

# H i k i n g



## 行 脚 (あんぎや)

はじめに

日本でHikingということばを初めて使ったのが、ボーイスカウトが少年団といった頃のわれわれの先輩であることを知っている人は少ない。

大英百科辞典にも出ていなくなった程に、英国でもHikeあるいはHykeということばは使われなくなっていた。そのことばを更生使用したのが、B-Pをはじめとする英国のスкауターで、わが国にも、スカウティングとともに伝わり、以来、多くのスカウトや、指導者によって、スカウトらしいHikeが行なわれてきた。殊に、スカウトは、一般の人々が忘れがちなHikeする心について学んできた。

戦時、日本のスカウターたちはHikeを「徘徊」と音訳したり「俳駆」と書いたりしたことがあったが、結局、意訳法をとって「行脚」(あんぎや)という日本古来のいい方をあてた。戦後は英語のまま「ハイク」「ハイキ



ング」を用いるようになったが、意味はやはり「あんぎや」に通ずる。

Hikeということばが英語であっても、日本にも、昔からりっぱなHiker がいたことを知っている人もまた少ないと思う。

殊に、日本人の偉大なるハイカー俳聖芭蕉が自らの経験により表わした「行脚のおきて」は、スカウトがHikeをする心を養う上で役立つと思われるので、ここに掲げてみよう。



## 行脚のおきて

「読書百遍意自から通ず」といわれているが、よく読んで味わっていたきたい。不明の点は、年長者にたずねることがよい。それぞれの経験によって尊い話を聞くことができるであろう。

- 1, 一宿なすとも、故なきに、再宿すべからず、樹下石上に臥すとも、暖めたるむしろと思うべし。
- 2, 腰に寸鉄たりとも帯すべからず。総てものの命をとること勿れ。
- 3, 君父の仇ある処には門外にも遊ぶべからず。俱に天を載かさ

- る、忍びざる情あればなり。
- 4,衣類、器材、相応にすべし、過ぎたるはよからず。足らざる  
もしからず。程あるべし。
- 5,魚鳥獣の肉を好んで喰うべからず。美食珍味に耽る人は他事  
にふれ易きものなり。菜根を咬んで百事なすべき語を思ふべ  
し。
- 6,人の求めなきに己が句を出すべからず。望をそむくも然らず。  
問わざるに説くに非ず。問うに答えざるはよろしからず。
- 7,たとえけんその境たりとも所労の念を起すべからず。殆らば  
中途より帰るべし。
- 8,馬、かごに乗ること勿れ、一枝の枯枝を己が瘦脚と思ふべし。
- 9,省 略 (好んで酒を飲むべからず云々)
- 10,船錢、茶代忘るべからず。
- 11,他の短を挙げて己が長をあらわす事勿れ。人を誇って己に誇  
るは甚だ賤し。
- 12,俳諧の外談話をすべからず。雑話出づれば居眠りで労を養う  
べし。
- 13,省 略 (女性の俳友に親しむべからず云々)
- 14,主あるものは、一木一草とも取るべからず。山川江沢にも主  
あり、つとめよや。

15,山川旧跡したしみ尋ね入るべし。新に私の名を付ける事勿れ。

16,一字の師恩たりとも忘るる事勿れ。一句の理をだに解せず、人の師となる事 勿れ。人に教ゆるは己をなして後の事なり。

17,一宿一飯の主もおろそかに思うべからず。さりとして又媚び諂う事勿れ。斯の如き人は世の奴なり。この道に入るものはこの道の人に交るべし。

18,夕を思い旦を思うべし。旦暮の行脚という事は好まざる事なり。人に勞をかくること勿れ。屢々すれば疎んぜらるるの意と思うべし。

以上の条々、わが門の行脚は慎しむべきなり。当時を見るにこの如きおきて守りて行脚する俳客は1人 もなし。不相応に美を飾り我欲のために偽りをいいちらすは浅ましからずや。あるいは古人が名を売り、自己の勝手よき様にいいちらすは誠に羊頭かけて狗肉を売るのに徒にして切売りの功者というべし。



## ハイキングとは

### 1. ハイキングのいわれ

ハイキング (Hiking) という言葉は、19世紀の初め頃にイギリスのコーンウォール地方で使われた方言の「ハイクする」(Hike) という動詞からできた古語で、「てくてく、骨をおりながら歩く」という意味に使われていました。

その後、この言葉は次第に使われなくなり、いつか死語となって、ついに辞書からもその姿を消してしまいました。

ただアメリカの辞書に、「とくに徒歩でする行楽」という意味で残っていました。

一世紀後の1908年に、B-Pの創始したボーイスカウト運動によって、この忘れられていたハイキングという言葉が復活され、その後ボーイスカウト用語となって、一般に広まってきました。

### ハイキングの目的は

- ・からだを強くするため
  - ・教養を身につけるため
  - ・道徳心を高めるため
- の3つの基本があります。

ボーイスカウトでは、それに観察と推理を加えたプログラムがあります。

外国では、植物を観察するボタニカル・ハイキング (Botanical Hiking) , 夜間、山に登って星座を観察するアストロノミ

カル・ハイキング (Astronomical Hiking)、鳥の観察をするバ  
ーズ・ハイキング (Birde Hiking)、信号を用いて行うシグナ  
ル・ハイキング (Signal Hiking)、暴風を想定して行うスト  
ーム・ハイキング (Storm Hiking) などがあります。

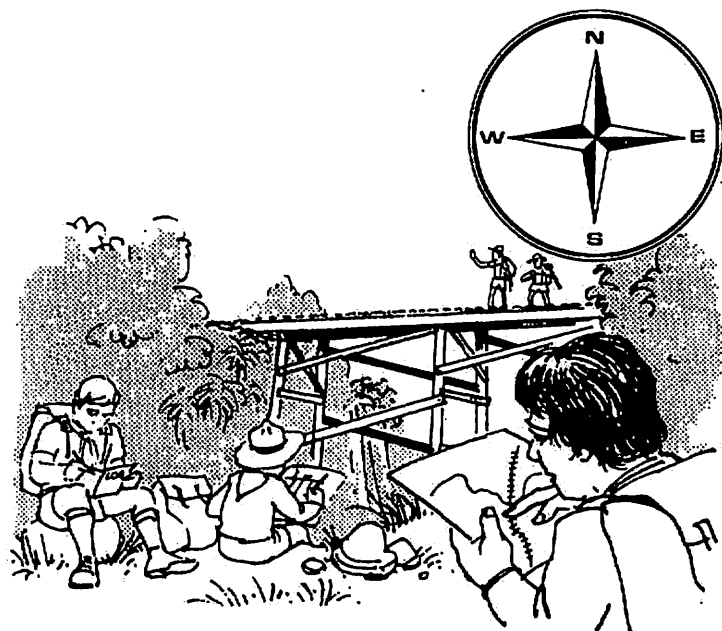
また、ドイツでは、「ワンダーフォーゲル」(渡り鳥)とい  
う言葉でハイキング運動が広く行われました。

## 2. ハイキングの種類

ボーイスカウトで行うハイキングには、いろいろあります。  
その目的、方法、人数、時間等から分けますと次のような種類  
があげられます。

種 類	内 容
自然研究	観察、分類、標本採集などをする
コンパス	コンパスによる
夜間	夜間に行く
追跡	先発者のあとを追う
冒険	各班が途中での経験を競う
読図	地形図とコンパスによる
信号	信号練習のために行く
あらし	天候など悪条件下を想定して行う
善行	善行の機会を求めて行う
歴史	史跡などを訪問する
探険	未知の地域、洞くつなど探険する
宝さがし	宝さがしをする
25キロメートル	自転車を利用してよい
生存	野生植物による
カメラ	撮影技術の向上のために行く
親子	父親を招待して行う
天文	星座研究などのために行く
迷子	迷子(人形)の発見を競う
コロンバス	指示点への到達競争をする
S O S	救急訓練をする
関所	技能を途中の関所で示す
密書	密書の指示により行動する

このほか見学、長距離、自転車、水泳、登山、資源保護、耐久、他隊訪問などいろいろなハイキングが考えられます。ハイキングの計画を立てる時の参考にしてください。



## ハイキングの計画と実施

### 1. 計画と準備

ハイキングの計画を立てるとき次のことに注意することが必要です。(1) 無理な計画を立てない。

(2) 班長を中心に、チームワークがとれて、楽しいものにする。

(3) ハイキングで、進歩課目のいくつかが修得できるよう、内容を工夫する。



ハイキングの計画と準備は、次の順序で進めます。

### 1) 目的と方法を定める

班集会で、全員で話し合っってハイキングの目的を決め、次にどのような方法で実施するかを決めます。

例えば

- ・信号の技能を高める → 信号ハイク
- ・地図に精通する → 読図ハイク
- ・自然を観察する → 観察ハイク

など、その他いろいろあります。班集会で目的と方法が決ったら、それにふさわしい目的地を選び、実施する季節や班員の体力、希望などを集約して決めます。



### 2) 実施する期日・交通手段を考える

目的と方法が決ったら、実施する日時と目的地に行くための交通手段（電車か？自転車か？徒歩か？）などを決めます。

日時を決める場合の留意することは全員が参加できるように

配慮する必要があります。また、交通手段については、目的地によって違いますが、無理のない方法と、経済的な負担にならないように考えることも大切なことです。

### 3) 目的地をよく調べる

目的地が決ったら、そこまでの往復の交通機関や目的地のようすなどを班員が手分けして、よく調べます。

パンフレットや地図を見たり、目的地の市町村役所に問い合わせたりします。

(1) できれば下見をする

(2) 下見ができない場合には、リーダーに危険な場所かどうか相談する

以上の2つのうち、どちらかを必ず実行します。また往復の交通機関は何がよいか、道すじはどんなコースをとったらよいか？などできるだけ詳細に調べます。そして万一、悪天候になった場合にはどのように対処するかを充分検討しておきます。

