

健康的な生活習慣のきっかけづくり ～食育と運動習慣づくり～

国立磐梯青少年交流の家

I 趣旨

研究テーマ「健康的な生活習慣のきっかけづくり～食育と運動習慣づくり～」にもとづき、特に運動習慣づくりについて、コロナ禍を踏まえた情勢や登山人口の減少、児童生徒の体力の低下などを鑑み、親しみやすい登山の在り方について検討し、開発を試みた。

1. 磐梯山について

磐梯青少年交流の家がある磐梯朝日国立公園は、日本で2番目に大きな国立公園である。磐梯山の主峰大磐梯の山頂(1,816m)から北東に1.5kmに櫛ヶ峰の山頂(1,636m)が、東南東1.5kmに赤埴山の山頂(1,430m)がある。

2. 登山プログラムについて

登山プログラムは困難を乗り越える力や達成感や努力の大切さ、自然の偉大さなどを育むことができるため、青少年教育に役立つプログラムである。

磐梯山登山は活動プログラムの中でも長年にわたって活用されており、令和5年度までは「八方台登山口」と山頂間を往復するルート(移動を含めて約8時間)を提供してきた。

3. 登山プログラム利用者の変遷

当交流の家での過去5年間の磐梯山登山プログラム利用者は、以下のようになっている。

表1 令和5年までの磐梯山登山プログラムの実施回数と利用者数

年度	実施回数(回)	利用者数(人)
平成 30年	35	1,064
令和 元年	42	2,066
令和 2年	6	126
令和 3年	5	281
令和 4年	12	337
令和 5年	16	487

コロナ禍の令和2年から極端に実施回数が減っているが、コロナ感染防止対策の規制等の緩和以降も実施回数は伸びていない。そこで、学校団体が登山プログラムを利用しない理由について複数の学校より聞き取りを行った。聞き取り調査の結果「学校団体では1泊2日の利用が主流となり、往復8時間近くかかる登山プログラムを日程の中に計画するのが難しくなったから。」「コロナ禍で落ちた児童生徒の体力を考えると、登山は身体への負担が大きいから。」「働き方改革によって、教員の負担が大きいプログラムを選択しなくなってきたから。」などの意見を聴取することができた。

以上の聞き取り結果から、学校団体に登山プログラムを利用してもらうためには、磐梯山の登山プログラムの再考、開発が必要不可欠となった。

4. 開発したプログラム

- ①磐梯山登山①（八方台登山口往復コース） 約8時間
- ②磐梯山登山②（猪苗代スキー場～八方台登山口コース） 約7時間
- ③磐梯山登山③（猪苗代スキー場往復コース） 約4時間

表2 登山プログラムコースごとの特徴

登山プログラム名	磐梯山登山① 八方台登山口往復コース	磐梯山登山② 猪苗代スキー場～八方台登山口コース	磐梯山登山③ 猪苗代スキー場往復コース
登山開始地点	八方台	猪苗代スキー場	猪苗代スキー場
登山終了地点	八方台	八方台	猪苗代スキー場
山頂の標高(m)	1816	1816	1427
登山開始地点の標高(m)	1194	1097	1097
標高差(m)	622	719	330
道のり(m)	7000	5800	2400
所要時間（往路）(時間)	3	3.5	1.5
所要時間（復路）(時間)	2	2	1.5
リフトの利用（往路）	無し	有り	有り
リフトの利用（復路）	無し	無し	有り

①は従来の登山プログラムである。

②③は新設の登山プログラムである。②は往路でスキー場の夏季登山リフトを利用することにより、標高1,100m地点まで約20分で進むことができる。リフト降り場から猪苗代湖を一望できるとともに、登山の道中では岩肌がむき出しになった磐梯山の裏側を眺めることもできる。往路（登り）と復路（下り）で見る景色が異なるため、登山の楽しさが増加すると考えた。このコースは、令和6年度の教育事業「磐梯地域探究プログラム」で実践した。

③はスキー場の夏季リフトを往復で使用する。このコースは令和5年度及び6年度の教育事業「アクティブ・ジオキャンプ」で実践しており、往路だけでリフトを利用する時よりもさらに身体的な疲労軽減、登山時間を短縮できる。また、参加者が復路のリフトから眼下に広がる猪苗代湖を堪能することができた。

磐梯山登山の活動プログラムを3コースにすることによって、参加者の実態に応じてコースを選択することが可能になる。そのため、従来よりも登山プログラムの利用が増えるのではないかと考えた。

II 指導のポイント

1. 交流の家職員

- ①利用団体に登山プログラムの3コースの概略を提示し、活動の目的や利用者の実態に応じて、団体側でコースを選択できることを説明する。
- ②利用団体との事前の打合せや調整の中で、登山の所要時間や危険箇所等について説明する。
- ③研修指導員と利用団体との中継ぎをして、詳細な打合せができるようにする。
- ④登山出発日の朝と登山実施後の打ち合わせにて司会を担当する。また、打合せで得られた情報を記録に残し、他の職員と共有する。

2. 研修指導員

- ①登山出発日の朝の打合せにて、団体代表者にコース等について説明する。
- ②登山実施最中のペース配分や安全指導等を行う。
- ③登山実施後の打合せにて団体へ反省点を伝え、振り返りをする。

