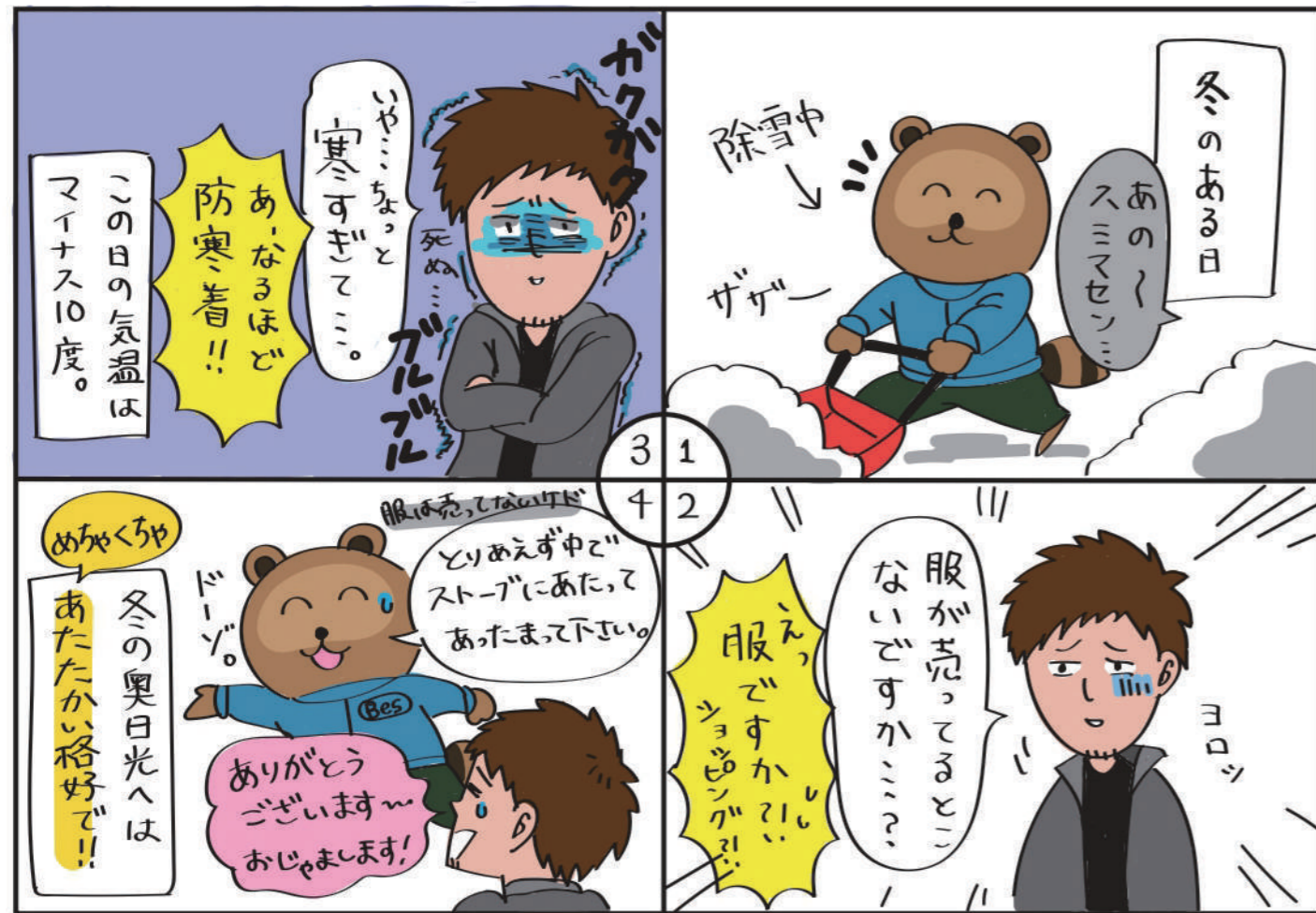


# ビジターセンターまんが



冬の奥日光（特に湯元）は、日中でも気温が氷点下なのは日常茶飯事！朝晩は -15℃近くになることも。コートではなくダウンジャケットが必須です。マフラーや手袋、耳当て等の小物もあると良いです。北海道に行くイメージで、防寒対策をされると良いかもしれません（笑）。

