

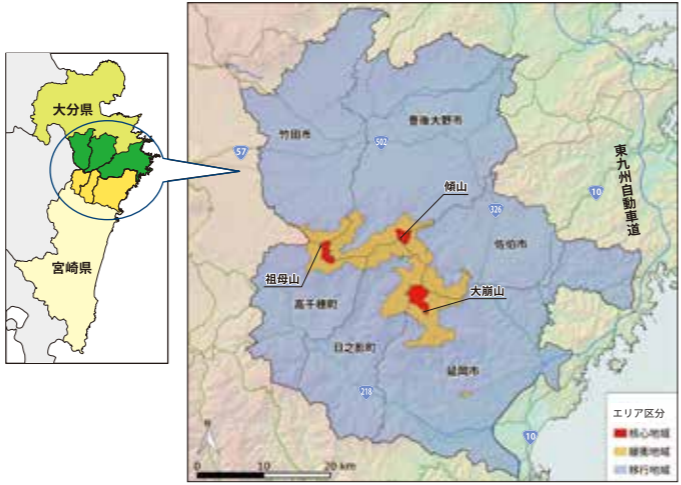


祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク

祖母・傾・大崩山系の周辺に暮らす人々は、豊かな自然を敬い、もたらされる恵みを活用し、大切に守りながら暮らしてきました。自然と人の共生。悠久の昔から続くこの営みが、世界的に高く評価され、2017年、ユネスコエコパークとして登録されました。

※ユネスコエコパークとは(生物圏保存地域:Biosphere Reserves)生態系の保全と持続可能な利活用の調和をめざし、1976年にユネスコが開始した事業。自然と人間社会の共生を目的としています。

祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク



核心地域: 自然を厳格に保護し、長期的に保全する地域
緩衝地域: 核心地域保護のための緩衝的地域
移行地域: 人が生活し、自然と調和した持続可能な発展を実現する地域

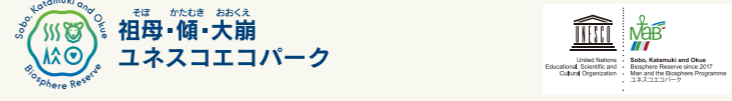
祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク推進協議会

大分県事務局 / 大分県生活環境部自然保護推進室 TEL 097-536-1111(県庁代表)
 宮崎県事務局 / 宮崎県総合政策部中山間・地域政策課 TEL 0985-26-7035(直通)

大分県佐伯市宇目振興局 TEL 0972-52-1111(代表)
 大分県竹田市商工観光課 TEL 0974-63-4807(直通)
 大分県豊後大野市商工観光課 TEL 0974-22-1001(代表)

宮崎県延岡市経営政策課 TEL 0982-22-7074(直通)
 宮崎県高千穂町財政課総合政策室 TEL 0982-73-1260(直通)
 宮崎県日之影町地域振興課 TEL 0982-87-3910(直通)

詳しい情報は公式ホームページでお知らせしています！
 祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク推進協議会公式ホームページ
<http://sobokatamuki-br-council.org/>



**祖母山・傾山・大崩山
安全山歩きの手引き**



**起伏に富んだ岩峰群と
貴重な原生林**

大分県と宮崎県にまたがる祖母・傾・大崩山系。火山活動等の影響を受けて変化に富んだ岩峰群や、針葉樹と広葉樹が混じり合った原生林、多様かつ貴重な生態系など、四季折々に表情を変える独自の景観が訪れる人々を魅了します。



山での心得

ずれ違いは「登り優先」
 登山道で他の登山者とすれ違ふ時は、基本的に登りが優先。これは、下りの方が相手に受けやすくて、すれ違ふ場所を探しやすいためです。道を譲る場合には、台詞ではなく山間に寄りましょう。

登山道からはみ出さない。むやみにルートを作らない
 山には絶滅危惧種を始め、貴重な高山植物が自生しています。そのような植物を踏み荒らしてしまわないよう、登山道を外れて歩くことはやめましょう。

ゴミは持ち帰る
 登山道に出たゴミは責任を持ってすべて持ち帰りましょう。食料などの余分な包装はあらかじめ削減するなどとして、余分なゴミが出ないようにしておきましょう。