Ⅲ 教材・教具

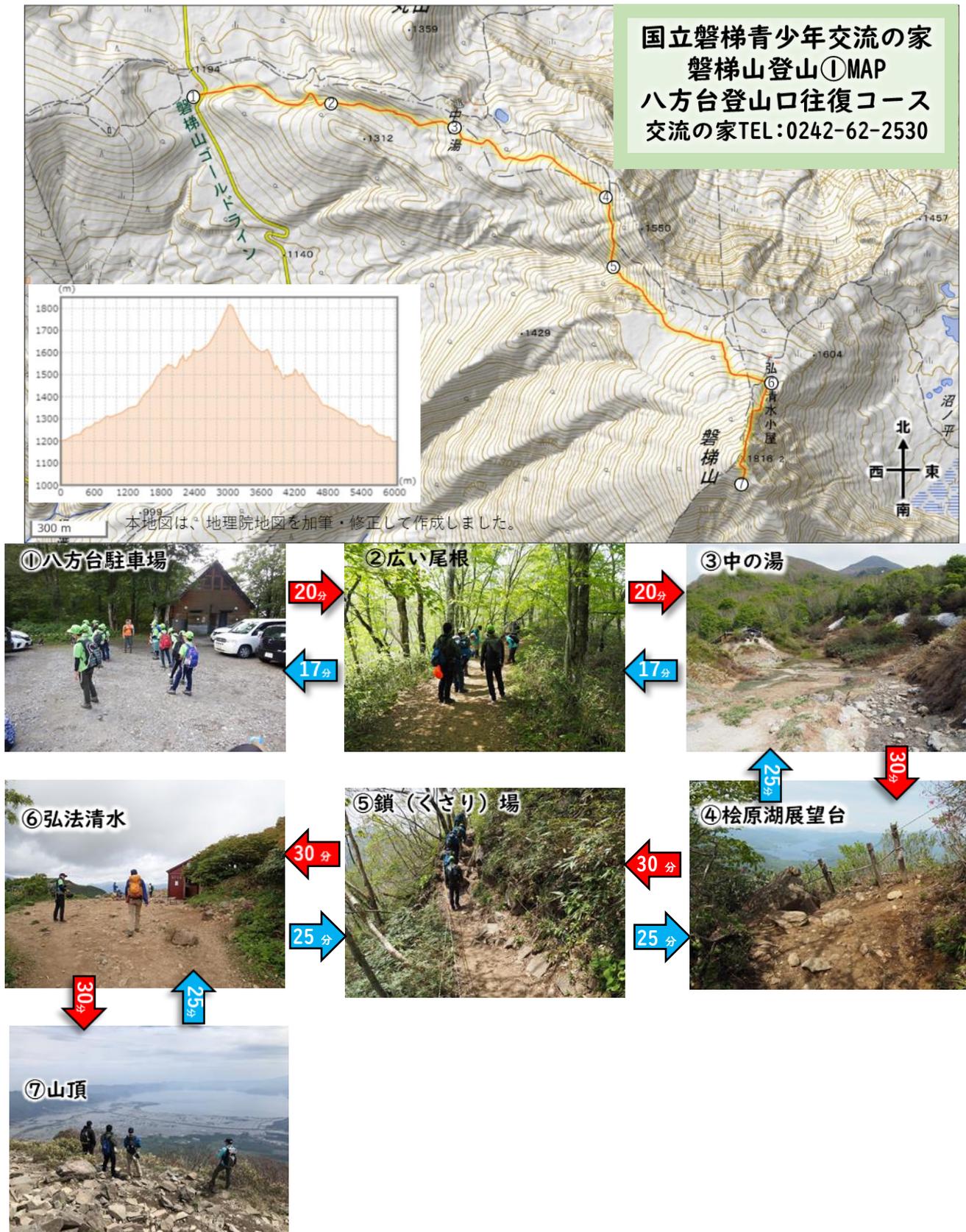
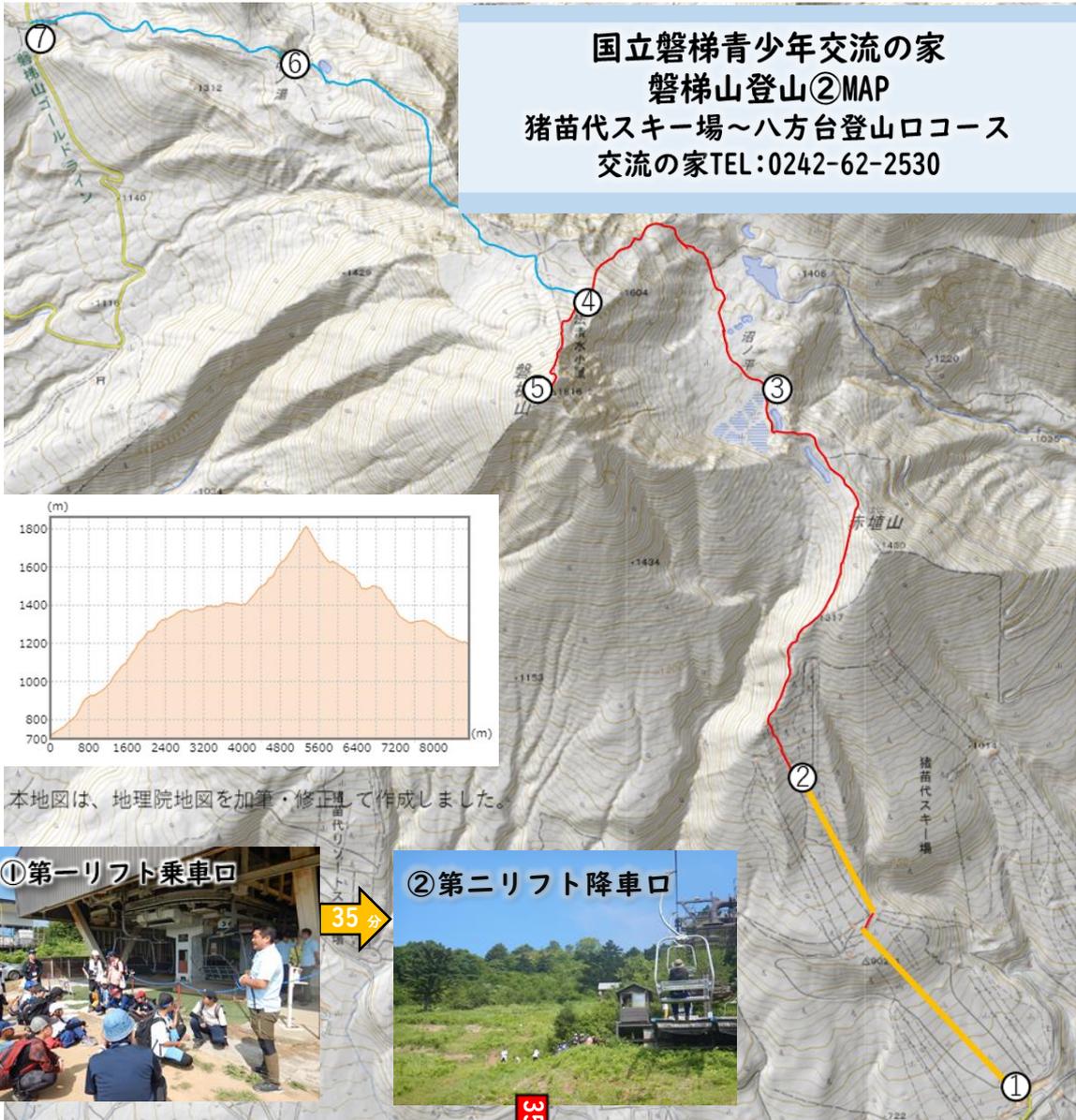