これらのことは1人で調べるのではなく、できるだけ全員で分担をして調べます。



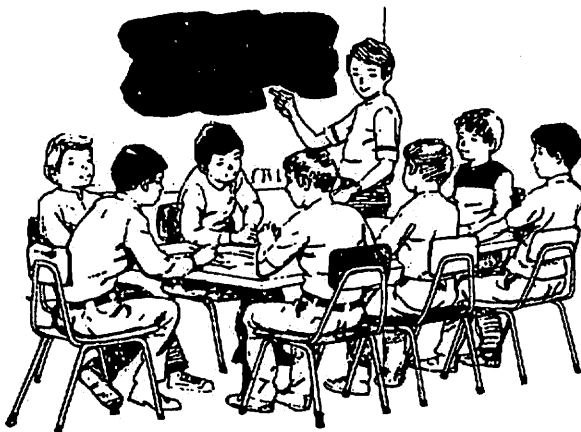
## 主な問い合わせ先

- ・町役場・市役所・県庁の観光課・教育委員会
- ・地元の観光協会および出先機関・商工会議所
- ・青年の家・ユースホステル・少年自然の家・国民休暇村
- ・J R・私鉄などの案内所・観光会社・バス会社
- ・ボーイスカウト県連盟（地元地区・団）等々

### 4) 準備のための班会議を開く

班会議を開き、調べたことを発表し合い、具体的な計画をまとめます。また、ハイキングに必要な係を決め、全員の分担をはっきり決めます。係としては (1) 会計 (2) 備品 (3) 食料

(4) 安全 (5) 記録 (6) レクリエーションなどがあります。班長は全体をまとめ、次長は班長を補佐します。分担は、班の人員によって2つの係を / 人で分担する場合があります。



## ハイキングの係の一例

役名	人数	仕 事 の 内 容
班 長	1	班全体の進行と安全を考え、班員が協力してハイキングを行うように指導する
次 長	1	班長を補佐し、班長が不在の時は代理をする
会 計	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・交通費、食費などの予算を立てる</li> <li>・隊からのお金をあずかったり、参加費を集める</li> <li>・かかったお金の記録をつけ、報告書にまとめる</li> </ul>
備 品	1～2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・携行する用具のリストを作り用意する</li> <li>・必要な用具を購入したり、そろえておく</li> <li>・班員に、分担して持ってもらうものを決め、分担してもらう</li> </ul>
食 料	1～2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハイキング中の食料の計画を立てる</li> <li>・炊事を行う場合には、献立表と材料リストを作り、必要なものをそろえる</li> <li>・当日の食事などについて責任をもつ</li> </ul>
安 全	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・救急薬品（班用）をそろえる</li> <li>・緊急な場合の処置について、あらかじめ連絡方法や処理の仕方を考えておく</li> <li>・コース中の安全について、気を配る</li> </ul>
記 録	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備開始から終了・報告までの班の活動記録（日誌）をつける</li> <li>・コース中の記録をつける</li> </ul>
レグレ エーシ ョン	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハイキング中のゲーム、ソングなどを考え、班員の疲労をやわらげ元気づけるよう考える</li> <li>・楽しいハイキングにするよう努力する</li> </ul>

注：(1)人数は、班の実情に応じて加減します。

(2)ほかに、ハイキングを専門に担当する、ハイク係を設けることもあります

班 会 議 報 告 書

\_\_\_\_\_ 班

日 時					責任者				
場 所					記 録				
参 加 者	名								
議 題	内 容				上級班長・隊長より				
回 覧	隊 長	副 長	副 長 補	上 班	隊 付				

## 5) 計画書をまとめる

各係の準備が進んだところで、班長を中心に、日程、コース食料、費用、装備、連絡場所、緊急の場合の処置などを記入した計画書をまとめ、隊長に提出します。班長会議で隊長の承認をうけたら、同じ内容のものを、保護者に見せ、ハイキングの内容をよく知っておいてもらいます。とくに、次の2、4、5、7については保護者に事前に連絡しておかなければなりません。

### 計画書作成の要点

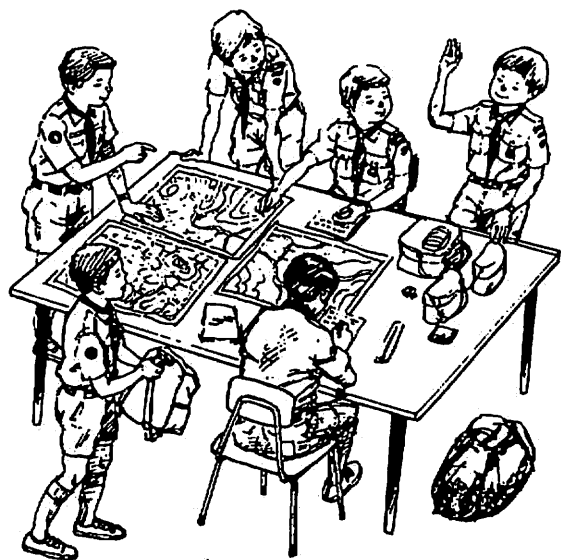
- 1, 目的、目的地、コースの概略、ハイキングの方法を記入する。
- 2, 期日、出発時間、帰着時間を記入し、時間は必ず守る。
- 3, 利用する交通機関と所要時間を記入する。
- 4, 集合場所、解散場所を記入する。  
(時間も同様であるが、変更する場合は必ず事前に連絡すること)
- 5, 費用の内訳、班員から集めるお金、隊からの補助金を記入する。
- 6, 服装、個人用具、班用具のリストを記入する。
- 7, 緊急の場合の連絡方法と、目的地の連絡場所、雨天の場合の処置。
- 8, 日程およびコース中の作業や課題、班内の役務分担を記入する。

以上のようなことを班ハイク計画書にまとめ、隊長に提出して、ハイキングの許可をうけます。

#### 6) 事前準備の班会議を開く

班長を中心に計画をもう一度よく検討し、準備に手落ちがないかよく確認をします。また、班員の健康状態についても、ベストコンディションで参加できるように。体調をととのえるようにします。

備品は、全員で確認して、各自分担し、忘れもののないようにします。



班 ハイ ク 計 画 書				班 名	
項 目	内 容				隊長・上班より
ハイク種類					
目 的					
目 的 地					
実施年月日	年 月 日 ( )				
参 加 者	名				
出 発	時 間		場 所		
	:				
解 散	:				
集 合	:				
利 用 交 通	往 路				
	帰 路				
資 金 元					
地 形 図					
スカウト 技 能	進歩課題				
	特修章				





項 目	内 容			隊長・上班より
食 料	主 食			
	甘 味 品			
	非 常 食			
個人 装備				
班 装 備				
収 入	資 金 元		金 額	
支 出 概 算 額	摘 要	数 量	単 価	金 額
役 務 分 担	役 務	人 数	氏 名 (兼 務 可)	
	会 計			
	備 品			
	食 料			
	安 全			
	記 録			
	レ ク			

項 目	内 容	隊長・上班より								
安全対策	1) 下見はしたか。 ①日 時 ②参加者 2) 緊急の場合の連絡方法 ①たれが ②どこに ③どのように 3) 危険な場合の処置 (大雨、洪水、雷等) ①避難場所の確保 ②方法 4) 怪我、病人の処置方法 ①運搬方法 ②病院の所在地、電話番号 (                    ) (                    ) 5) 雨天の場合の処置  6) 飯こう水さんの場合 ①水の確保 ②薪の確保 ③かまどの形式 ④防火対策									
チェック	氏 名									
	項 目									
	実施内容の確認 (班会議)									
	両親からの承認									
	班備品の点検									
班員の健康状態										
その他	①地形図(コピー)にコースを朱書き添付すること。 ②本計画のための班会議報告書を添付すること。									
承認	隊長	副 長	副 長 補			上 班				