トイレの場所を確認
 登山道には基本的にトイレがないので、登山口など最高峰の場所まで済ませておきましょう。用を足したいと思つて道を外れずきると、道に迷つたり滑落したりする危険があるのに注意しましょう。

携帯用トイレを持っていこう
 前述したように、山には基本的にトイレはありません。数百円程度で販売されていますので、いざというときに備えて準備しておきましょう。

出会った人には挨拶を
 登山道で人とすれ違ふときは「こんにちは」と挨拶を。合わせて「頂上はもうすぐです」と声かけるとコミュニケーションが深まります。お互いに気持ちよくなるだけでなく、相手の印象に残るので、万が一、遭難した時に捜索の手かりにもなります。

希少植物を持ち帰らない
 ちよこ位なら...自分だけなら...と思つても少しは残さず、同じ事を考える人が他にもしればどうなるでしょうか。希少な植物が絶滅してしまわないために、決して採取してはいけません。

山歩き 装備・携行品 チェックリスト

しっかり装備で安全に!
 安全・快適に登山を楽しむためには準備が大切です。祖母山、傾山、大崩山はいずれも標高1,600メートル以上の高山なので、しっかりととした装備と服装が欠かせません。

衣類

- レインウェア(上下) ...晴れていても必ず携帯する。防寒着としても使える
- シーツ ...夏は速乾性、冬は速乾・保温性が高いもの
- スボット ...伸縮性があり動きを妨げないもの
- 下着 ...速乾性の高いもの
- 靴下 ...登山用の厚手のもの。予備もあるとよい
- 帽子 ...日差しよけや頭部の保護に。冬は耳まで覆えるもの
- サックカバナー ...サックが濡れるのを防ぐ
- トレッキングシューズ ...専用のもの。古い靴は靴底がはがれる危険がある
- 地図・コンパス ...位置確認や行動計画に使用
- 腕時計 ...防水で高度や方位を計れるものが便利

緊急用具

- ヘルメット ...登山をするなら必須。予備の電池も
- 水筒(インフレーション) ...水分補給は必須。行動時間に合わせた量を
- タオル ...汗ふきや洗面などに必須
- トイレシート ...山小屋や登山口のトイレにないことも
- エネルギーゼリー ...ゴミや汚れたウエガなどを入れられる
- 行動食 ...登山中に食べるもの
- 非常食 ...保存が利いてすぐ食べられるもの
- 携帯トイレ ...持ち運びことができ、持ち帰れるもの
- 防寒着 ...フリース、セーター、ダウンジャケット等

小物・食料

※リストには基本的な装備・携行品のみを掲載しています。季節や天候により、ご自身で判断してリストから準備を整えてください。

安全に山を楽しむために

- 登りたい山ではなく、登れる山に**
 まずは、自分の体力や技術、経験に見合ったコースを選んでください。登山経験の浅い人同士や単独での入山は避けましょう。
- 単独、経験の浅い人同士の登山を避ける**
 祖母・傾・大崩山系は、見過ごされがちで迷いやすい箇所が多いため、登山経験の浅い人同士や単独での入山は避けましょう。
- 出発はできるだけ早めに**
 登山の根本は、「早歩き」。夏場は午後には天候が変わりやすく、冬場は日が落ちるのが早い。早めに目的地に到着し、下山できる計画を立てましょう。
- 無理にスタートしない**
 登山口に到着したら、天候と自分の体調をチェック。この時点で問題があるようなら、登山を中止しましょう。
- 引き返す勇気を持つ**
 山行の途中で天候が崩れたり、体調が悪くなったり、山を登り始めてみたら想定外の危険があるのに気づいていかに戻りましょう。そうしても無理かな?と悩む場合には引き返す勇気を持ちましょう。
- 迷ったら引き返す**
 万が一道に迷ってしまったら、来た道を引き返すのが基本です。水や食料などは薄く、登山道に迷わない場合は、水や食料を確保し、救助隊が居る場所や下山口まで戻りましょう。
- 準備あれば「登山計画書(登山届) 書いて無し」**
 ●登山計画書の書式はありませんが、日本山岳協会のホームページなどでダウンロードできます。
 ●祖母・傾・大崩山系を管理する大分県警、宮崎県警では、インターネットによる登山計画書の受付を行っています。