図1 磐梯山登山①MAP 八方台登山口往復コース



35分



35分



35分



35分



35分



35分



図2 磐梯山登山②MAP 猪苗代スキー場～八方台登山口往復コース



図3 磐梯山登山③MAP 猪苗代スキー場往復コース

IV 活動プログラム (アクティビティマニュアル)



1. 磐梯山登山① (八方台登山口往復コース)

(活動時間の目安：8時間)

概要	山頂の高さが 1800m でスタート地点の八方台登山口の標高が 1200m なので、山頂との標高差は約 600m の高低差が少ないコースです。晴天時には山頂から猪苗代湖が一望できます。			
ねらい	集団で自然体験活動をすることで生きる力や自己有用感を育むとともに、心身の健康を図ります。			
条件	対象	小学 5 年生～	人数	制限はないが 1 クラスに 1 名の引率者が必要
	時期	6 月～9 月	実施判断	雷注意報時は中止
準備物	交流の家 (貸出物品)	団体 (準備物)	個人 (準備物)	
	<input type="checkbox"/> 熊鈴 <input type="checkbox"/> 地図・登山マップ <input type="checkbox"/> 方位磁針 <input type="checkbox"/> トランシーバー (研修指導員用)	<input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 登山計画書 <input type="checkbox"/> 非常時用簡易トイレ <input type="checkbox"/> 非常用水・非常食 <input type="checkbox"/> 携帯電話・時計	<input type="checkbox"/> デイパック <input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン <input type="checkbox"/> 帽子、水筒 (水 1ℓ 以上) <input type="checkbox"/> 雨具	
登山ルート	<p>① 八方台登山口 (登山ポストがある) ② 広い尾根 (休憩箇所) ③ 中の湯 (火山性ガスが出ているので長居しない) ④ 桧原湖展望台 (休憩箇所) ⑤ 鎖場 (くさりば：崖に注意) ⑥ 弘法清水 (こうぼうしみず) (休憩箇所・山小屋と簡易トイレ有り) ⑦ 磐梯山山頂 (休憩箇所)</p>			

引率者の役割	団体責任者	<ul style="list-style-type: none"> ・研修指導員との事前打合せと当日の実施判断・中断の決定をします。 ・交流の家に下記4地点で連絡を行います。 (登山前の八方台登山口・弘法清水小屋・頂上・下山後の八方台登山口)
	グループ責任者	<ul style="list-style-type: none"> ・出発前と活動中及び到着後の人数の把握と健康状態の確認をします。 ・研修指導員からの指示や注意事項などを参加者に伝えます。 (学校では担任が一般的)
	救急係	救急セットの携帯と応急手当をします。
	本部係	交流の家又は登山口で緊急車両を用意して待機し、途中下山者対応に備えます。
研修指導員の役割	<ul style="list-style-type: none"> ・活動当日の朝に交流の家で団体責任者と打合せをします。 ・登山口で参加者に安全面についての説明をします。 ・活動中は道案内や危険個所で状況に応じた指示を出します。 ・下山後に交流の家で団体責任者と振り返りをします。 	
交流の家職員の役割	<ul style="list-style-type: none"> ・物品の貸出しや回収を行います。 ・団体責任者からの連絡を受け取ります。 ・当日の朝の打合せ、下山後の振り返りの進行を行います。 	
引率者確認事項	<p>【施設入所前】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・登山ルートと時間配分の確認をします。登山日の活動をゆとりのある計画にしてください。 ・入所40日前までに指導員依頼(活動日程表の提出)をします。目安は1クラスに対して指導員1名となります。 ・登山当日までに日程・登山形態(安全管理・留意事項欄参照)を計画して登山計画書(届)を2部作成します。(登山ポスト又は猪苗代警察署用に1部、交流の家用に1部) ・事前に役割分担や参加者への指導(安全指導、装備確認)などを行います。 ・活動日の天候等により登山を中止する場合は登山前日の16時までに交流の家に連絡をします。 <p>【施設入所後】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・交流の家に登山計画書(届)を1部提出します。 ・登山時の持ち物や実施判断についての確認をします。食堂で弁当を注文した場合は、受け渡し場所や時刻も確認します。 	

