

各 位

2022年11月15日

株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

ハンモックを野営道具とする
登山スタイル教本
『ハンモックハイキング』
2022年11月17日に刊行！

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、二宮勇太郎著の『ハンモックハイキング』を刊行する。

■ハンモックのすばらしさは、ハイカーにこそ知られるべき

ここ数年続くキャンプブームにより、広く知られるようになったアウトドア用ハンモック。ハンモックに揺られながら焚き火を眺める時間は格別だ。しかし、ハンモックをくつろぐためだけの道具として捉えるのはもったいない！

アメリカでは「設営の自由度の高さ」から、ハンモックは長距離ハイキングに有効な道具として認知されている。樹林帯を通るトレイルでは、テントに適した水平な地面を探すよりも、ハンモック設営に必要な木を探すほうが簡単だからだ。



■日本の山岳地でもハンモックは有効な野営道具となる

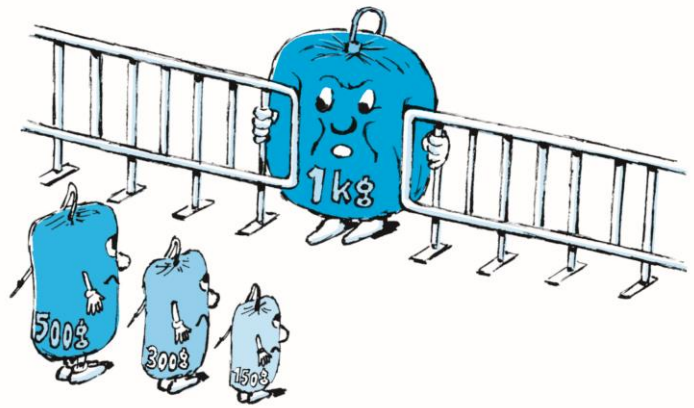


ハイカーのなかにはアメリカと日本の自然環境の違いを心配する向きもあるだろう。しかし著者の二宮勇太郎氏はかれこれ10年近く国内でハンモックを使った山行を実践し、その有用性を証明している。

しかし、気をつけてほしいのは「ハンモックは完璧な道具ではない」こと。吊るすための支点が確保できなければ、ただの布切れと化す。一方で吊るすことさえできれば、どんなところでも（地面が濡れていようが、傾斜があろうが）安心して眠れる寝床を確保できる。しかも、手のひらに収まるほど軽量でコンパクトである。

■驚異的な軽さとコンパクトさを手に入れられるハンモック

ウルトラライトの視点でハンモックを見ても魅力は増す。1kgを下回る軽量テントは数多くあるが、ハンモックは充分な強度を備えたモデルでも600g前後と、圧倒的に軽い。最軽量クラスでは150g前後と、もはやテントと比較するべくもない。



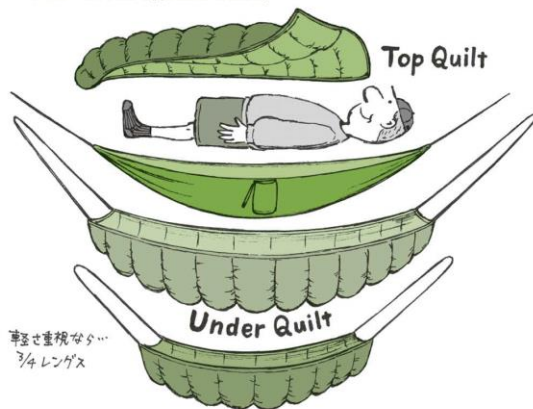
■ノウハウとマナーを身につければ登山はもっと自由になる！

国土の7割を森林が占める日本は、ハンモックで旅するのに有利な環境だ。ハンモックを張って過ごせる場所は無数にある。ハンモックを使いこなすための最低限の知識を身につけ、自由な旅ができるフィールドに出かけていってほしい。

の設定です。例えるなら、ショートサイズのスリーピングマット（長さが120cmくらいのマット）を使う感覚に近いでしょう。

3シーズンの前提であれば、3/4レングスのアンダーキルトだけでもある程度は対応できるでしょう。寒さが気になる季節には、足元の不足分にクローズドセルマット（必要な大きさにカットしたもの）を追加して断熱性を補うこともできます。

専用だけでなく、保温性のある道具ならば代用することが可能です。たとえば、ハンモック本体と同じくらいのサイズのダウンや化繊綿のブランケットにバンジーコードを付け、ハンモックと連結できるようにすれば、簡易的なアンダーキルトとして使うことができます。