## 2. 服装と携行品

### 1) 服装

ボーイスカウトのハイキングでは、ふつうユニフォームを着用して出かけますが、ハイキングの内容によっては、それに応じた服装を考える必要があります。

### 2) 個人の携行品



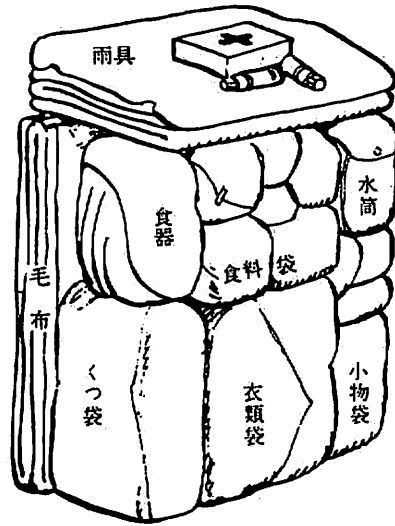
個人用携行品チェックリストの一例

品名	数量	チェック	品名	数量	チェック
登 録 証			ハ ン カ チ		
制 服			ち り 紙		
着 が え			補修用具(針・ボタン)		
防 寒 具			新 聞 紙		
雨 具			筆 記 用 具		
副帽または作業帽			メ モ 帳		
作 業 手 袋			シルバコンパス		
く つ(はきかえ用)			地 形 図		
食 器 類			号 笛		
水 筒			手 旗		
非 常 食			個人用救急用具		
か ん 切 り			細 ひ も		
せ ん 抜 き			石 け ん		
ナ イ フ			ハバザックまたは リュックサック		
ロ ー プ			コ ッ ヘ ル		
懐 中 電 灯			健康保険証 (写)		
マ ッ チ (防 水)					
タ オ ル					

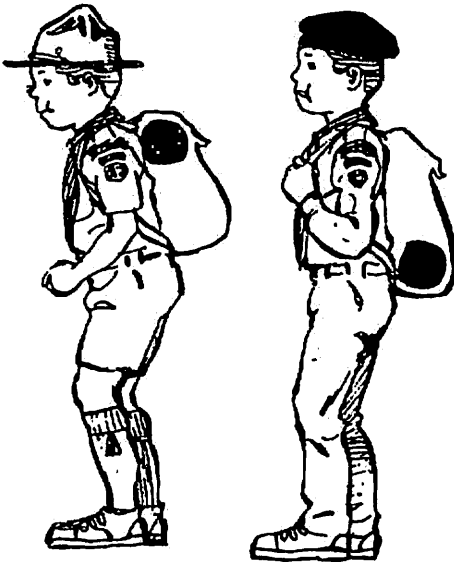
◎・・携行品の選び方

- 最も必要なもの
- 丈夫なこと
- 軽いこと
- 目的にあったもの
- 用具相互のつりあいをとれていること
- 携行に便利であること

◎・・携行品のつめ方の一例

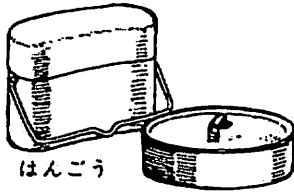


◎・・リュックの背負い方

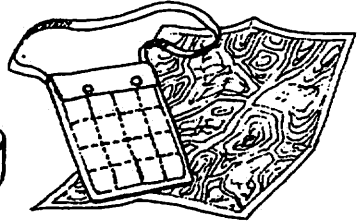


重心が上にくるように、  
重いものはリュックの上  
の方につめ、バランスを  
上手にとるようにする。

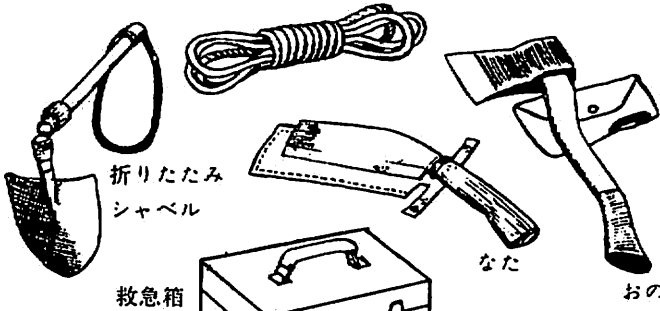
3) 班のハイキング用品



はんごう



地図



折りたたみ  
シャベル

なた

おの

救急箱



ばんそうこう

かぜ薬 胃腸薬

三角巾

リバノール液

チンク油

油紙

防虫剤

綿棒

体温計

はさみ

ピンセット

毛ぬき

班用具のチェックリストの一例

品名	数量	チェック	品名	数量	チェック
班旗			〔ふきん		
救急用具			〔洗剤		
おの、なた			修理用具(スパナ、		
シヤベル			ドライバー)		
かま			ローソク(灯具付)		
ベンチ			文具箱		
予備用ロープ			針金、くぎ		
布バケツ			班ハイク報告書用紙		
炊事用具					
〔フライパン					
やかん					
飯ごう					
炊かかん					
飯しゃもじ					
まな板					
ほうちょう					
〔ポール					

上記の用具のうち、ハイキングの内容に応じて、調節します。出発前に何度もチェックしてください。



4) 万が一に備えて持っていくと便利なもの

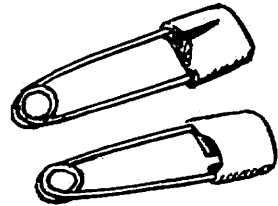
ビニールシート

2,5m×1,5m位のもの、応急テントや雨具の代用になる。給水用として布バケツの代用にもなり、食事の時に下に敷くこともできる。



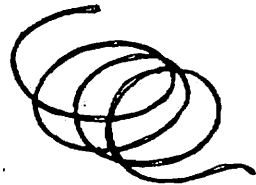
安全ピン

衣服がやぶれたり、ほころびた際の応急修理に役立つ



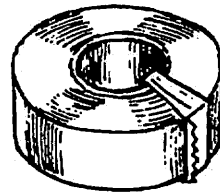
銅線 (はり金)

1~1,5m 位、リュックの背負いバンドの修理、くつの底がはがれた時の修理に役立つ



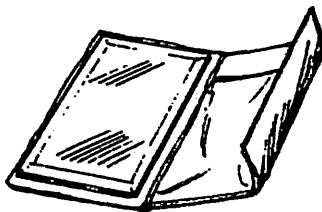
セロテープ

くつずれができれば、その上から張りつける



## 鏡

信号用



## 携帯燃料

薪が手に入らない場所や、裸火をたくことを禁じられているところで使用する



## 非常食

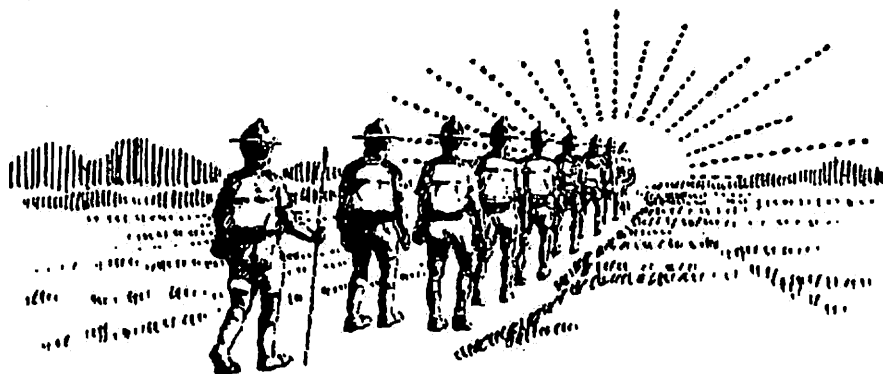
チョコレート、チーズ、クラッカー、氷砂糖、アメ類など、すぐに食べられるもの。

コンデンスミルクの小カンは、保存がきき、カロリーが高く疲労がひどくてもノドを通りやすい。



さあ、いよいよ出発です。出発の前に、もう一度チェック！！

- 1, 下見はしたか？
- 2, 係は全員が分担したか？
- 3, 計画書を作って、隊長に提出したか？
- 4, 隊長の許可を得たか？
- 5, 保護者に計画の概要を伝えてあるか？
- 6, 班備品は全て整っているか？
- 7, 危険な場合の処置を考えてあるか？
- 8, 班員の健康状態は良好か？



### 3. ハイキング中に

#### 1) ハイキングのおきて

「ハイキングのおきては、スカウトのおきて」である。

#### 2) そなえよつねに

集合の予定時刻には全員がそろい、個人装備や班用具、食料、服装、健康状態などの最終チェックする。

#### 3) スカウトは礼儀正しい

乗物の中で、駅やホームで、道路上などで、常にスカウトらしく行度しなければならない。他人に迷惑のかかるようなこと、大声でさわいだりするのはスカウトではない。歩いているときも、私有地にむやみに立入ったり、立入禁止の区域に入ったりすることのないように、また、幼い者や老人が困っているような時には、手助けできるよう心がけましょう。

#### 4) 歩いているとき

歩くスピードは、メンバーによって考える必要がありますが、普通 / 時間に約5km位といわれています。また、歩いているとき、疲れているからといって、ダラダラしているとかえって疲れが増してきます。

姿勢を正しく、キビキビ歩く方が健康にも良いし、肺をきたえ、心臓を強めることにも役立ちます。きちんと歩くよう心がけましょう。また、周囲の景色や、自然の姿にも観察力を発揮して、ハイキングを楽しみましょう。