引率者確認事項

【登山当日～登山口到着】

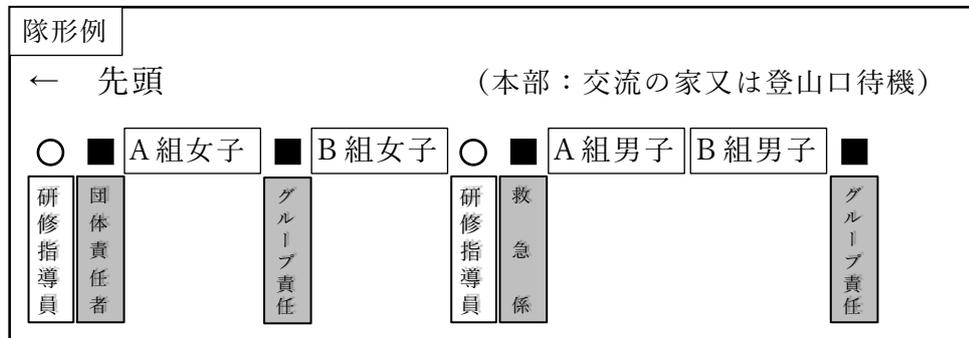
- ・団体責任者は研修指導員と7時45分に事務室にて実施の判断をします。登山判断基準は下記表のとおりです。実施決定後に打合せを行います。
- ・判断基準に該当する天候の場合は、安全管理上登山の実施を中止としています。また安全確保のために登山の途中で下山する場合があります。

警報または注意報	大雨	強風	雷
	大雪	暴風	火山
降水量	5 mm/h 以上		
風速	10m/s 以上		
その他	著しく気象の変化がある		
	利用者からの中止の申し入れ		
	交流の家として中止と判断したとき		

- ・団体と研修指導員は団体の車両で八方台登山口に移動します。
- ・登山口到着後にグループ責任者は参加者の人数と体調の確認・把握をします。貸出物品を参加者に渡します。
- ・グループ責任者は参加者の態勢を整え、研修指導員の説明（主に安全面について）を参加者と一緒に聞きます。

【登山中】

- ・登山隊形については、引率者の配置は先頭に1名（団体責任者）～中継1名以上～後尾1名としてください。（下記例参照）



- ・グループ責任者は参加者のコースの逸脱、石を蹴る、走る、研修指導員の説明を聞かないなどの危険行為がないように指導してください
- ・グループ責任者は休憩時などに参加者の点呼と健康観察を行います。また、研修指導員と適宜相談をして安全に活動できるように参加者を指導します。
- ・グループ責任者は水分補給を徹底させ、熱中症対策を講じてください。
- ・グループ責任者はペースが遅くなった参加者がいた場合に研修指導員と団体責任者へ状況を伝えて、指示を仰ぎます。
- ・団体責任者は傷病者が発生した場合に救急係に応急手当の指示を出し、研修指導員と相談して登山継続か下山するかを判断します。下山する場合は本部係とグループ責任者に指示を出すなど傷病者対応をします。また、天候の急変その他の事情が発生した場合は研修指導員と相談して、

	<p>途中下山の判断と指示を出します。</p> <p>【下山後】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループ責任者は参加者の人数と体調の確認をします。 ・グループ責任者は貸出物品を事務室に返却します。 ・団体責任者は事務室で研修指導員と振り返りを行います。
<p>その他 留意事項</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・研修指導員の都合によりご希望の人数が手配できない場合があります。 ・参加者は植物や樹木などを採集せずに、ごみは持ち帰ってください。 ・参加者は森の中など虫が出る所が多くありますので、虫に刺されない対策（虫よけスプレー、長袖長ズボン）をしてください。



2. 磐梯山登山② (猪苗代スキー場～八方台登山口コース)

(活動時間の目安：約7時間)

概要	<p>夏季登山リフトを利用することにより、標高 1100mまで約 30 分で進むことができます。リフト降り場から猪苗代湖を一望できるとともに、道中では岩肌がむき出しになった磐梯山の裏側を眺めることもできます。</p> <p>往路（登り）と復路（下り）で見る景色が異なるため、登山の楽しさが増加します。</p>			
ねらい	<p>集団で自然体験活動をすることで生きる力や自己有用感を育むとともに、心身の健康を図ります。</p>			
条件	対象	小学5年生～	人数	20名以上で実施可能 1クラスに1名の引率者が必要
	時期	7月～10月	実施判断	雷注意報時は中止
準備物	交流の家（貸出物品）	団体（準備物）		個人（準備物）
	<input type="checkbox"/> 熊鈴 <input type="checkbox"/> 地図・登山マップ <input type="checkbox"/> 方位磁針 <input type="checkbox"/> トランシーバー（研修指導員用）	<input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 登山計画書 <input type="checkbox"/> 非常時用簡易トイレ <input type="checkbox"/> 非常用水・非常食 <input type="checkbox"/> 携帯電話・時計		<input type="checkbox"/> デイバック <input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン <input type="checkbox"/> 帽子、水筒（水1ℓ以上） <input type="checkbox"/> 雨具
登山ルート	<p>①第一リフト乗車口 ②第二リフト降車口 ③沼ノ平（休憩箇所） ④弘法清水（休憩箇所・山小屋と簡易トイレ有り） ⑤磐梯山山頂（休憩箇所） ⑥中の湯（火山性ガスが出ているので長居しない） ⑦八方台登山口</p>			

