

- メモ欄 -

気付いたこととか書いてね

☕ 雑学コーナー

最低気温と最高気温

山行計画を立てるときに気になるのは天気と気温。一年の中で最も寒い1月と最も暑い8月、そして春山季節の4~6月を比較してみました。

一番寒い!

	平均気温	最高気温	最低気温
1月	1.3℃	6.7℃	-2.7℃

一番暑い!

	平均気温	最高気温	最低気温
8月	23.2℃	28.2℃	19.7℃

そして春は?

	平均気温	最高気温	最低気温
4月	10.6℃	16.3℃	5.6℃
5月	15.1℃	20.5℃	10.5℃
6月	18.5℃	23.0℃	14.8℃

やはり春はやや涼しいものの、過ごしやすい気温ですね。しかし、最高と最低の温度差が4月は10.7℃と一年の中で最も寒暖差があります。服装には気をつけて奥多摩の登山を楽しみましょう!

※気象データは小河内における1981~2010年の気象庁観測値に基づく。

シリーズ

# 奥多摩の野鳥

## ■フクロウ



漢字名：梟  
フクロウ目/フクロウ科

レア度 ★★★★★

● 大きさ 全長約50cm

● なき声 「ゴウホウ ゴロッケ」「ギャウ」「ウフフ」

● 特徴 雌雄同色。全体的に灰白色や褐色で複雑な模様を持つ。虹彩は濃黒褐色。嘴と足の指は黄色味を持つ。

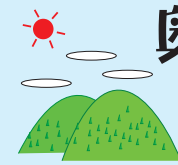
📍 メモ 1羽もしくはつがいで生活してる。夜間に活動するが、稀に日中活動することもある。ネズミ類や鳥類を主食とする。

👁️ どこで観察できる?

国内 留鳥。平地から山地の林、農耕地、草原など。

奥多摩 夜になると鳴き声は聞こえるが、姿を見ることは稀。

第71号(4月号) 毎月中旬発行



# 奥多摩を歩こう!



## ★春山登山の注意点



## 東京都 奥多摩ビジターセンター

URL : <http://www.okutama-vc.com/>  
住所 : 東京都西多摩郡奥多摩町氷川171-1  
電話 : 0428-83-2037

🌿 公益財団法人 東京都公園協会  
お客様サポートセンター : 電話 03(3232)3038

春の奥多摩は新緑や草花など、自然がキラキラ輝いている季節です。しかし、**本格的な登山**となることには変わりません。

奥多摩の春山の特徴を踏まえ、しっかりと計画を立てましょう！



### ■意外と気温が低い

奥多摩小河内地区(標高530m)の4月から6月の**平均気温は14.7℃**です。山では標高が100m上がるごとに0.6度気温が下がると言われています。

計算上では、**雲取山**(標高2017m)周辺の**平均気温は5.7℃**と、都市部の冬並の寒さとなります。

### ■標高の高い場所では雪が残る

山の上では**雪が残る**ことがあります。例えば雲取山では**4月下旬**まで雪が残ります。

場所によってはアイゼンが必要になることもあるので**注意**が必要です。



### ■春は季節の変わり目

山間部では4月に入っても雪が降ることがあります。また関東甲信地方では**例年6月8日**に**梅雨入り**を迎えるため、春は**天候・気候の移り変わり**が大きい季節です。

融雪や降雨後の登山道が泥濘(ぬかるみ)で滑りやすくなるため、転倒するリスクも上がります。

※気象データは小河内における1981～2014年の気象庁観測値に基づく。

### ■情報収集はしっかりと

天気の変化の大きい春は**事前の情報収集**が大事です。

目的の山の残雪や凍結の情報。また、雪解け後や梅雨時期には、湿気を多く含んだ斜面が崩れやすくなります。そのため、**最新の登山道の状況**の確認をしておきましょう。



大ダワ林道崩落現場

### ■体温調整のしやすい服装を

春は一年の中でも**寒暖差**が一番大きな季節です。そのため隠れた熱中症の季節でもあります。

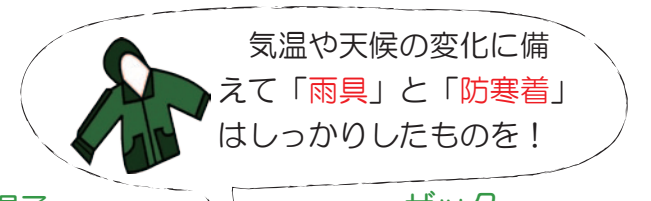
登山の際には薄手と厚手の服を組み合わせるなど、**体温調整の行いやすい服装**で登山をしましょう。



### ■天気予報にご注意を

梅雨入りを迎える春の季節は降水量が増える時期、つまり雨が降りやすくなる季節です。

**天気予報をよく確認**し、予報が悪ければ山行中止も検討しましょう。



気温や天候の変化に備えて「**雨具**」と「**防寒着**」はしっかりとしたもの！

#### 帽子

日差しだけでなく、虫刺され・落石などから頭部を守る。

#### ザック

長時間背負う物のため、身体にフィットするものを選ぶことが重要。

#### ストック

3点支持による安定した歩行が得られ、膝や腰への負担が軽減される。

#### シャツ

山域は気温の変化が激しい上、木の枝や日差しなどから肌を守るため、長袖が良い。  
インナーウェアは、吸湿速乾性のものを選ぶこと。

#### 登山靴

足首までガードするハイカットで、底がしっかりしたものを選ぶ。防水性の高いものが良い。

#### ズボン

シャツと同様の理由で長ズボンが良く、膝の曲げ伸ばしがしやすく、速乾性のものが良い。

※膝への負担軽減などの効果があるサポートタイツでも良い。