### 5) 休憩するとき

ふつう、30分ぐらい歩いたら3~5分の休憩が適当といわれています。あまり長く休むと歩き出しにくくなります。

汗をかいたら、よくふきとり、体を冷やさないようにしなければなりません。

とても疲れた時には、あお向けに寝て、足を立木や木の株などに上げる姿勢が疲れをとるのに効果があります。



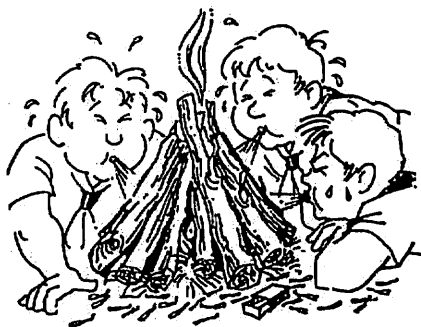
## 6) 飲み水

水筒には、家を出る前に一度わかしたお湯を入れていくようにしましょう。

ハイキングの途中で、のどがかわいたからといって、水をやたらに飲むのはよくありません。数回に分けて少しずつ、できるだけゆっくりと飲みます。最初のひと口の水は、口に含ませたまま、口中のすみずみまでをしめらす程度にします。

わき水やあまり人が利用していない水道の水などは10分間位ふっとうさせてから飲むようにしましょう。

## 7) 食 事



弁当を持参するハイキングならば、適当な場所を選んで、周囲をよごさないように注意します。

火を使って、炊事をする場合には、特別な注意が必要です。

このための準備と用具は十分に整える必要があります。また、常に班全員が仲良く、楽しく食事ができるように工夫しましょう。紙くづや、食物の残り物、炊事のあと始末等は、きちんとするように心がけましょう。

#### 8) 帰 路

一日の楽しいハイキングも、帰路となると疲れが出てきます。そこで、班長やレク係がリードして、班全員で歌をうたったりすることも必要でしょう。また、帰路な往路と違ったコースをとることも変化があって気分転換に役立つでしょう。

ハイキングから帰着したら、必ず隊長に帰着の報告をします。また、万一帰着が予定時間より遅れる場合は途中で必ず隊長に連絡し、隊長よりスカウトの各家庭に帰着予定時刻を連絡してもらおうようにします。



#### 4. ハイキングが終わったら

ハイキングから帰ったら、すぐ報告書をまとめます。記録係の記録と、コース途中で採集した植物や、写真、パンフレットなどを整理して、また、参加したスカウトの感想や意見をのべあい、反省すべきことや、よかったことなど、できるだけくわしく記録し、報告書をつくります。

報告書ができたら隊長に提出して、班長会議に報告します。また、ハイキング途中でお世話になった人などには、忘れずにお礼状を出すようにしましょう。



1, 報告書は作成したか

年 月 日

2, お世話になった人に連絡したか

年 月 日

3, 使った用具はきちんと整理したか

年 月 日

4, 反省会を開いたか

年 月 日

ハイキングを終えて、上記のことをチェックする



# ハイキング報告書の一例

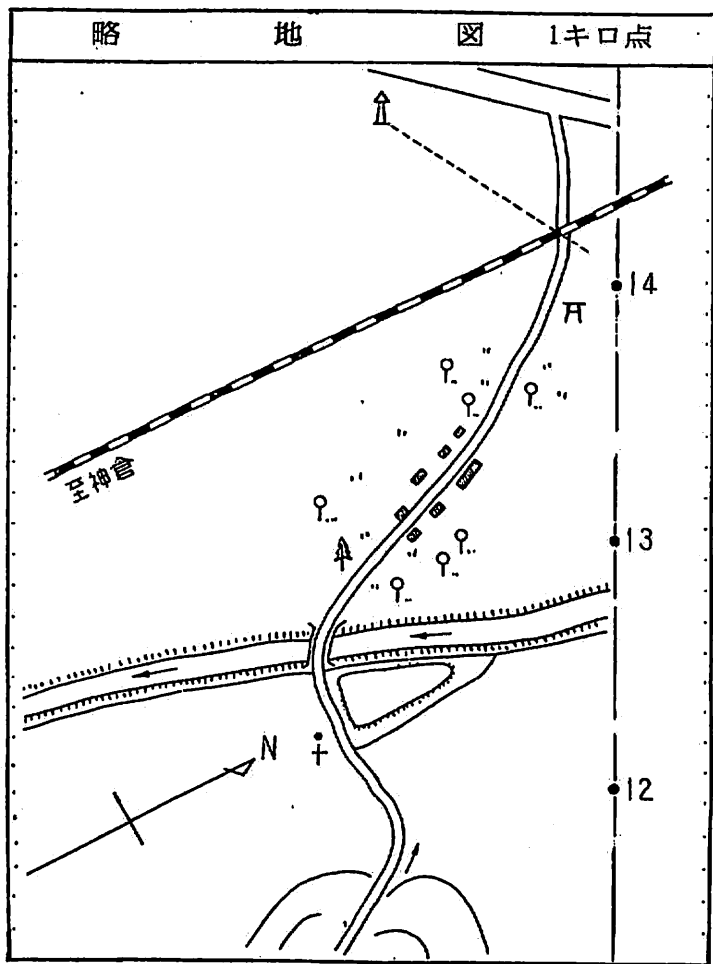
班名: 3. (3)う

ハイキング報告書	
ルート	横山 → 長沢 方面 距離 18.3 km
昭和 62 年 4 月 20 日 ~ 日 ( 日 曜 ~ 曜 )	
天候	晴 気温 朝 14°C 登 21°C 風向 南 風力 2 ~ 3
同行者	小林, 中村, 高橋, 鈴木, 佐藤, 望月, 三浦, (近藤副長)
目的	地図ハイク (読図訓練)
<p>想定と課題</p> <p>◦ 想定 横山から長沢までの道は旧街道のわき道として昔から使われてきた。この100年ばかりは忘れられている。 現在、このルートを踏査し、読図力を石磨かめくみよう。</p> <p>◦ 課題</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 寺院の三重の塔の高さを測定する</li> <li>2. 地藏尊の位置を地図上に印す</li> <li>3. 地図上にはない高圧線の方角を、地図上に記入する</li> </ol> <p>◦ 行重上の注意 ハイキングコースは、指定された座標値を必ず通過すること。</p>	
所要地形図	水海道 5分/分 記録者 高橋 三郎 (印)

提出年月日 昭和 62 年 4 月 22 日

上から下に書いても、下から上に書いてもよい。方位をつけること。

1キロ点の説明 同じ1キロでも記事の多い1キロは間隔がひらき記事の多い1キロは間隔がせまくなる。その関係を一目で見わかる目的で1キロ点をうつ。全コース何キロか？第何キロのあたりが一番収穫が多かったか？などそれでわかる。



記入の例 これは下から書く例である。

視覚以外の感覚を働かす例として ( ) 内にその説明を入れた。

時	分	(観 察) 記 事
14	43	国道を右折して進む 右角で少し休む
14	32	平面交差無人踏切 警報機付10mレールコンクリートの枕木 踏切から方位角240° 距離600m位に鉄塔あり てこびきになっていた菓子袋を落したのでひらいてあげる。
14	24	年令40位の婦人、女の子1人つれる、着物白、石につまづい
14	21	右30mに小さな島屋
14	20	両側 耕地 雑木林あり カラス1羽飛ぶ 西の方へ去る
14	19	人家なくなる
14	12	右自転車店
14	10	人家あり 人車の交通少々あり
14	09	出発点から13キロ
14	08	左松の木 高さ3.8m(簡易 測量)
14	03	ゆるい上り坂
13	50	コンクリート橋(巾2m, 水面上1m, 長さ2.5m無名) 小川(巾2m, 深65cm, 流速3m/s) 水音(聴)冷(触)
13	41	エサ下 野草の花(黄色)要々名不明(採集しておく)
13	39	右かんがい用池, 赤い藻 浮ぶ 西風に波立つ
13	38	右に野道 左にカガシ(スケッチ参照)
13	37	下り坂道の修理を要す 水たまりに犬の足あと
13	30	出発点より, 大体1/2キロ
13	28	前方よりオート三輪, 番号(多摩6名5-21)空車色青
13	24	ネギ畑(嗅) 農夫2人
13	22	坂を下る 西風強し(触)
↑13	20	昼食後 班会議 食事のあと兵検 出発

## ハイキングの安全対策

### 1. 自然の中で

ボーイスカウト活動は、ほとんどが自然の中（野外）で行われます。大自然と接することは、数多くのことを体得するよい機会ですが、大自然の変化による災害が、予想もしないときに発生することがあります。そこで、災害に対する備えも、十分にしておく必要があります。（スカウティングと安全を参照）このためには、目的地の地形や気象条件を事前に調査すること、自然の変化をすぐに観察できる注意力を、ふだんから身につけておくことです。

#### 危険な場所の判断

ハイキングで危険なことといたら、どんなことがあるでしょう。だいたい次のようなことがあげられるでしょう。

#### (1) 天候が悪くなったとき

大雨が降り出した       雨でこう水になりそう

雷の危険       風が強くなった

#### (2) 天候と関係して道が危険になったとき

土砂くずれ       道がすべりやすくなる

橋が落ちてしまう

#### (3) (1) と (2) に関係して事故

けが人がでた       病人がでた

## 2. 個人の健康と安全

楽しいハイキングに出かけても健康状態が悪いと、思わぬ危険や事故を招くことがあります。野外に出て、次のような自覚症状があったら注意が必要です。

- ・頭が重く、全身がだるい
- ・息苦しく、どろきが激しい
- ・肩がこったり、あくびがよく出る
- ・目がちらついたり、耳鳴りがする
- ・正しい姿勢が続けられなくなる
- ・いらいらしたり注意力が散漫になる
- ・集中力がなくなってくる
- ・動作がにぶり、間違いをおこしやすくなる

