



9月28日(日) 山の学校「カムイヌプリ登山」 持ち物・服装のご案内

1 はじめに

今月の活動は、『カムイヌプリ登山』です。北海道百名山、標高746mの山頂を目指します。

野外活動を通じて仲間とかかわり合い、子どもたちそれぞれが山の学校で心に残る何かを持ち帰ることができるようスタッフ一同サポートしていきますので、よろしくお願い致します。

2 日程

9月28日(日) 9:30 受付開始
 10:00 活動開始
 15:00 解散

3 参加費

500円/1人

※参加費は、当日受付時にお支払いください。

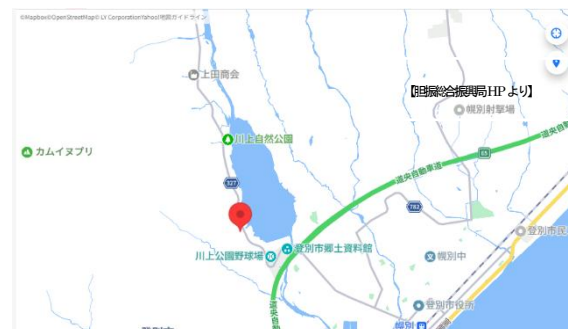
お釣りのないようお願いいたします。

4 集合場所

登別市見晴公園(登別市川上町)

※カムイヌプリ登山口よりふおれすと鉾山方面へ200mほど行った
右手の公園となります。

※トイレはありませんので、予めすませてきてください。



解散場所

登別市ネイチャーセンターふおれすと鉾山

【集合場所：見晴公園】

5 タイムスケジュール(予定)

時間	内容
9:30~	登別市見晴公園 駐車場にて受付開始
10:00~10:05	挨拶・自己紹介・活動説明
10:05~10:20	移動(ふおれすと鉾山の車に乗り合わせ)
10:20~10:30	登山口着・準備
10:30~14:30	カムイヌプリ登山
14:30~14:50	移動・見晴公園
14:50~15:00	振り返り・解散

※上記タイムスケジュールは、予定となっております。

参加者や天候状況によって時間が前後する可能性があります。

6 カムイヌプリ (746m) 登山概要

見晴公園よりふおれすと鉱山の車にて乗り合わせて登山口まで向かいます。

登山口（標高237m）3合目から歩き始めとなります。登山道は比較的整備されていて、巨木のある樹林帯や小川の沢渡り、鎖場のある岩場など変化があり、変化のある山です。途中6合目にはカムイヒュッテと呼ばれる山小屋があり、トイレもあります。頂上からは、鷲別岳（室蘭岳）日本海、登別市内を一望することができます。

高低差 約500m、登り約2時間、下り1時間半の約3時間半の登山を予定しております。



山登り参考タイム

標別ダムコース	
登り	下り
約120分	約90分
主な区間ごと参考タイム	
①登山口～②4合目	→ 約30分
②4合目～③5合目	→ 約10分
③5合目～④カムイヒュッテ	→ 約30分
④カムイヒュッテ～⑤7合目	→ 約20分
⑤7合目～⑥8合目	→ 約15分
⑥8合目～⑦山頂	→ 約15分
※⑦→鷲別岳まで	→ 約120分

(①、②…の地点は次ページのガイド図参照。タイムはおおよその目安で、登山経験や気象条件等で違いが出てくることもあります)

登山適期カレンダー Calendar

5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
春山	夏山	夏山	夏山	秋山	秋山	秋山
14.3℃ 7.2℃	17.5℃ 11.5℃	20.9℃ 15.8℃	23.4℃ 18.5℃	21.1℃ 15.4℃	15.7℃ 9.6℃	8.9℃ 3.3℃

気象庁、1981～2010年度の室蘭市地点平均値、上：最高気温、下：最低気温

山開き 例年、5月の第2週日曜日。

山納め 10月末。

胆振総合振興局HP

上記参考元：<https://www.iburi.pref.hokkaido.lg.jp/ss/srk/yama/mountain/kamui.htm>

7 持ち物チェックリスト（事前にご確認ください）

☐	飲み物	水、スポーツドリンク、お茶など。（1ℓほど）
☐	昼食	おにぎりやパンなど手軽に食べられるもの。
☐	行動食	飴、チョコレート、栄養補助食品等の食べやすく、カロリーが高いもの
☐	リュック	荷物が全て入り、体にあったもの
☐	動きやすい服装	脱ぎ着できる長袖、長ズボン（化学繊維のものが乾きやすく望ましい）
☐	履きなれた運動靴	履きなれた、滑りにくい靴。（登山靴があれば良い）
☐	雨具（レインウェア）	必ずご持参下さい。上と下が分かれているものが望ましい。 （セパレートタイプ）
☐	防寒着	寒くなったときに上に羽織れるもの。必ずご用意ください。 （フリースやダウンなど）
☐	帽子	気温に合わせたものをご用意ください。
☐	手袋	防寒や岩に手をつく時、寒さ対策として。（軍手でも可）
☐	タオル	汗ふき用として。背中に入れても可。
☐	※着替え・替えの靴	活動後に着替えたい方は、ご用意ください。 ※活動中は持っていないので、別の袋にまとめてください。
☐	ビニール袋	ゴミ袋や雨天時の防水袋にもなります。
☐	その他必要なもの	常備薬など

※行動中は暑く、山頂では寒いことが予想されます。脱ぎ着しやすい服装をご用意ください。

※その他、必要なものは各自で判断・ご用意ください

8 装備について

登山の場合、標高を重ねるにつれて気温が低くなります。また、汗をかいた後の冷えは低体温症にもつながりますので、発汗と寒さに対応できる装備が必要です。まず、インナー（肌着）は化繊のスポーツタイプのウェアをおすすめします。その上に着るものはジャージなどの動きやすく、脱ぎ着しやすい服装をご準備ください。休憩時は風にさらされることがあり、寒くなることが予想されるのでフリースやダウンなどの防寒着を着用します。

9 参加される皆さまへのお願い

当日の受付は、登別市見晴公園駐車場でを行います。**10分前まで**には受付を済ませて頂けると、スムーズに活動を行う事ができますので、ご協力お願いします。

また参加費は、**お釣りのないようお願いいたします。**

10 悪天候の場合について

悪天候の場合、活動を中止、または変更する場合がございます。

- ・当日判断の場合…10月27日（日）8:00～8:30の間に判断・連絡させていただきます。
- ・前日判断の場合…10月27日（土）17:00頃を目安に判断・連絡させていただきます。

11 年間参加申込の登録

今年度初めてふおれすと鉾山の主催イベントに参加される方は、
参加に当たっての留意事項を確認の上、年間参加へのご登録をお願いいたします。



ご登録はこちら

12 お問い合わせ

何かご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

登別市ネイチャーセンターふおれすと鉾山 〒059-0021 北海道登別市鉾山町8-3

TEL : 0143-85-2569 FAX : 0143-81-5808 FAX : 0143-81-5850

Mail : kouzan@npo-momonga.org URL : <https://forestkouzan.org/>



HPはこちら