オールインワンキルト

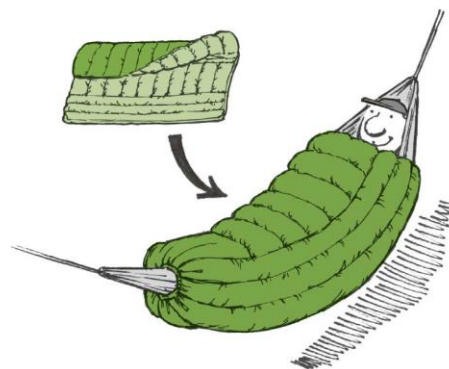
体の上面と背面の保温を、ひとつの寝袋でまかなうのが「オールインワンキルト」です。トップキルトとアンダーキルトをひとつにまとめた筒状のスリーピング

バッグの総称で、ハンモック専用設計された「ビーボッドスリーピングバッグ」や「チューブキルト」と呼ばれるものは、このタイプに該当します。

ハンモック全体をひとつのキルトで覆うので、上面と背面が分かれたキルトよりも軽さではやや有利といえます。また道具の点数が減り、管理しやすいのも特徴です。しかし、構造的にトップキルト+アンダーキルトよりも体に密着させることが難しく、若干の隙間が生まれやすいので、気温が低い時期の使用には工夫が必要です。またアンダーキルトと同じく、ハンモックが設営できない条件下では背面の断熱効果を発揮できないため、使用できるのは必ずハンモックが設営できる条件下に限られます。

【使い方のヒント】

専用以外でも、「ジッパーが足先まで開放できる構造」で「体のある程度動かせる幅がある」という条件を満たしていれば、手持ちのスリーピングバッグが簡易的なオールインワンキルトとして使えます。もちろん、密封性や快適性は専用には及びません。また、使い方によってはスリーピングバッグを破損してしまう恐れもあるので、使用の際には十分注意が必要です。



■内容

- 第1章 suggestion なぜハンモックハイキングなのか
- 第2章 basic ハンモックの基礎知識
- 第3章 howto 設営の手順と基礎知識
- 第4章 field 設営場所の探
- 第5章 gear 必要な装備の考え方
- 第6章 advance 使い方のアレンジ方法
- 第7章 FAQ ハンモックの疑問

■本書について

書名:『ハンモックハイキング』

著者:二宮勇太郎

価格:1980円(本体1800円+税10%)

判型:A5版 160ページ

ISBN978-4-635-15036-1

<https://www.yamakei.co.jp/products/2822150360.html>

■著者プロフィール

二宮勇太郎

1982年、広島生まれ。20代前半から始めた登山がきっかけで歩き旅のおもしろさを知り、2012年にPCTをスルーハイク。その後、三鷹のアウトドアショップ「ハイカーズデポ」に就職。ハイキング&バイクパッキング両方でアメリカの人力縦断を経験しているノウハウを生かし、現在は店長として店頭業務を切り盛りしている。アメリカ縦断のバイクパッキングでは、1カ月半の間、ハンモックで寝泊まりし、ハンモックの限界を探った。イベントやワークショップの開催をはじめ、雑誌、WEBなどの各種媒体で“ハイキングにおけるハンモックの有効性”を訴え続けている。

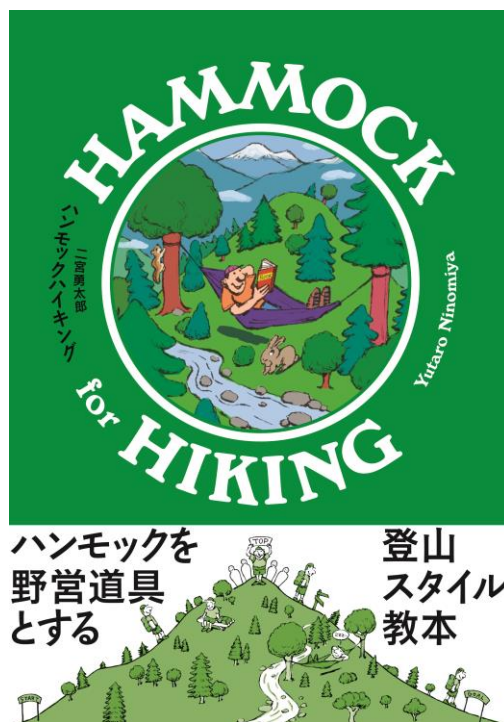
【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心に、国内外で山岳・自然科学・アウトドア等の分野で出版活動を展開。さらに、自然、環境、ライフスタイル、健康の分野で多くの出版物を展開しています。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス(本社:東京都千代田区、代表取締役:松本大輔、証券コード:東証スタンダード市場9479)を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上



【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当:五十嵐

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング

TEL03-6744-1900 E-mail: info@yamakei.co.jp

<https://www.yamakei.co.jp/>