このような状態になったら、すぐ班長に申し出るか、休息をとるようにします。

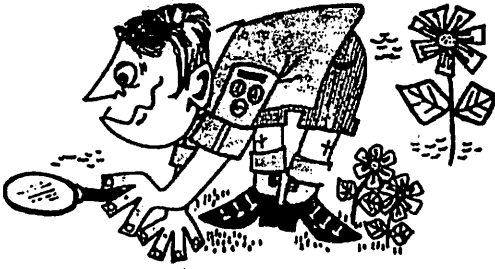
また、安全にハイキングを行うためには、疲労や健康状態の悪化は、必ず事故につながります。十分に注意しましょう。体の調子が思わしくないときは医師の診断を受けて、参加の可否を決めましょう。



## ハイキングのいろいろ

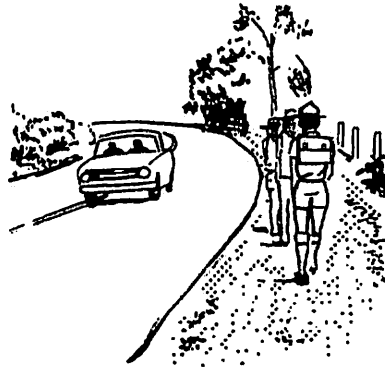
### 自然研究ハイク

野鳥や植物などの観察によって、自然のしくみを知るためのハイキングです。



### 善行ハイク

一定の時間内に善行の機会をさがしながら移動し、きめられた時刻に帰って報告します。



### 読図ハイク

地図について実習するハイキングです。現地と地図がどのようになっているか知ることができます。





夜間ハイク  
星座の観察を始め  
とし、夜の交通安  
全を知り、夜どお  
歩くことにより、  
耐久力を養うため

のハイキングです。

以上のハイキングは、一部にすぎません。この他に、自転車ハイク、信号ハイク、磁石ハイク等々があります。目的に合ったハイキングを選択してください。

## ハイキングに必要な技術

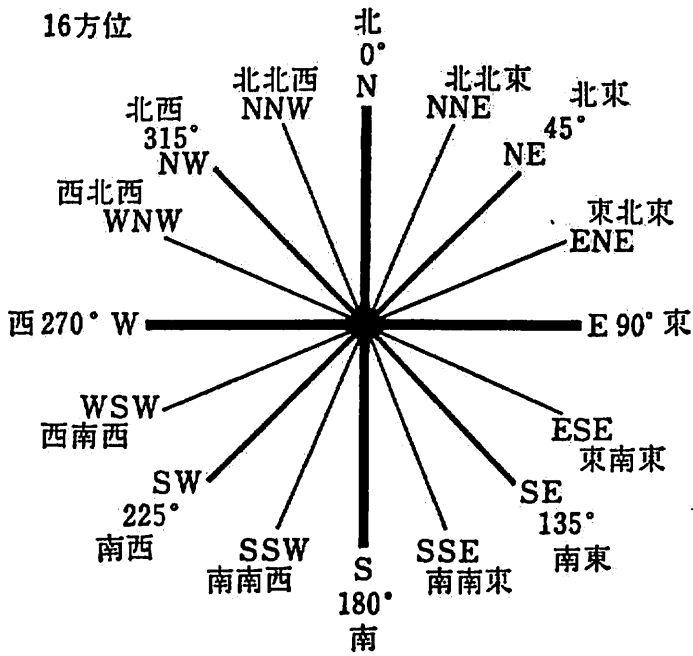
### 1. 地図について

#### 1) 地図とは

地図にはいろいろな種類のものが、用途に応じて作られています。ハイキングでは、地形図を使います。

#### ○・方向と偏差

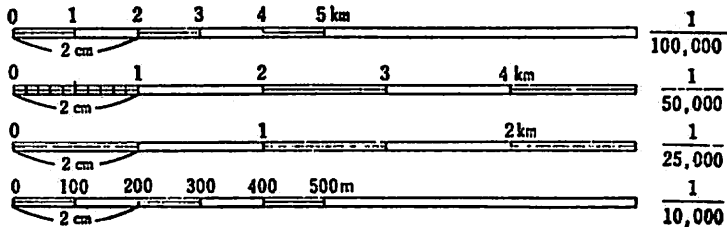
北を示す表示のない地図は、上の方が北で、下が南というのが普通です。特別な場合には北を示す (N) 記号がついています。また、磁石を使う場合には、偏差があることを忘れないようにしましょう。



○..縮尺

実際の土地を地図にするために、縮小した縮小率を縮尺といいます。各地図の下の方に例えば1 : 50,000などと記入してあります。これは5万分の1の地図と呼ばれるもので、1 kmは2 cmです。

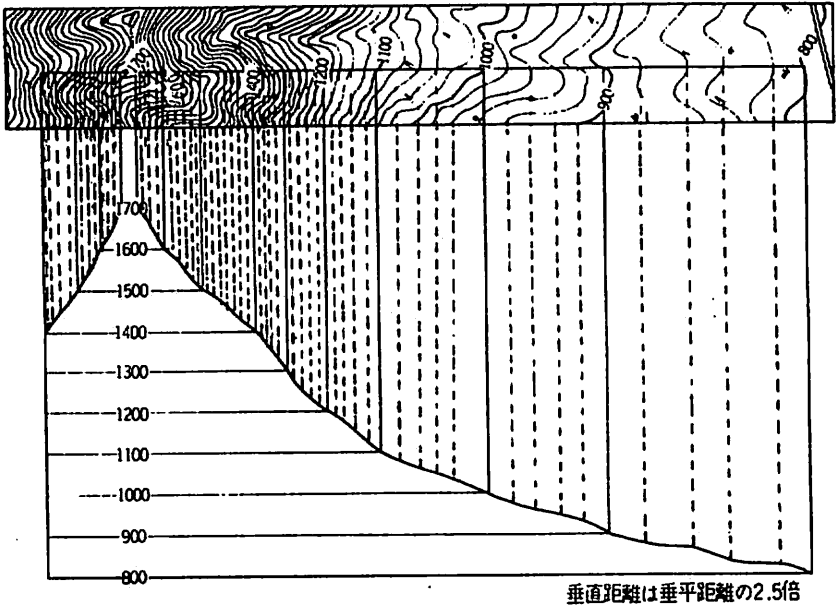
また2万5千分の1の地図では1 kmは4 cmになります。





## ○・高低

地図上には、土地の高低をあらわす等高線が入っています。5万分の1の地図では、20m 高くなるごとに主曲線、100m ごとに計曲線が入っています。線が密集しているところは、傾斜が急な所であることがわかります。



## ○・三角点・水準点・独立標高点

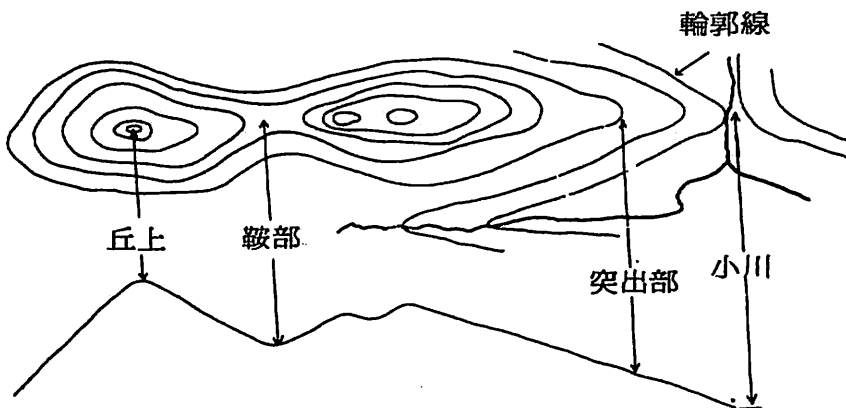
三角点は、図上では△の印が書いてあり、そのそばに数字が書いてあって、標高があらわされています。その地点には三角点標石が地中に埋めてあり、上部が少し地上に出ています。字は南方に書かれており、上には×印があります。これは、方位を示しています。

水準点の印は回です。国道や府県道など主要な道路に2 kmごとに置いてあり、現地にはやはり標石が埋めてあります。

標高点は図上には●印であらわしてあり、横に数字を書いて高さを示してあります。だいたい1,000 m間隔に山上、峠、道路の曲り角のような所で、しかも三角点のない所に置かれています。

### ○●地図記号

地図には学校や病院、水田、茶畑、荒地、川、鉄道など、いろいろなものが記号で表示してあります。この表示は地図の余白に示されていますので、すべてを暗記する必要はありませんが、まちがしやすい記号が多いので、その点をよく区別を覚えておきましょう。