この漫画では、お客様があまりの寒さに耐えきれず防寒着が買えるところを探していますがもちろん、山奥の奥日光に服屋さんはありません。「現地で何か調達できるだろう。」とは絶対に思わないでください！湯元では最近コンビニすらなくなってしまい、なんとかせねばと、ビジターセンターでカップラーメンの販売を始めたくらいです…。防寒グッズに限らず、忘れ物のないようにお越しください。

## 定期購読のご案内

発行日にご自宅まで本誌をお届けします。

「楓通信」購読料 **1,000 円**

2022年3月号 (No.148) ~ 2023年12月号 (No.155)

※本誌は無料。送料、手数料として頂きます。

[申し込み方法]

ビジターセンターで申込書にご記入いただくか、下記まで氏名・住所・電話番号をご連絡ください。

✉ yumotovc.guide@bes.or.jp

☎ 0288-62-2461 (FAX: 0288-62-2378)

2022年12月初旬発行 [次号 2023年3月初旬発行予定]

奥日光の自然情報誌

# 楓通信 2022年度 No.151 12-2月号



戦場ヶ原の霧氷 (1月)

## 今号の特集

元、救急救命士に聞いた 奥日光で起こりうるケガと予防法  
奥日光の『冬のギモン』にお答えします！

## 第8回 One Team

### 元『救急救命士』にインタビュー！ 奥日光で起こりうるケガと予防法

ビジターセンターで働く前は救急救命士だった  
ちょっと変わった経歴を持つ職員に  
奥日光の観光で注意すべきことを聞いてみました！



現役時代

#### 勤務中、お客様がケガをした 場面に遭遇したことはありま すか？

これからの時季は、歩道が落ち  
葉で覆われ、その下に隠れた木の  
根や段差が見えにくくなります。  
そんな自然のトラップに足を取ら  
れたり、写真撮影や景色を見るの  
に夢中で、木道を踏み外してケガ  
をするケースが多いです。  
戦場ヶ原はほぼ平坦なので油断  
しがちですが、そうしたことから、  
足元には常に注意が必要です。落  
ち葉の上に雪が乗ると滑りやすく  
もなり、なお注意です。

湯滝横の階段で転落し、倒れて  
いる人に遭遇した事があります。  
写真撮影に夢中で階段を踏み外し、

#### ハイキングコース上で起こり うるケガにはどういったもの があるのでしょうか？

頭を打って倒れているという  
状況でした。付き添いの方は  
ぼう然としていて、救急車も  
まだ呼んでいませんでした。  
私が急ぎ連絡を取り、できる  
限りの処置を施し、救急隊の  
方に引き継ぎました。

他にも、湯ノ湖のハイキン  
グ中に転んで手をついたとこ  
ろ、手を傷めてビジターセ  
ンターに来たご夫婦もいらっ  
しゃいました。痛みがひどい  
様子だったので、傷めた方の  
腕を楽な体勢で机に置いて、  
安静にしてもらいました。そ  
の方はすでに救急車を呼んで  
いたので、それ以上こちらで  
余計な処置はせず、救急隊の  
方にお任せしました。後日、  
そのお客様から、診断の結果、  
骨折だったと連絡がありまし  
た。

湯ノ湖もほぼ平坦で、一周  
約一時間の歩きやすいコース  
です。だからといって、油断  
してはいけないということが  
この事例からお分かりいただ

けたでしょうか？

#### 奥日光といえば温泉も人気です。 入浴時に注意すべき事はどんな事 でしょうか？

冬になると、湯元温泉内で救急車  
のサイレンの音を聞く機会が多くな  
ります。恐らく、入浴時の湯あたり  
やのぼせによる救急搬送でしょう。  
体が急激な温度変化にさらされるこ  
とが要因だと思えます。「よくし、露  
天風呂だ！」と、外気が零度の外へ  
脱衣所から直行するのは、倒れる原  
因の一つです。また、のぼせの原因  
のひとつに『長湯』が挙げられます。  
「温泉に来たからには思う存分お風呂  
に入ろう！」と、つい長時間お湯に  
浸かってしまいますよね。湯元は寒  
いですし、無意識に長湯してしまう  
のも分かりますが、何事も『ほどほど』  
が体には良いということを忘れずに。  
また「お湯からあがろうと立ち上  
がったら、意識を失って倒れた」と  
いうのもよくある事例です。これは、