引率者の役割	団体責任者	<ul style="list-style-type: none"> ・研修指導員との事前打合せと当日の実施判断・中断の決定をします。 ・交流の家に下記4地点で連絡を行います。 (猪苗代スキー場・弘法清水小屋・頂上・下山後の八方台登山口)
	グループ責任者	<ul style="list-style-type: none"> ・出発前と活動中及び到着後の人数の把握と健康状態の確認をします。 ・研修指導員からの指示や注意事項などを参加者に伝えます。 (学校では担任が一般的)
	救急係	救急セットの携帯と応急手当をします。
	本部係	交流の家又は登山口で緊急車両を用意して待機し、途中下山者対応に備えます。
研修指導員の役割	<ul style="list-style-type: none"> ・活動当日の朝に交流の家で団体責任者と打合せをします。 ・登山口で参加者に安全面についての説明をします。 ・活動中は道案内や危険個所で状況に応じた指示を出します。 ・下山後に交流の家で団体責任者と振り返りをします。 	
交流の家職員の役割	<ul style="list-style-type: none"> ・物品の貸出しや回収を行います。 ・団体責任者からの連絡を受け取ります。 ・当日の朝の打合せ、下山後の振り返りの進行を行います。 	
引率者確認事項	<p>【施設入所前】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・登山ルートと時間配分の確認をします。登山日の活動をゆとりのある計画にしてください。 ・入所40日前までに指導員依頼(活動日程表の提出)をします。目安は1クラスに対して指導員1名となります。 ・登山当日までに日程・登山形態(安全管理・留意事項欄参照)を計画して登山計画書(届)を2部作成します。(登山ポスト又は猪苗代警察署用に1部、交流の家用に1部) ・事前に役割分担や参加者への指導(安全指導、装備確認)などを行います。 ・活動日の天候等により登山を中止する場合は登山前日の16時までに交流の家に連絡をします。 <p>【施設入所後】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・交流の家に登山計画書(届)を1部提出します。 ・登山時の持ち物や実施判断についての確認をします。食堂で弁当を注文した場合は、受け渡し場所や時刻も確認します。 	

引率者確認事項

【登山当日～登山口到着】

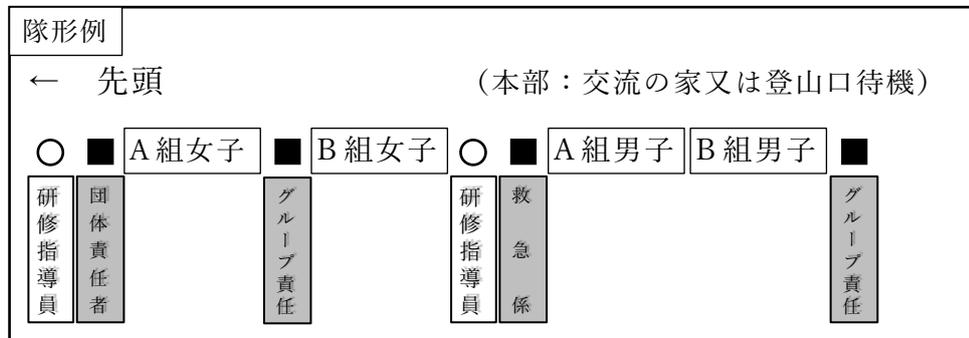
- ・団体責任者は研修指導員と7時45分に事務室にて実施の判断をします。登山判断基準は下記表のとおりです。実施決定後に打合せを行います。
- ・判断基準に該当する天候の場合は、安全管理上登山の実施を中止としています。また安全確保のために登山の途中で下山する場合があります。

警報または注意報	大雨	強風	雷
	大雪	暴風	火山
降水量	5 mm/h 以上		
風速	10m/s 以上		
その他	著しく気象の変化がある		
	利用者からの中止の申し入れ		
	交流の家として中止と判断したとき		

- ・団体と研修指導員は団体の車両で八方台登山口に移動します。
- ・登山口到着後にグループ責任者は参加者の人数と体調の確認・把握をします。貸出物品を参加者に渡します。
- ・グループ責任者は参加者の態勢を整え、研修指導員の説明（主に安全面について）を参加者と一緒に聞きます。

【登山中】

- ・登山隊形については、引率者の配置は先頭に1名（団体責任者）～中継1名以上～後尾1名としてください。（下記例参照）



- ・グループ責任者は参加者のコースの逸脱、石を蹴る、走る、研修指導員の説明を聞かないなどの危険行為がないように指導してください
- ・グループ責任者は休憩時などに参加者の点呼と健康観察を行います。また、研修指導員と適宜相談をして安全に活動できるように参加者を指導します。
- ・グループ責任者は水分補給を徹底させ、熱中症対策を講じてください。
- ・グループ責任者はペースが遅くなった参加者がいた場合に研修指導員と団体責任者へ状況を伝えて、指示を仰ぎます。
- ・団体責任者は傷病者が発生した場合に救急係に応急手当の指示を出し、研修指導員と相談して登山継続か下山するかを判断します。下山する場合は本部係とグループ責任者に指示を出すなど傷病者対応をします。また、天候の急変その他の事情が発生した場合は研修指導員と相談して、

	<p>途中下山の判断と指示を出します。</p> <p>【下山後】</p> <ul style="list-style-type: none">・グループ責任者は参加者の人数と体調の確認をします。・グループ責任者は貸出物品を事務室に返却します。・団体責任者は事務室で研修指導員と振り返りを行います。
その他 留意事項	<ul style="list-style-type: none">・研修指導員の都合によりご希望の人数が手配できない場合があります。・参加者は植物や樹木などを採集せずに、ごみは持ち帰ってください。・参加者は森の中など虫が出る所が多くありますので、虫に刺されない対策（虫よけスプレー、長袖長ズボン）をしてください。