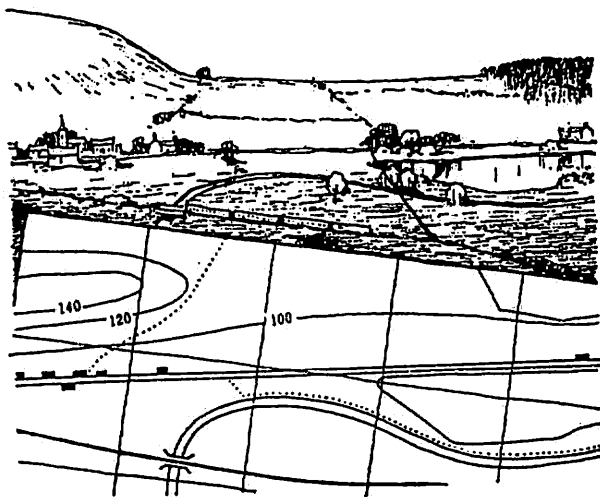
# 地図記号

△	三角点	煙突			(単線) 国有鉄道 (複線以上)
□	水準点	灯台			(複線以上)
●	標高点	電波塔			(単線) 民営鉄道 (複線以上)
■	(小)	牧場			森林鉄道など
▨	遺物(中)	採鉱地			衆道
▩	(大)	油井・ガス井			臺地
○	市役所・東京都の区役所	温泉・鉱泉			田
○	町・村役場、六大都市の区役所	飛行場			畑・牧草地
○	官公署(特定の記号のないもの)	重要港			果樹園
◇	裁判所	地方港			桑畑
◇	税務署	漁港			その他の樹木畑
×	営林署	城跡			広葉樹林
T	測候所	史跡・名勝・天然記念物			針葉樹林
⊗	警察署	送電線			はいまつ地
X	駐在所・派出所	都道府県界			竹林
Y	消防署	北海道の支庁界			荒地
⊕	保健所	都市界・東京都の区界			
⊖	自衛隊	町村界・六大都市の区界			
⊙	郵便局	幅員11.0m以上の道路			
○	電報・電話局	幅員5.5~11.0mの道路			
×	小・中学校、高校	幅員2.5~5.5mの道路			
(安)	大	幅員1.5~2.5mの道路			
⊙	学	幅員1.5m未満の道路			
⊙	病院	トンネル			
☆	工場	橋および高架部			
☆	発電所				
⊖	神社				
⊖	寺院				
■	高塔				

## 2) 地図の読み方

### (1) 現地読み

自分の現在位置を、地図の上に正しく求めることを現地読みといいます。地図と照らし合わせながら、周囲の地形、距離、風景、目標物などを参考にして、自分の立っている位置を確認します。



### (2) 方位読み

A 点から見てB 点はどの方位にあるのか、コンパスを使って測定します。方位角であらわす方法と、方位（北北西など）であらわす方法の2つがあります。

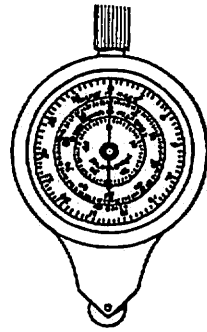
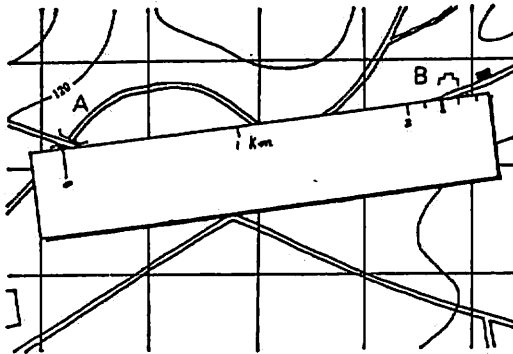
### (3) 距離読み

A 点からB 点まで何kmあるのか、これを縮尺をもとにして、図上で測ります。曲った道は、キルピメーターまたは、糸、も

しくは、デバイダーを使って測ります。

直距離とは、A 点からB 点までの間の直線距離のことです。

凹印(橋) から凸印(城跡) までは、直距離2,1km あります。



キルビメーター

#### (4) 時間読み

A 点からB 点まで何分で歩けるか、自転車では(速度にもよるが)何分で行けるか、これを図上で読みとります。「20分歩けば、左側に池があるはずだが、まだ見つからない、道を間違えたのではないだろうか」などと時間で位置を知ることができます。

#### (5) 記号読み

記号を読みとり、土地のようすを判断します。間違いやすい記号、例えば、保健所と病院、送電線と細流、地類と境界線、平面交差と立体交差などの区別、橋の種別、鉄道の種別などを十分にたしかめて、地図と現地の状況を知ります。

## (6) 座標読み

### ○・座標（方眼）の記入

(イ) 座標線（方眼）の記入 2万5千分の1の地形図を広げ、左下を基点としてたて線と横線にそって、500m (2cm)ごとに線を入れます。5万分の1の地形図の場合は、たて線と横線の間隔を1km（つまり2cm間隔）ごとに線を入れます。

(ロ) 座標値の記入 2万5千分の1および5万分の1の地形図とも線を引き終ったところで、基点を0として、たて線には下から上に01, 02, 03と表示し、横線には左から右へ01, 02, 03と記入します。

### ○・読み方

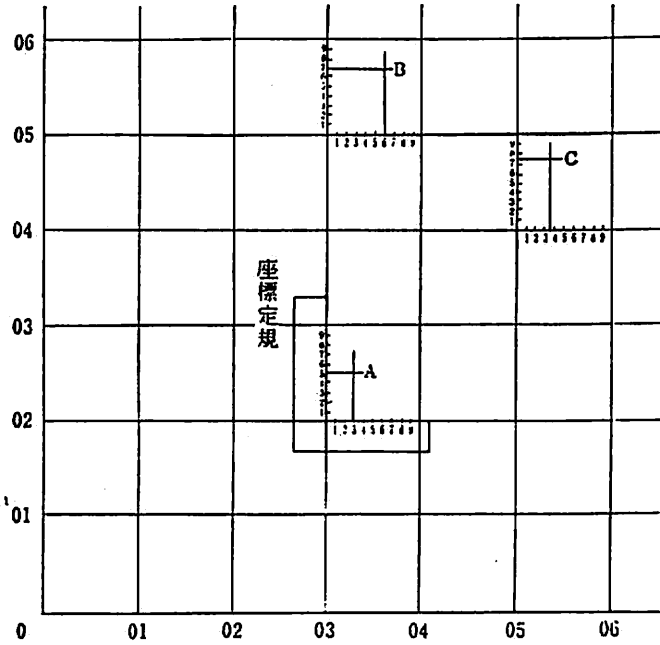
(イ) 座標の読み方は、カッコ、ダッシュ、小数点を考えずに、数字で左から右へ、下から上へ読みます。

(ロ) 25,000/1、50,000/1の地形図上の地点は、通常座標内を10等分し、地図名のあとに6けたまたは、8けたの数字を用いて示します。

（例えば、塩原033025）次の座標内の10等分の数字は図上に記入しません。（座標定規を使用すると便利です）

(ハ) ボーイスカウトは、6けたを標準とし、シニアスカウト、ローバースカウトは、必要によっては8けたで表わす方法を採用することができます。

## 座標読みの例



A = 033025

B = 036057

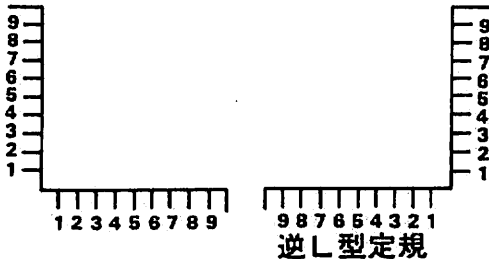
C = 05350475

(この数字は座  
標値である)

### ○ 座標定規の作り方

**用意するもの**

1. 下にある目もり板を作ります。(このままコピーしてもよい)



この座標定規は 2  
万 5 千分の 1 と、 5  
万分の 1 の地形図に  
共用できます。

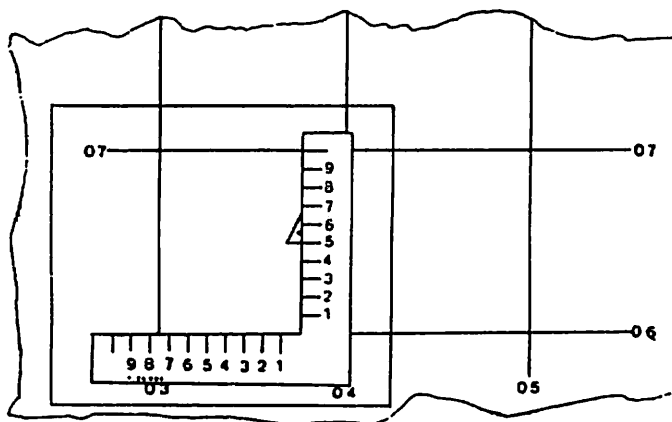
2, 透明なプラスチックなどの板1枚 (大きさ5cm × 5cm位のもの)

