

人生を輝かせる山登りのススメ(第31回)

登山者必見、「グレーディング」は安全登山の第一歩

2018.01.19

初めての山へ行くと想像してみてください。みなさんは、その山の難易度をどのように確認していますか？

ガイドブックで調べる、行ったことのある人に直接聞く、インターネットで登った人の感想を読むなど、いろいろな方法がありますね。山の遭難事故の多くは力量不足から起こるので、計画段階で自分の力量に合った山選びをすることがとても重要です。でも、初心者にとっては、その山が本当に自分の体力・経験で登ることができるのか考えるのは難しいもの。そこで役立ててもらいたいのが「山のグレーディング」です。

グレーディング表を参考に登山ルートを選ぶ

2017年12月17日、都内で中央四県サミット「山のグレーディング活用セミナー」が行われ、私も参加してきました。この日、定員50人のプログラムが午後に2回行われたのですが、年末の多忙な時期にもかかわらず、どちらも満員となる盛況ぶり。いかに山のグレーディングが登山者の関心を集めているのかが分かります。



グレーディング活用セミナーの様子。好事に満席、みな講師の話に集中しています

山のグレーディングとは、登山ルート別の難易度評価のことで、有名山岳の人気ルートを体力度と技術的難易度別にまとめたものです。2014年に長野県が初めて県内の102ルートについてグレーディングを行いました。続く2015年には、新潟県、山梨県、静岡県の3県で284ルートのグレーディングが公表されました。その後、岐阜県、群馬県、栃木県の3県で242ルートも加わり、2017年12月現在、7県で合計628ルートのグレーディングが以下の行政HPで公開されています。それぞれのリンク先からグレーディング表を開けますので、ぜひ見てみてください。

- ・山梨県:123ルート
- ・長野県:102ルート
- ・群馬県:85ルート
- ・栃木県:82ルート
- ・静岡県:82ルート
- ・新潟県:79ルート
- ・岐阜県:75ルート
- (以上、ルート数順)

グレーディング表は縦軸が「体力度」で、数字1～10の10段階(数字が大きいくほど体力が必要)で評価されています。横軸は「技術的難易度」です。こちらはA～Eの5段階(Aは危険箇所が少ない山で、Eに近づくほど険しく技術的に難しい)に分けられています。

群馬県 山のグレーディング 無雪期・天候良好時の「登山ルート別 難易度評価」

群馬県内の85の登山ルートを厳選し、体力度と技術的難易度で評価しました。本表は目安です。体力・技術は個人差がありますので、「自分の力量にあった山選び」により、登山を安全にお楽しみください。