3. 磐梯山登山③（猪苗代スキー場往復コース）

（活動時間の目安：約4時間）

概要	標高 1427m の磐梯山二合目を目指すコースです。夏季登山リフトを利用することにより、標高 1100m まで 20 分、リフト降り場から磐梯山二合目まで約 1 時間で進むことができます。また、下りでもリフトを利用することにより、疲れた体を癒しながら目の前に広がる猪苗代湖を楽しむことができます。			
ねらい	集団で自然体験活動をすることで生きる力や自己有用感を育むとともに、心身の健康を図ります。			
条件	対象	小学 5 年生～	人数	制限はないが 1 クラスに 1 名の引率者が必要
	時期	山開き後～ 9 月	実施判断	雷注意報時は中止
準備物	交流の家(貸出物品)	団体(準備物)	個人(準備物)	
	<input type="checkbox"/> 熊鈴 <input type="checkbox"/> 地図・登山マップ <input type="checkbox"/> 方位磁針 <input type="checkbox"/> トランシーバー（研修指導員用）	<input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 登山計画書 <input type="checkbox"/> 非常時簡易トイレ <input type="checkbox"/> 非常用水・非常食 <input type="checkbox"/> 携帯電話・時計	<input type="checkbox"/> デイバック <input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン <input type="checkbox"/> 帽子、水筒（水 1ℓ 以上） <input type="checkbox"/> 雨具	
登山ルート	<p>①第一リフト乗車口 ②第二リフト乗車口（トイレ有り） ③第二リフト降車口 ④磐梯山二合目（休憩箇所）</p>			

引率者の役割	団体責任者	<ul style="list-style-type: none"> ・研修指導員との事前打合せと当日の実施判断・中断の決定をします。 ・交流の家に下記3地点で連絡を行います。 (猪苗代スキー場・頂上・下山後の猪苗代スキー場)
	グループ責任者	<ul style="list-style-type: none"> ・出発前と活動中及び到着後の人数の把握と健康状態の確認をします。 ・研修指導員からの指示や注意事項などを参加者に伝えます。 (学校では担任が一般的)
	救急係	救急セットの携帯と応急手当をします。
	本部係	交流の家又は登山口で緊急車両を用意して待機し、途中下山者対応に備えます。
研修指導員の役割	<ul style="list-style-type: none"> ・活動当日の朝に交流の家で団体責任者と打合せをします。 ・登山口で参加者に安全面についての説明をします。 ・活動中は道案内や危険個所で状況に応じた指示を出します。 ・下山後に交流の家で団体責任者と振り返りをします。 	
交流の家の職員の役割	<ul style="list-style-type: none"> ・物品の貸出や回収を行います。 ・団体責任者からの連絡を受け取ります。 ・当日の朝の打合せ、下山後の振り返りの進行を行います。 	
引率者確認事項	<p>【施設入所前】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・登山ルートと時間配分の確認をします。登山日の活動をゆとりのある計画にしてください。 ・入所 40 日前までに指導員依頼（活動日程表の提出）をします。目安は1クラスに対して指導員1名となります。 ・登山当日までに日程・登山形態（安全管理・留意事項欄参照）を計画して登山計画書（届）を2部作成します。（登山ポスト又は猪苗代警察署用に1部、交流の家用に1部） ・事前に役割分担や参加者への指導（安全指導、装備確認）などを行います。 ・活動日の天候等により登山を中止する場合は登山前日の16時までに交流の家に連絡をします。 <p>【施設入所後】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・交流の家に登山計画書（届）を1部提出します。 ・登山時の持ち物や実施判断についての確認をします。食堂で弁当を注文した場合は、受け渡し場所や時刻も確認します。 	

引率者確認事項

【登山当日～登山口到着】

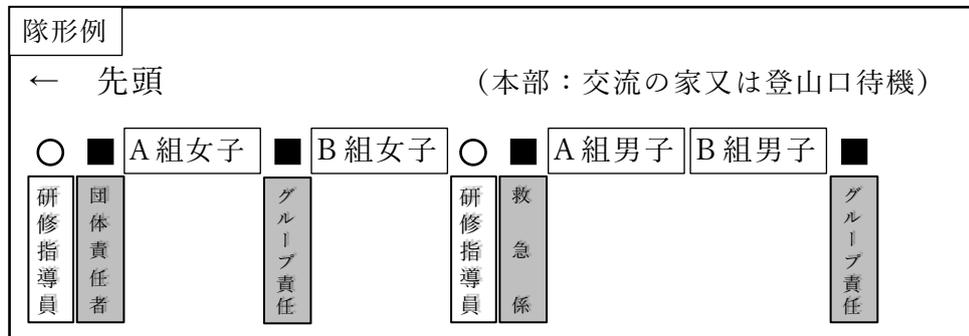
- ・団体責任者は研修指導員と7時45分に事務室にて実施の判断をします。登山判断基準は下記表のとおりです。実施決定後に打合せを行います。
- ・判断基準に該当する天候の場合は、安全管理上登山の実施を中止としています。また安全確保のために登山の途中で下山する場合があります。

警報または注意報	大雨	強風	雷
	大雪	暴風	火山
降水量	5 mm/h 以上		
風速	10m/s 以上		
その他	著しく気象の変化がある		
	利用者からの中止の申し入れ		
	交流の家として中止と判断したとき		

- ・団体と研修指導員は団体の車両で八方台登山口に移動します。
- ・登山口到着後にグループ責任者は参加者の人数と体調の確認・把握をします。貸出物品を参加者に渡します。
- ・グループ責任者は参加者の態勢を整え、研修指導員の説明（主に安全面について）を参加者と一緒に聞きます。