3, 接着剤

### 作り方

- 1, 目もりの台紙をL型に正確に切り抜きます。
- 2, 目もり紙接着剤をぬり、プラスチック板にはりつけます。  
このとき、L型の目もり台紙が、正確に90度になるよう注意します。
- 3, 接着剤が乾くまで、目もり板が動かないよう注意します。

### 使い方



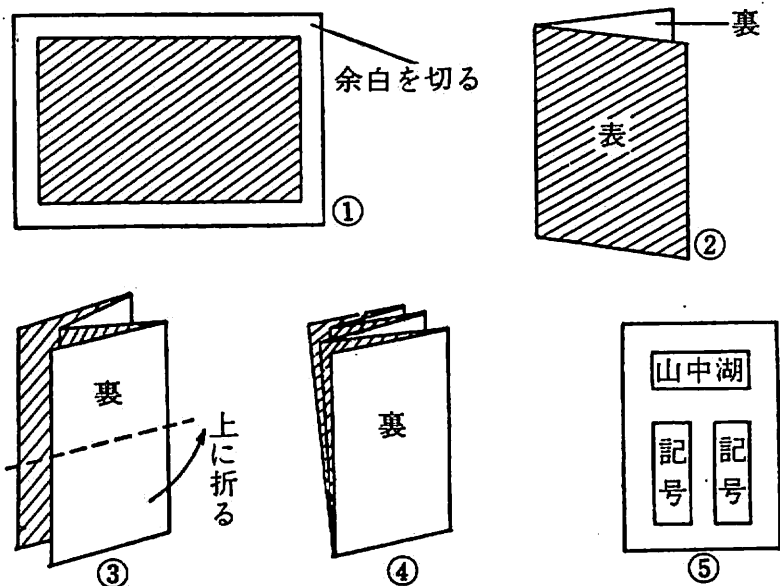
読み方は、図上の三角点は、0375, 0655というように読みます。



### 3) 地図の折り方

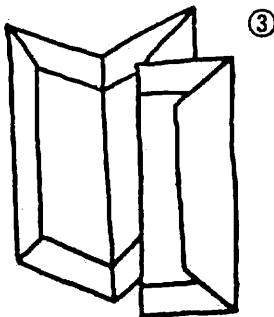
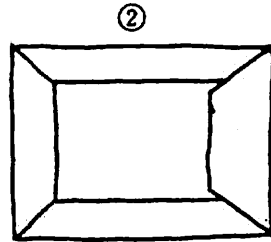
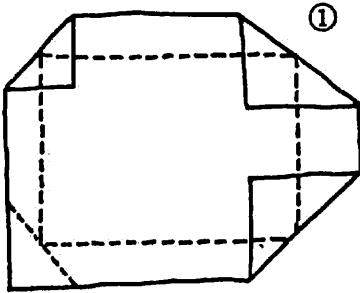
地図をハンカチをたたむように折ってしまったら、いざ使うときに、全部を広げなければなりません。また、そのたびにしわになったり、よごれたり、やぶれたりすることがあります。そのためにも、折り方を覚えておくと便利です。

- ・地図の余白のところを線から切りとる。
- ・表が外側になるように、たてに二つ折りにする。
- ・さらに、その両側を表が内側になるように折り返す。
- ・次に、まん中から横に折り返す。
- ・切り取った余白の中から、地図の名称や記号を切りとり裏ははりつけておく。



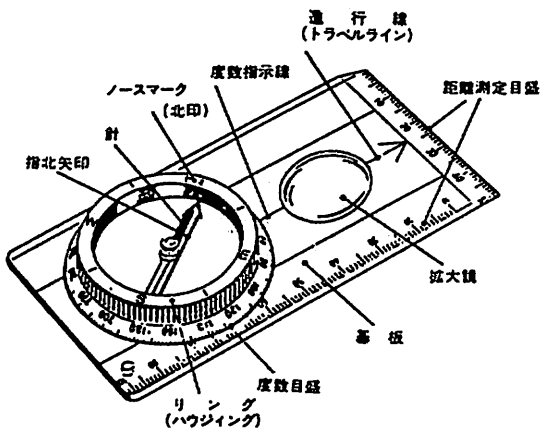
○ 余白を切り取らないで折る方法

- 1, 地図を裏返しにし、四隅を線の角まで折る
- 2, まわりの余白の部分を折りこむ
- 3, 地図の表を外側にして、たてに2 つに折り、その両側をそれぞれ内側に折り返す
- 4, 横に2 つに折る
- 5, 地図の名称を表紙にあたる場所に書いておく。そうすれば、地図をいちいち開けなくともどこの地図かすぐにわかる



## 2. シルバコンパスの使い方

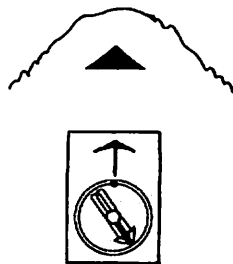
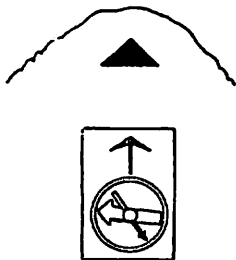
### シルバコンパスの各部の名称



#### 1) 目標物の方位角を読む

○・・・目標物に向って、コンパスのトラベルラインをあわせる

○・・・リングを回し、針のN (北) と指北矢印が一致するようにする



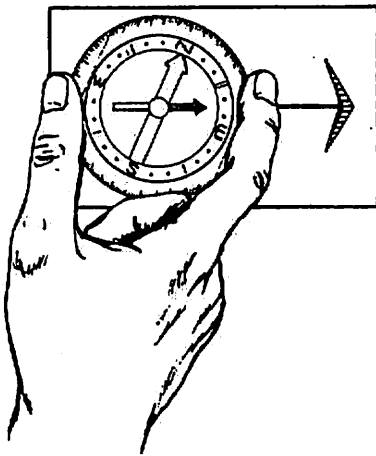
○・・度数指示線上の度数目もりを読む

ここの数字が目標物の方位角となる

2) 方位角から目標となる方向を見つける

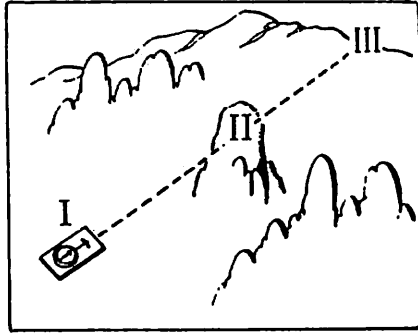
○・・方位角を度数指示線にセットする

○・・コンパスを水平に保ったまま、からだごと動かし、指北矢印の北が重なったところでとまる。そのとき、トラベルラインの示す方向が目標の方向である。



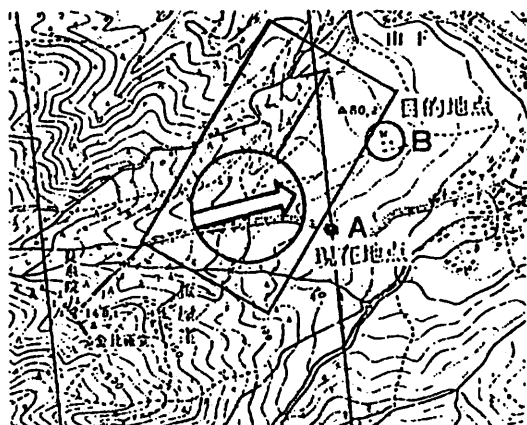
○・・方位角によって目標地点が見つかったら、(Ⅰ)の位置から近い(Ⅱ)の位置を確認し、最終地点の(Ⅲ)の位置への足がかりにします。