急に立ち上がった事が倒れた原因です。  
お湯から出る時は、一度浴槽のフチに腰  
かけて様子を見て、クラクラしたりしな  
ければ、ゆっくり立ち上がるようにして  
ください。倒れた際に頭を強打して、大  
ケガに繋がる場合もあります。お風呂か  
らあがる時は慎重に。  
それから、お酒を飲んで入浴するのも  
やめましょう。最も危険な行為です！

#### 元救急救命士の視点から、奥日光 での観光を楽しむ方に伝えたい事 があればお願いします。

『予防救急』という言葉があります。  
例えば「家の中でケガをしないよう整理  
整頓する」「持病がある人は、普段から  
医師の指示をおおぐ」ことです。

奥日光は山奥なので、街中のように救  
急車がすぐに来られる環境ではありません  
ん。ハイキングコースは目印になる物も  
少なく、コース内でケガをした場合、現  
在地の伝え方も難しいです。そもそも、  
携帯電話の電波が入らない場所があるく  
らいです。難しいコースでなくとも、万

が一大きなケガをした場合、そう  
いった奥日光の環境は、かなり不利  
になります。

奥日光は湖や滝、湿原など、コー  
スによって見られる景色が変わりま  
す。つい、あれもこれもと予定を詰  
め込んでしまいがちですが、前述し  
たとおり、ハイキングにおいても『ほ  
どほど』が大切です。



▲普段の仕事の様子  
雪に埋もれたベンチの雪かきをして、  
お客様が使えるようにしています！

山も湿原も滝も逃げません。体調  
に不安のある方は医師に相談し、体  
力に自信のない方は、ご自身の体と  
よく相談して、無理のない範囲で楽  
しんでいただきたいです。

「せっかく来たからあれもこれも」  
ではなく「せっかく来たから無事に  
帰ろう」という意識で、計画を立て  
てください。それこそ、せっかく来  
たのにケガをして帰るなんて、勿体  
ないですからね。

## 奥日光の

## 『冬のギモン』に

## お答えします！

### 『いろは坂』は、スタッドレスタイヤをはいて いけば問題なく登れますか？

私たちが一番困る質問です(笑)。いろは坂は積雪してもすぐに除雪車が入るので、最低限、冬タイヤなら通行は可能です。ただし、除雪車は24時間休まず作業しているわけではありません。除雪に入る前のタイミングで通行すると、雪道の運転に慣れていない方には怖いコンディションだと思います。

結局のところ、テクニックと車のスペックによるというのが大きいかも…。心配な方は、更にチェーンを携行しましょう。

余談ですが、登ったものの、序盤で断念してバックで戻って来る恐ろしい車が毎年目撃されます(いろは坂は一方通行なので…)。

### いつからスタッドレスタイヤが必要ですか？

私たちは毎日通勤する関係もあり、遅くとも11月上旬までには冬タイヤに替えます。奥日光は11月に入ると朝晩は氷点下になりますし、11月上旬に雪が降るのはよくあることです。

ちなみに、2022年は10月24日にみぞれが降りました。季節の変わり目は最も判断が難しいところではありますが、天気予報や気温を見て、不安なら無理をしないのが一番です。

また、夏タイヤに戻すのは4月下旬です。

### 日光駅からのバスは冬も運行しますか？

冬期も運行します！『冬ダイヤ』に切り替わるので、時間を調べる際は注意してください。

雪道の運転が不安な方は、バスでのんびり、景色を見ながらアクセスするのがオススメです！

### 天気予報はどこを参考にすれば良いですか？

シーズンを問わず共通なのですが『日光』ではなく、必ず『奥日光』で調べてください。日光ですと、日光駅や東照宮などの、いろは坂下の天気が出てきてしまいます。

戦場ヶ原と湯元でも天気が若干異なるので、目的地が決まっている場合は、さらに『戦場ヶ原』や『日光湯元』など、エリア別で細かく調べて、比べてみるのもオススメです。

### 戦場ヶ原は冬も歩けますか？

冬季閉鎖になるわけではないので、冬でも歩くことは可能です。ただし積雪状況に応じて、軽アイゼンやスノーシューなど、別途、冬の装備が必要です。また、防寒性と防水性のある靴でないと、雪で靴がビショビショになります。

