株式会社 山と溪谷社
「山と溪谷」「ヤマケイオンライン」「週間ヤマケイ」
株式会社ヤマレコ
株式会社ヨンロクニ「Akimama」
林野庁
ほか

■ 運営事務局スタッフ

青田大輔 石川国由 伊藤伴 片岡一史 加藤銀次郎 加茂卓也 加茂光 河津慶祐 近藤謙司 手塚友恵
内藤歩 宮川哲 八木澤美好 吉田哲也

■ 物品のご協賛をいただいた団体・法人の皆様

株式会社 ICI 石井スポーツ
味の素株式会社
株式会社アトラストレック
イワタニ・プリムス株式会社
株式会社エイアンドエフ
環境省
株式会社カンセキ（WILD-1）
株式会社好日山荘
株式会社コロンビアスポーツウェアジャパン
株式会社ゴールドウイン
大東カカオ株式会社
栃木県（第2回「山の日」記念全国大会開催地）
株式会社ナカニシヤ出版
株式会社日清食品ホールディングス株式会社
公益社団法人日本山岳ガイド協会
日本山岳救助機構合同会社（JR0）
白馬村観光局
株式会社 finetrack
株式会社マツモトキヨシホールディングス
ミズノ株式会社 大阪本社
ミナト製薬
ミレー・マウンテン・グループ・ジャパン株式会社
山梨県（第4回「山の日」記念全国大会開催地）
林野庁
ほか

第4回全国「山の日」フォーラム 実施報告書

2019年5月25日 発行

発行者 一般財団法人全国山の日協議会 理事長 磯野剛太

連絡先 〒160-0008 東京都新宿区四谷三栄町6-9 丸藤ビル2階

TEL 03-6457-4522 FAX 03-3358-9780

E-mail : office@yamanohi.net

URL : <http://www.yamanohi.net/>



全国山の日協議会