(Ⅱ)の位置に到達したら、再び同じ要領で(Ⅲ)の地点を確認します。



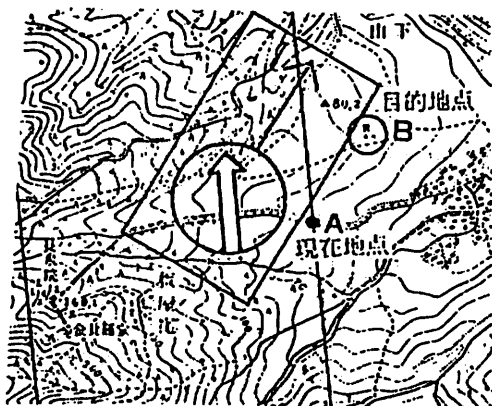
### 3) 地図で方位角を読む

今、地図上の現在地A点から、目的地B点の方位角を読む場合は、次のとおりにします。



まず、A点からB点を結ぶ直線に、コンパスの長辺を合わせます。

次に、リングをまわして、磁北線と指北矢印を平行にします。そしてトラベルラインに示された角度を読みとります。



### 3. 追跡サインと絵文字

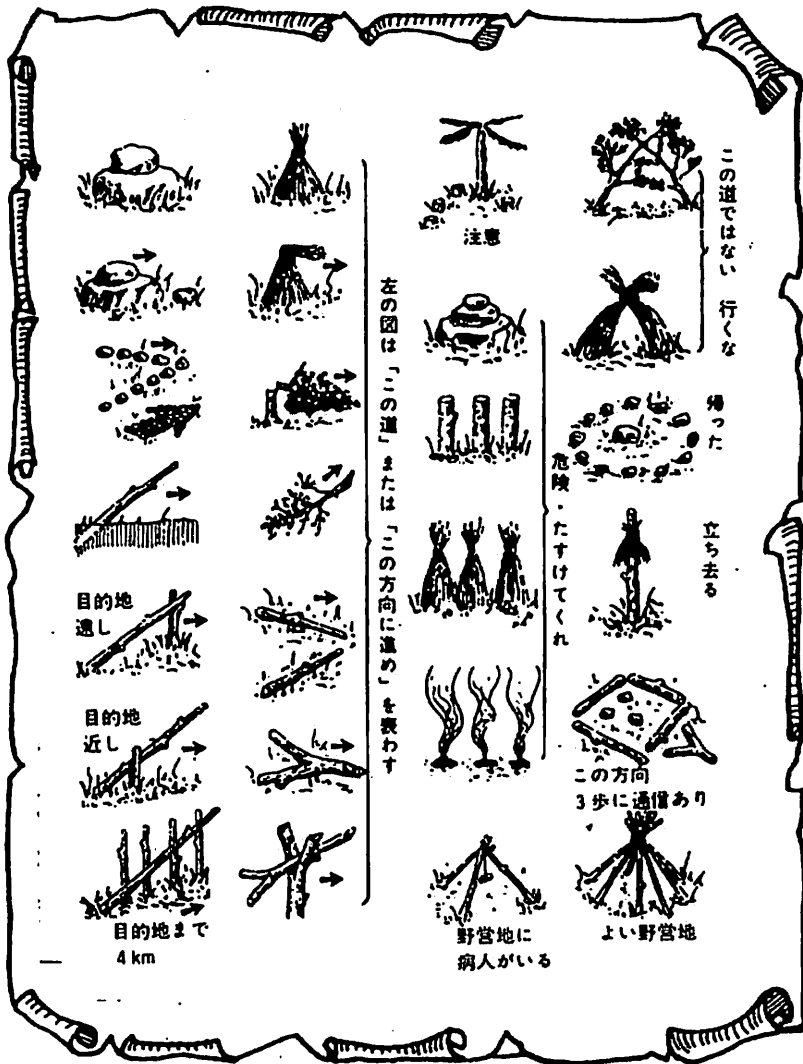
追跡サインは、本来、動物の足跡などを調べ、跡を追うことから始まりました。

自分たちの行動を他の班に伝えたり、後からくる者に情報を伝えることになってきました。ボーイスカウトの追跡サインは、あらかじめ約束された方法で、小枝、石、草などを組み合わせて表わしたり、棒切れなどで、地面に絵文字を書いたりして表わします。

班ハイクするときなどに実習し、全員が習熟することが必要です。



# 追跡サイン





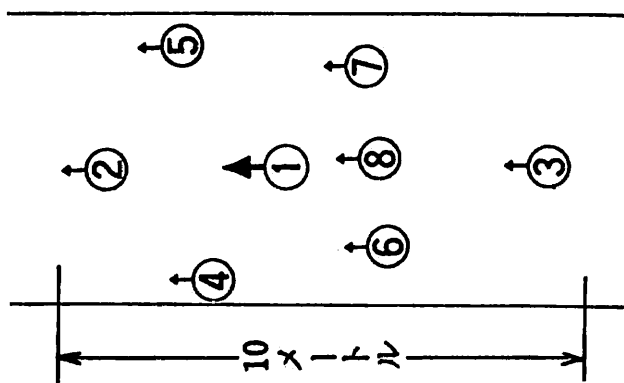
# 絵文字

→	} 矢の方向に行け	⊗	} かくれよ 潜行せよ 行くな	□ →	} この方向に 手紙あり	〰️	地下水
↗️		→		5 → 5歩		〰️	大洋
+		×		3m → 3m		💧	煙
○ →		⊙		□		🔥	火
+	} 矢の方向 に曲れ	⊙	} 帰った	□	} ここまで 20分	☁️	雲
↔️		⊙		⌚		☔️	雨
↔️	同じ道を 引き返せ	⊙	⌚	⌚	悪い犬	☁️	雷
→	返れ	〰️	} この方向 に水あり	□	危険	☁️	雷
👁️	急げ	👁️		〰️	水	⚡️	電光
≡	急げ	👁️	100mの 間混れ	♡	良飲水	⚡️	雷
👤	班長1人 先行	△	天の方 向に野 營す	💧	悪水	🌀	風
👤👤👤	班員三人 先行	⊕	障害 突破せよ	☑️	毒水	🌀	台風
👤	} ここで2 つにわか れ白鳥班 長は左へ 班員4名 は右へ行 った	□	この方向 に家あり	〰️	浅瀬	🌈	虹

#### 4. パトローリング

ボーイスカウトが、ハイキングで班行進する時に、観察推理に適した隊形を「パトローリング」といいます。これは道路状況や、車などの交通量、また班員の編成などにより、異なりますが、各班でいろいろな場合を想定して、自分の班に適した隊形を作りましょう。

##### パトローリングの例



- ①は班長です。隊形の中央に位置し、全体をまとめます。
- ②は次長です。前方を注意し、地図と磁石で進路を見つけ出します。
- ③は隊形の最後尾を守ります。時々、特に道のカーブでは、後方をふり向き、追跡者の有無や異状を調べます。
- ④は左側、⑤は右側を注意して、追跡サインなどの発見にとめます。

⑥、⑦、⑧は見習いスカウトか、初級スカウトで、班長の助として、タイム係や、記録係や、伝令にあたります。

## 5. ハイキングでの野外料理

ハイキングでの野外料理は、必ずしも必要なことではありません。しかし、野外料理を、ハイキングの中にとり入れた場合には、ハイキングがもっと楽しくなりますから、時にはとり入れてみるのも面白いでしょう。

### 1) 炊事用具

ハイキングでは、あまり重量のあるものや、大きい炊事用具は、行動する時に不便であるばかりでなく、体力の消耗につながります。できるだけコンパクトなものを使用するようにします。また、数も極力制限し、最少限の用具で炊事ができるよう、献立の工夫も必要です。皿なども、紙皿を使ったり、洗わなくてすむように、サランラップやアルミホイルをかぶせて使うと、後始末に便利です。



アルミホイルでゆで卵の容器をつくる

## 2) 火の取り扱い

ハイキングで火を使う場合は、その土地で火を使うことができるかよく調べる必要があります。一般のハイキングコースなどでは、火の使用を禁止している地域もあります。必要に応じて、火気使用の許可を得ておきましょう。

また、燃料についても薪だけでなく、固型燃料などの、携帯に向くものの使用も考えられますが、その取扱いには注意が必要です。とくに、なれない器具（ラジュースなど）を使って、大やけどをした例もあります。十分気をつけましょう。

野外で火を燃やすときには、半径約3m以内にあたる場所から、燃えやすいものをのぞきます。火を使い終わったら、水をかけたり、土をかぶせたりして確実に消し、その後でよく確認します。



### 3) 野外でできる簡単な料理の例

野外での料理については「指導者必携の野外料理」を参照してください。

## 6. 応急手当

### 1) 足にできたまめ

- 患部をよく石けんと水で洗って乾かす。
- マッチなどの炎で焼いて消毒した針で、水ほうの下から刺す。
- 水を完全に出し、マーキュロなどをつけ、カットパンをはっておく。

### 2) 虫さされ

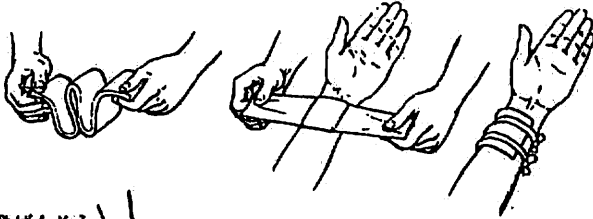
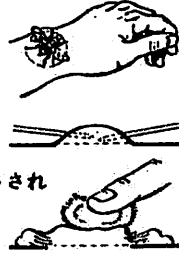
- ハチ、ムカデ、毛虫などに刺されたときは、針が残っていれば抜く。
- 傷に口を当てて、強く毒を吸い出し、吐きすてる。これを数回くりかえす。または、消毒した針で傷口を刺し毒をおし出す。
- 患部を石けんと水でよく洗って、後水などで20～30分ひやす。
- 発熱、吐き気などがあるときは、早く医師の治療を受ける。

### 3) すり傷、切り傷

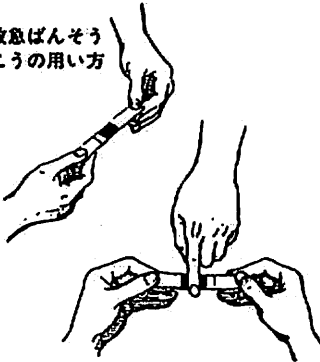
- よごれた手で手当をしないために、まず自分の手を石けんと水できれいに洗う。

- 傷の部分をもよく流れる水で洗い流し、土や砂などをよく落とす。
- その後、消毒ガーゼやカットパンをあて、包帯をする。
- よこれのひどいときや、深い傷は早く医師の治療を受ける。

応急手当のしかた



救急ばんそうこうの使い方



すり傷、きり傷