さらに厳冬期は、木道と湿原との境界が分からないくらいに積雪します。毎年道迷いが発生しているので、慣れた方と歩くか、不安な方は国道沿いから、雪景色を見るだけでも感動すると思いますよ。

なお、湯ノ湖の周回歩道は冬季閉鎖になってしまうので、ご注意ください。

### 冬の奥日光では何ができますか？

アクティビティでオススメなのは『スノーシュー』です！湯元では、スノーシューコースが開設されると、コース上に目印のリボンが付きます。そのリボンを辿れば、冬山初心者の方でも気軽に雪上歩きを楽しめます。

ビジターセンターでスノーシューのレンタルも行っていますし、初めての方には、履き方や歩き方も簡単にレクチャーします。お子様の雪遊びにもピッタリです！初心者向けツアーも実施しておりますので、ぜひホームページをチェックしてみてください。

# ビジターセンターイベント

## 初めての方向け！ ゼロから始めるスノーシュー

1月28日(土)  
9:30-14:30

スノーシューが全く初めての方向け！履き方から歩き方、雪上歩きの楽しみ方まで丁寧に説明します。お子さんから大人まで楽しめますよ～。フィールドを歩いて、楽しみながら体で覚えましょう！プランクがあってちょっと不安な方もぜひどうぞ！

【ルート】湯元スノーシューコース

参加費 4,000 円  
(レンタル代別途必要)



対象：現地に集合できる小学生以上の方  
集合場所：日光湯元ビジターセンター

定員 15 名

## 君は経験したことがあるか？ ナイトスノーシュー & 花火

2月4日(土)  
18:45-20:00

この日は、湯ノ湖の湖畔で約10分間の花火大会があるのです！スノーシューをはいて、スキー場のゲレンデ中腹から花火を見ましょう！余裕があれば、帰りは夜の動物探しをしながらビジターセンターに戻ります。戻ったら、館内で温かい飲み物を無料で提供させていただきます！な、なんてお得なんだ…！

【ルート】湯元ビジターセンター⇄湯元スキー場

参加費 1,500 円  
(レンタル代込み！)



対象：現地に集合できる小学生以上の方  
集合場所：日光湯元ビジターセンター

定員 20 名

## スノーシュー & 冬のサイエンスツアー

2月12日(日)  
10:00-14:30

テレビでよく見る、寒い所で濡れたタオルを振り回したら凍るやつとか、シャボン玉が凍るやつとかやります！コンセプトは『理科』！気温が低い奥日光だからこそ見られる自然現象を楽しみながら歩きましょう。大人も子供もワクワクしながら楽しめますよ～。

【ルート】湯元スノーシューコース

参加費 4,000 円  
(レンタル代別途必要)



対象：現地に集合できる小学生以上の方  
集合場所：日光湯元ビジターセンター

定員 15 名

## ～湧水シリーズ⑤～ スノーシューで逆川源流へ！

3月4日(土)  
10:00-14:30

一般ルートではありませんが、スノーシュー始めた方でも問題なく楽しめるコースです。光徳沼をはじめ、逆川に流れる水の水源を探しに行きます！時間も短く、気軽に探検気分を味わえます。秘密のスポットから見る男体山や、ナイショの温泉…？！

【ルート】光徳P→光徳沼→逆川水源→光徳P

参加費 4,000 円  
(レンタル代別途必要)

冬はココが  
どうなる？！



対象：現地に集合できる小学5年生以上の方  
集合場所：光徳無料駐車場

定員 15 名

### お申込み先 (自然公園財団日光支部)

✉ yumotovc.guide@bes.or.jp

☎ 0288-62-2461 (FAX: 0288-62-2378)

お申込みの際、下記をお知らせください。

- ①氏名②令和元年～3年実施イベントの参加有無
- ③性別④年齢⑤住所(郵便番号含む)⑥電話番号
- ⑦当日の交通手段