数字が大きくなるほど体力が必要

体力度

		A ★	B ★★	C ★★★	D ★★★★	E ★★★★★	
10	213路 以上が通						
9	112路 以上が通						
8							
7							
6				17 龍谷川道→白毛門(天神峠・土倉)			
5	1 沿以上が通		11 龍谷川道→三國山(天神平・三國峠)	16 朝日岳(土倉)※1			
4			33 龍谷丸山(塔ノ沢登山口)〈龍谷道〉※1 10 三國山→仙ノ倉山 (三國峠駐車場)〈平標山〉	15 龍谷丸山 (川場野営場)〈不動岩経由〉※2			
3		19 龍谷丸山→尾瀬道(地持峠・大清水)※3 70 赤久保山(東水戸) 50 龍谷丸山(龍谷丸温泉郷) 18 龍谷丸山(富士見下・地持峠) 30 龍谷丸山(龍谷丸) 29 龍谷丸山(龍谷丸登山口) 71 龍谷丸山(小平・生利) 5 三峰山(後閑駅)	52 西阿山(鳥居峠) 24 龍谷丸山(地持峠)※4 7 龍谷丸山・尾ノ倉山(地持峠)※5 23 龍谷丸山(大清水) 40 十二ヶ岳(小野上駅) 53 白砂山(野反道) 22 日光白根山(菅沼) 9 龍谷丸山(土倉)〈龍谷峠〉 8 龍谷丸山(龍谷丸)	14 龍谷丸山→龍谷丸山 (武蔵神社・上ノ原) 84 龍谷丸山(沢平) 61 龍谷丸山・赤久保自然保護路 (妙義神社) 12 龍谷丸山(西尾尾根登山口) 13 龍谷丸山(マチガ沢出合)〈龍谷新道〉 54 龍谷丸山・龍谷丸山(はまゆう山荘) 85 龍谷丸山・大山(天丸橋) 62 龍谷丸山(龍谷丸温泉郷)	64 龍谷丸山(龍谷丸山) (旧国民宿舎)		
2	日 本 レ ガ ス 可 能	44 龍谷丸山(二重上峠東) 2 龍谷丸山(三國峠) 48 龍谷丸山(龍谷丸温泉郷) 38 王城山(林) 3 大峰山・龍谷丸山(大峰山登山口) 37 龍谷丸山(高尾山登山口・小野上駅) 45 龍谷丸山(毛無峠) 55 龍谷丸山・赤久保(龍谷丸山) 28 龍谷丸山(龍谷丸山) 49 龍谷丸山(龍谷丸山・野反道ゲム) 56 龍谷丸山(龍谷丸山) 68 龍谷丸山・オドケ山(段石峠) 4 三國山(三國峠駐車場) 46 龍谷丸山→エド山(野反道ロッジ) 47 龍谷丸山(白根火山口)※7 67 龍谷丸山(サンポートランド) 69 龍谷丸山(神津牧場)	77 龍谷丸山(内山峠) 79 龍谷丸山(龍谷丸登山口) 78 龍谷丸山(シボツ沢登山口) 76 小沢山(七久保橋) 31 龍谷丸山・龍谷丸山(赤城神社・大洞) 20 龍谷丸山(地持峠)※4 32 龍谷丸山(新坂) 74 龍谷丸山(赤久保森林公園) 6 龍谷丸山(天神平)〈天神尾根〉 21 龍谷丸山(龍谷丸山)〈丸沼高原〉 51 龍谷丸山(龍谷丸山) 73 龍谷丸山(龍谷丸山) 58 龍谷丸山(龍谷丸山) 75 龍谷丸山(龍谷丸山)	43 龍谷丸山(龍谷丸山) 80 龍谷丸山・龍谷丸山(やすらぎの森) 81 龍谷丸山(龍谷丸山) 42 龍谷丸山(七久保登山口入口)※6 34 龍谷丸山(龍谷丸山) 60 龍谷丸山(龍谷丸山) 83 龍谷丸山(龍谷丸登山口) 35 龍谷丸山(龍谷丸登山口) 82 龍谷丸山・龍谷丸山 (大久保登山口・下高尾)	63 龍谷丸山(龍谷丸登山口)		
1		25 龍谷丸山(龍谷丸山) 66 龍谷丸山(龍谷丸山) 26 龍谷丸山(龍谷丸山) 27 龍谷丸山(龍谷丸山) 36 龍谷丸山(龍谷丸山) 65 龍谷丸山(龍谷丸山) 1 龍谷丸山(龍谷丸山)	72 龍谷丸山(龍谷丸山) 57 龍谷丸山(龍谷丸山) 39 龍谷丸山(龍谷丸山)	41 龍谷丸山(龍谷丸山) 59 龍谷丸山(龍谷丸山)			
		A ★	B ★★	C ★★★	D ★★★★	E ★★★★★	

- 龍谷川・三國峠・武蔵
- 龍谷丸山・奥日光
- 龍谷丸山・東毛
- 龍谷丸山・小野子・子持
- 龍谷丸山・白根
- 龍谷丸山・横谷
- 龍谷丸山・西上州

【凡例】

- () 登山口
- () 山名と登山口だけでは経路が特定できない場合の経由地
- 龍谷丸山 入山口と下山口が異なる縦走ルート
- 龍谷丸山 入山口と下山口は同じだが途中の経路が異なる縦走ルート

- 龍谷川・三國峠・武蔵
- 龍谷川・奥日光
- 龍谷川・東毛
- 龍谷川・小野子・子持
- 龍谷川・白根
- 龍谷川・龍谷川
- 龍谷川・西上州

- 【凡例】
- () 登山口
 - () 山名と登山口だけでは経路が特定できない場合の経路地
 - 龍 入山口と下山口が異なる縦走路
 - 龍 入山口と下山口は同じだが途中の経路が異なる縦走路

群馬県「山のグレーディング」リーフレットから引用(一部抜粋)。専用ページからダウンロード可能です

登山経験のある中高年者こそ現在の体力や能力と相談すること… 続きを読む