【登山中】

- ・登山隊形については、引率者の配置は先頭に1名（団体責任者）～中継1名以上～後尾1名としてください。（下記例参照）



- ・グループ責任者は参加者のコースの逸脱、石を蹴る、走る、研修指導員の説明を聞かないなどの危険行為がないように指導してください
- ・グループ責任者は休憩時などに参加者の点呼と健康観察を行います。また、研修指導員と適宜相談をして安全に活動できるように参加者を指導します。
- ・グループ責任者は水分補給を徹底させ、熱中症対策を講じてください。
- ・グループ責任者はペースが遅くなった参加者がいた場合に研修指導員と団体責任者へ状況を伝えて、指示を仰ぎます。
- ・団体責任者は傷病者が発生した場合に救急係に応急手当の指示を出し、研修指導員と相談して登山継続か下山するかを判断します。下山する場合は本部係とグループ責任者に指示を出すなど傷病者対応をします。また、天候の急変その他の事情が発生した場合は研修指導員と相談して、

	<p>途中下山の判断と指示を出します。</p> <p>【下山後】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループ責任者は参加者の人数と体調の確認をします。 ・グループ責任者は貸出物品を事務室に返却します。 ・団体責任者は事務室で研修指導員と振り返りを行います。
<p>その他 留意事項</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・研修指導員の都合によりご希望の人数が手配できない場合があります。 ・参加者は植物や樹木などを採集せずに、ごみは持ち帰ってください。 ・参加者は森の中など虫が出る所が多くありますので、虫に刺されない対策（虫よけスプレー、長袖長ズボン）をしてください。

V 実践活動・活用事例

1. 教育事業「アクティブ・ジオキャンプ（以下ジオキャンプと表記）」での登山

(1) 令和4年度

7月31日（土）、ジオキャンプ8日目に磐梯山登山②猪苗代スキー場～八方台登山口コースを実施した。人数は研修指導員1名、交流の家職員4名、ボランティア8名、キャンプ参加者19名（小学生14名、中学生5名）の計32名だった。

当日は8:30に猪苗代スキー場でリフト乗車開始、9:20に登山開始、12:20に磐梯山山頂到着、14:50に八方台登山口到着した。登山の所要時間は約6時間20分だった。

(2) 令和5年度

7月30日（日）、ジオキャンプ8日目に磐梯山登山③猪苗代スキー場往復コースを実施した。人数は研修指導員1名、交流の家職員2名、ボランティア11名、キャンプ参加者18名（小学生10名、中学生8名）の計32名だった。

計画段階では令和4年度と同じ磐梯山登山②猪苗代スキー場～八方台登山口コースを実施予定だったが、ジオキャンプ参加者の体調と翌日の天気予報（最高気温35℃前後の予報）について研修指導員と相談し、体力の消耗と登山時間を短縮できる磐梯山登山③猪苗代スキー場往復コースを実施することとした。

当日は9:30に猪苗代スキー場でリフト乗車開始、9:58に登山開始、11:10に磐梯山二合目到着、14:16に猪苗代スキー場でリフト降車完了した。登山の所要時間は約4時間46分だった。

この時、時間に余裕があったため、磐梯山二合目到着後に眺めの良い沼の平というポイントまで進んだ。沼の平に寄ることで約1時間20分余計に時間がかかるため、沼の平に寄らなければ12:56頃には猪苗代スキー場でリフト降車完了になると思われる。その際の登山の想定所要時間は約3時間26分である。

(3) 令和6年度

8月20日（火）、ジオキャンプ6日目に磐梯山登山③猪苗代スキー場往復コースを実施した。人数は研修指導員1名、交流の家職員3名、ボランティア7名、キャンプ参加者14名（小学生10名、中学生4名）の計25名だった。

この時期のジオキャンプ参加者の体調や高い気温を考慮し、また令和5年度に実施した磐梯山登山③コースでの参加者の反応が良かったことから、計画段階から磐梯山登山③コースを実施することとした。

当日は9:10に猪苗代スキー場でリフト乗車開始、9:54に登山開始、11:15に磐梯山二合目到着、14:25に猪苗代スキー場でリフト降車完了した。登山の所要時間は約5時間15分だった。

この時も時間に余裕があったため、沼の平というポイントまで進んだ。沼の平に寄らなければ13:05頃には猪苗代スキー場でリフト降車完了になると思われる。その際の登山の想定所要時間は約3時間55分である。

2. 教育事業「磐梯地域探究プログラム」での登山

福島県立猪苗代高等学校では、探究の時間に防災・減災についての学習を行っており、その一環で磐梯山登山を行っている。

令和4年度は磐梯山登山①八方台登山口往復コース、令和5年度は磐梯山登山①八方台登山口往復コースと裏磐梯登山口～八方台登山口コースに分かれて実施した。令和6年度は「磐梯山の他の表情も見せたい。」という高校教員の願いがあったため、交流の家職員が磐梯山登山②猪苗代スキー場～八方台登山口コースを提案した。人数は研修指導員3名、交流の家職員2名、高校生50名、教員8名、保護者5名、自衛隊員4名の計72名だった。

当日は8:50に猪苗代スキー場でリフト乗車開始、9:35に登山開始、12:40に磐梯山山頂到着、14:50に八方台登山口到着した。登山の所要時間は約6時間だった。

VI 効果

1. 令和4年度ジオキャンプ

(1) 登山についてのアンケート

アンケートは、「4：とても楽しかった」「3：まあまあ楽しかった」「2：あまり楽しくなかった」「1：ぜんぜん楽しくなかった」の4段階を選択する方式で実施した。

アンケートの結果、平均点は3.78点であった。

(2) 参加者の声

- ①リフトに乗って下を見たらとても高くて驚いた。涼しい風が気持ちよかった。
- ②リフトを使って登る登山は初めてだったので楽しかった。足が浮いて前に進むのも楽しかった。
- ③登山の日はとても暑かったけれど、リフトに乗っている時と山頂は涼しくて気持ち良かった。
- ④リフトから見える景色が良くて気持ち良かった。
- ⑤冬にしかリフトに乗ったことがなくて、どんな景色が見えるか楽しみにしていた。
- ⑥リフトに乗って周りを見ると、猪苗代湖がよく見えてすてきだった。
- ⑦猪苗代スキー場から登ったことがなかったので、見たことのない景色ばかりでおもしろかった。

2. 令和5年度ジオキャンプ

(1) 登山についてのアンケート

アンケートは令和4年度と同様の方法で実施した。アンケートの結果、平均点は3.83点であった。

(2) 参加者の声

- ①リフトからの景色がとてもきれいだった。
- ②リフトを使ったので、思っていたよりも登山が辛くなかった。
- ③リフトのおかげでばてなかった。
- ④赤埴山に初めて登った。磐梯山も良かったけど赤埴山も楽しかった。

3. 令和6年度ジオキャンプ

(1) 登山についてのアンケート

アンケートは令和4年度と同様の方法で実施した。アンケートの結果、平均点は3.86点であった。

(2) 参加者の声

- ①スキー場についたらリフトに乗って帰りにもリフトに乗れたので、あまり疲れなかった。
- ②下りのリフトから見た猪苗代湖がきらきらしていてきれいだった。
- ③山頂まで登れるか不安だったけど、リフトのおかげで山頂まで登って帰ってくる事ができた。
- ④リフトからの眺めが絶景だった。
- ⑤赤埴山頂から見た磐梯山はいつも見ている磐梯山と見え方がちがって、きれいで感動した。
- ⑥登るときは疲れたけど、帰りのリフトできれいな景色を見て、疲れが吹き飛んだ。
- ⑦下りのリフトから猪苗代湖を見て、猪苗代湖が「天鏡湖」と言われるのがよくわかった。
- ⑧下りのリフトに乗るのは初めてだったので、とても気持ちが良かった。

4. 磐梯地域探求プログラム

(1) 登山についてのアンケート

未実施

(2) 参加者の声

- ①スキー場の斜面を登ったので、さえぎるものがなく、猪苗代湖や猪苗代の町並みがとてもよく見えた。
- ②比較的ゆるやかな道だったので登りやすかった。
- ③普段は見られない方向から磐梯山を見ることができた。山体崩壊の様子がイメージできた。
- ④途中いくつか見晴らしの良い地点があったので、気分転換にもなった。
- ⑤植生のちがいが見られておもしろかった。
- ⑥森林限界の境界がよくわかった。

5. 令和6年の磐梯山登山プログラムの実施回数と利用者数

表3 令和6年の磐梯山登山プログラムの実施回数と利用者数

年度	実施回数(回)	利用者数(人)
令和6年	10	275

令和5年度と比べて、令和6年度の磐梯山登山実施回数は6回減、利用者数は212名減となった。また、登山コースを増やしたが、実施回数や利用者数の増加につながらなかった。

今回開発したコースは従来の登山コースと比べると途中の景色や眺望がすばらしかったり、急な道が少なく、登りやすかったりするという利点も多くある。そのよさについて施設利用団体へ伝えるとともに、連携している業者(リフト利用)とは料金等について相談しながら、施設利用団体が児童生徒の実態や団体の活動計画に応じてコースを選択しやすくなるように、さらなる普及・啓発に努め、コース選択者の運動習慣のきっかけづくりの一助となるようにしたい。

Ⅶ 有識者のコメント

猪苗代山岳会会長/国有林野保護監視員/福島県自然保護指導員/福島県山岳遭難対策協議会民間救助隊員/国立磐梯青少年交流の家研修指導員

渡部 修一 氏

交流の家利用団体で登山を活動プログラムに実施している団体が年々減少しているため、これまでの教育事業で実施した登山の経験を生かしたり、団体のニーズを考慮したりして、登山中の景観や運動量、所要時間の異なる3つの登山コースプログラムを利用者に提供し、登山実施者数を増やそうとした取り組みは評価できる。

3つのコースそれぞれに異なる魅力があるため、利用者が自分たちのねらいや実態に応じて選択できるように配慮した点が素晴らしい。

一方で、このように登山コースを増やしたものの、登山実施者数の増加につながっていないことは課題である。また、新たに提供した②コースと③コースについては現段階で交流の家主催の教育事業のみでの利用しかなく、他団体の利用がなかったことが非常に残念である。

そのため、交流の家では磐梯山登山に3つのコースを用意していることやそれぞれのコースの魅力を利用者に知ってもらうための広報を充実させる必要があると考える。②と③コースでは、リフトを利用することが利用者の金銭的な負担になっている可能性もある。リフトを運営するスキー場にリフト料金を下げてもらえるように交渉することも必要かもしれない。また、所要時間の短縮や1泊2日で利用する団体が2日目でも登山できるといった、金銭的な負担以外の価値についても、利用者に伝わるような広報の在り方も検討すると良いのではないだろうか。

さらに、③コースではリフトを利用せずに行う方法や、リフトを往路（登り）や復路（下り）一方のみ利用する方法も可能である。利用者の金銭的な負担を減少することができるように、今後は「リフトを利用する③コース」、「往路または復路どちらかだけリフトを利用する③コース」、「リフトを利用しない③コース」といったように、③コースのバリエーションを増やして利用者に提案してみてもどうかと考える。

引用文献・参考文献・注

- 1) 国土交通省国土地理院「国土地理院ウェブサイト」国土交通省国土地理院、<https://maps.gsi.go.jp/#11/37.567168/140.166321/&base=std&ls=std&disp=1&vs=c1glj0h0k010u0t0z0r0s0m0f1>、2025/1/28 参照